



断捨離講座を 開催しました



2月26日（木）断捨離®トレーナーのむらやまちがこ様を
講師にお迎えし、断捨離講座を開催しました😊

新聞折込広告をご覧になった市民の皆様から、多数の
お申し込みをいただき、嬉しい悲鳴でした💧

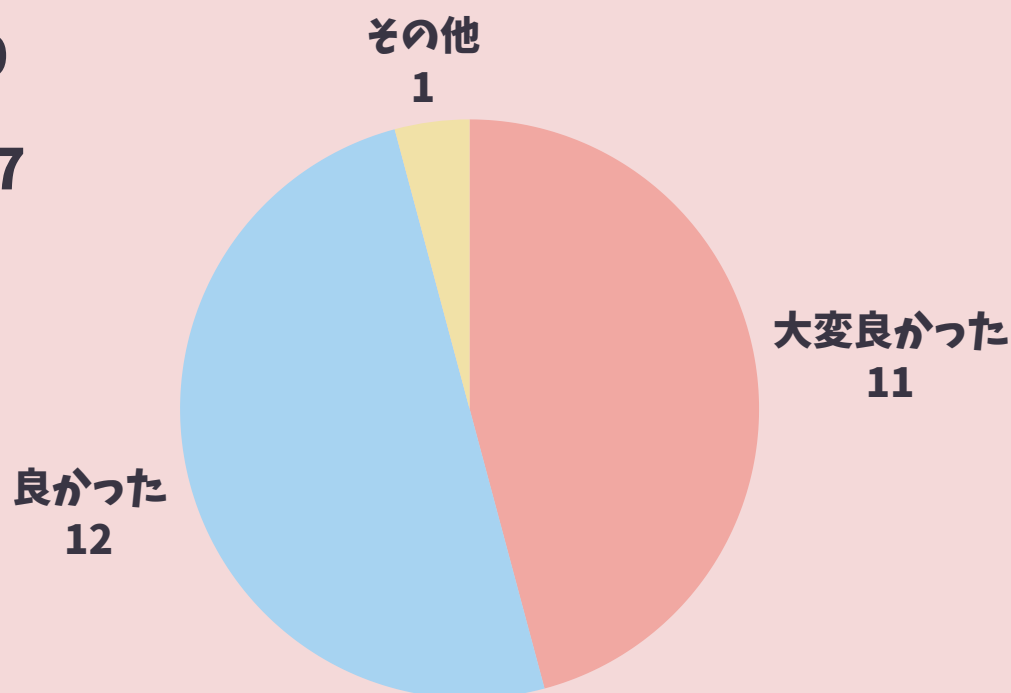
これを機会に、シルバー人材センターを少しでも身近に
感じていただければ嬉しいです❤️



1. 参加人数

男性	9
女性	17

2. 満足度



3. ご意見等

- 断捨離の考え方が大変わかりやすかった。
- 身につまる話がいっぱいありました。毎日5分だけでもやってみようと思います。
- まず冷蔵庫から片づけたいと強く思った。
- いつも感じていた「やらなきゃ」を実行するきっかけになりました。
- 日頃の思いが整理できる糸口が聞けた。
- 自分が断捨離しようと思った時期が重なり良かったです。