

シルバーカレッジ 講義概要（シラバス）（生活環境コース）

項 目	暮らし環境概要	対象学年	2年	場所	学習室3・4
テーマ	暮らし環境「考えましょう、実践しましょう！人生整理術」				
講 師	家事マイスター® 梶野智絵				
<p>講義内容</p> <p>一番私たちの身近を取り巻いているのが、「日々の暮らし」という自宅での環境です。自宅には、人生の足跡が数え切れないほどのモノとして残されています。それは、生活用品や雑貨・思い出のモノだったり、書類・本やweb関連のものだったり…その環境の中での暮らしが、安心・安全であるかどうか…見直しの方法をお伝えしています。</p> <p>人生100年時代、残りの人生を「おい上手な暮らし」にするために、身体と頭がお元気な今、取り掛かれるように具体的な提案をしています。残すモノの選び方・処分の方法・配置の仕方・ID/PWの管理の仕方…等々</p>					
<p>講師よりメッセージ</p> <p>シニアのお悩みでダントツなのが、身の回りの整理です。整理する方法・カテゴリーの決め方・要不要の判断などを学んで、実践して「おい上手」な人生を楽しんで下さい。</p>					