

参加費  
無料

# 家族の笑顔が生まれる！

## 幸せキッチンのメソッド



小樽市公式LINE  
案内人レッタくん

ワークライフバランスの観点から  
毎日使うキッチンを通して、  
家事シェアが叶う実践的な方法をお伝えします。

日 時

令和6年 **10**月**9**日（水）午後1時30分～3時

会 場

小樽市勤労女性センター 4階 軽運動室  
（小樽市花園2丁目10番18号）

講 師

ラプラスキッチン 代表

あべ よしこ  
阿部 美子 氏

### 講師紹介

苫小牧市出身、札幌在住。

快適なキッチンから家族の笑顔を広げるキッチンアドバイザー®。

20年の経験で培ったキッチン空間提案から家族の家事シェアとビジネスの効率化を両立させる「幸せキッチンのメソッド」を構築し、キッチンの魅力を伝えている。

革新的な視点と実践的なアイデアで家族の絆とゆとりを手に入れるキッチン講座、メーカーとのコラボセミナー、執筆、リクルートスーモ記事監修、ラジオ、新聞、CATV出演。



- ◆対 象 市内に住むまたは通勤・通学している18歳以上の方
- ◆定 員 30人（先着順） 令和6年9月1日（日）より受付 ※電話の場合は9月2日（月）より受付
- ◆申込方法 申込フォーム（右の二次元コード）から、または電話、FAX、メール（住所、氏名、年代、職業の有無、電話番号を明記）によりお申し込みください
- ◆申込締切 令和6年10月7日（月）
- ◆託 児 あり（セミナー開催時で6か月以上のお子さん）  
※託児希望の場合は、お子さんの氏名、年齢を記入してください
- ◆問合せ先・申込先 小樽市生活環境部男女共同参画課  
電 話：0134-22-5904 FAX：0134-22-6081  
メール：kyodo-sankaku@city.otaru.lg.jp

申込フォーム



小樽市男女共同参画セミナー参加申込書

申込先 男女共同参画課      FAX 0134-22-6081

|                               |                                                   |    |   |    |       |
|-------------------------------|---------------------------------------------------|----|---|----|-------|
| ふりがな<br>氏 名                   |                                                   | 年代 | 代 | 職業 | 有 ・ 無 |
| 住所・電話                         | TEL                      -                      - |    |   |    |       |
| ▼女性団体等登録団体に所属の方は団体名を記入してください。 |                                                   |    |   |    |       |
| 団体名                           |                                                   |    |   |    |       |

託 児 申 込 書

|                             |                           |
|-----------------------------|---------------------------|
| ふりがな<br>お子さんの氏名<br><br>(年齢) | (          歳          か月) |
|                             | (          歳          か月) |

※託児は、セミナー開催時で6か月以上のお子さんが対象です。

申込みに際して得た個人情報は、今回の講座に関する事務処理以外に利用いたしません。