



# 家事家計講習会



## 暮らしを支える家事の習慣

暮らしと家計について一緒に学びませんか

✳️ **かんたん朝ごはん**  
保温調理（鍋帽子®）を使って楽しく

✳️ **わが家のお金、いくら必要？**  
ライフプランを作ってみよう

✳️ **食材・日用品のストック大丈夫？**  
ローリングストックのすすめ



鍋帽子®

**日時： 11/16（木） 10：00～12：00**

**場所： 小金井市公民館緑分館 2F 学習室B**

子ども同伴可 試食あり 会費400円

問い合わせ先：

東京第三友の会ホームページ

<https://tokyodai3tomo.jimdofree.com/>

桜最寄 担当・千明（ちぎら）

主催：東京第三友の会 桜最寄



イラストレーション togotanashi（婦人之友 2022年11月号） 無断転載・使用はお断りしています。



### お金の不安、さあどうする?!

婦人之友社の家計簿でまずは見える化!!  
ウェブサイトからあなたにあった家計簿がえらべます。



『羽仁もと子家計簿』がスマホ・パソコンで使える

**kakei+**  
クラウド家計簿 | カケイプラス



### 友の会へあなたもどうぞ!

全国友の会は1930年、ジャーナリストで教育者の羽仁もと子を中心に『婦人之友』の読者がつくった団体です。よい家庭からよい社会をつくるため、共に学び励みつつ活動を行なっています。現在、日本全国から海外まで、会員は約15,000人、180友の会となっています。どなたでも入会できます。ホームページ<https://www.zentomo.jp/>

