

## 事業報告書

事業名:	なかく街の先生オープン講座
報告日:	令和6年7月8日

### スッキリ片づく洋服の手放し方講座

開催日時:7月3日(水曜) 13時から14時30分	参加費:無料
対象者:断捨離に興味がある区民・市民	指導:隆もとこさん
参加者:21人	開催場所:中本牧コミュニティハウス研修室

#### 講座の様子

中本牧コミュニティハウス研修室にて講座を行いました。

隆もとこさんの自己紹介からはじまり、「モノが多くて困った7年間」探し物や忘れ物が多かった等、ご自身のエピソードを交えながらお話をいただきました。

次に、参加者の方々と対話方式でワークを行いました。「着ていない服、着なくなった服はどんな服ですか?」「捨てられないワケは?」等、自身の事を考える質問を行い、その後、片付けが進むと

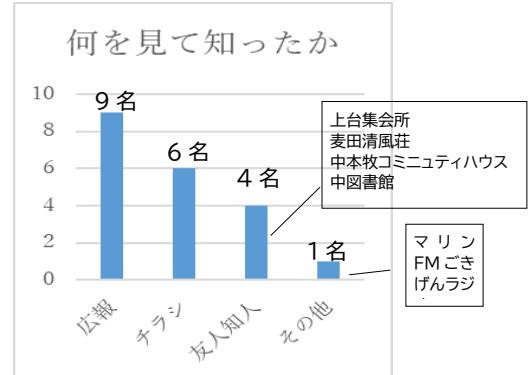
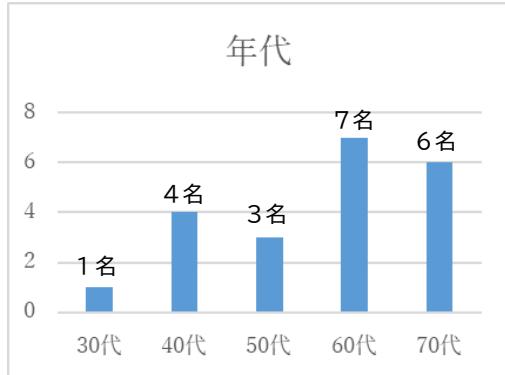
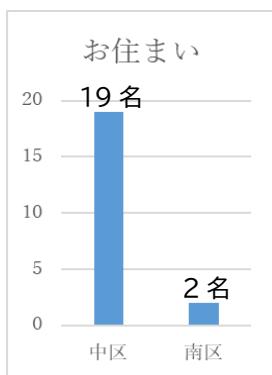
時間的、精神的、経済的、3つの効果が表れてくる事や、分けるコツ・減らすコツ・増やさないコツ「1つ買ったら、1つ手放す」等のアドバイス頂きました。

最後に片付けの極意をお話していただき、講座修了しました。

参加者のアンケートの声では、「受講生さんとのやり取りが参考になった」「他の方のお悩みが自分と同じで共有できた」など、大満足の講座となりました。



#### アンケート結果



## アンケート結果続き…

### 参加の理由(複数回答)

- ・興味がある講座だったから……21名
- ・友人に誘われた……3名
- ・講師が良かったから……1名
- ・その他(無料だったから)……1名

### 講座に参加していかがでしたか？

- ・大変ためになった……8名
- ・まあまあ為になった……9名
- ・その他……2名(アドバイザーから受けたかった、やる気が出ました)

## 感想

- ・楽しくお話を聞いてためになったし、やる気がでました。期限を決めてやってみたいと思いました。ありがとうございました。
- ・お片付け基本講座もやってほしい。なぜなら…期待していたより良かった!!から(声が通って聞きやすかった)。先生の話が、女性の私にとってはとても楽しかった(男性はどうかな…と思いましたが…). 無料でこんなに楽しい時間が過ごせるなら、また来たいので、お願いします。部屋が明るくて気分も明るくいられて良かった。
- ・昨年引っ越してきたので、初めてこういう講座に参加しました。たまたまマリン FM で耳にしてきましたが、主にこういう情報はどこで入りますか？
- ・背中を押してもらえてよかったです。冷めないうちに片づけを実践したいです。
- ・背中を押されました。
- ・ご自身の体験をおりませてお話を下さって楽しく受講できました。
- ・今日をきっかけに時間を決めてちょっとずつ片づける。と決めました。
- ・先生上手です。お話をとても楽しかったです。今まで参加した講座のなかで1番楽しかったです。
- ・明るく元気な先生に元気をいただきました。受講生さんとのやり取りが参考になりました。貴重なお話を楽しかったです。
- ・今、片づけ中なので、参考にしたいと思い参加できてよかったです
- ・無料で為になるお話をうかがえてよかったです。参加できなかった家族や友達にも教えてあげます。が、また第2段がありましたら是非よろしくお願いします。半年後12月に片づけが出来たか振り返るのも良いかなと思います。
- ・他の方のお悩みが自分と同じで片付けないという気持ちを共有できてよかったです
- ・片付けの参考になりました。実行したいです。
- ・わかりやすく楽しい講座で、身近なところからやってみようと気持ちが出てきました。

以上