

ちようどよい暮らし 家計簿で見つかるブレない生活

私たちの家計簿から見えてきたこと

食費を
決める



教育費を
考える



年金生活を
上手に暮らす

10.29 (水)
9:15 ~ 11:30

会場 さぎぬま幼稚園

* 家計レッスン

* おうちドレッシングで野菜モリモリ!

資料代 300 円

10.31 (金)
10:00 ~ 11:30

会場 宮前平グリーンハイツ
集会所 A 室

* 家計レッスン
* 保温調理でエコライフ

資料代 500 円

11.4 (火)
13:30 ~ 15:00

会場 高津市民館 第3会議室

* 家計レッスン
* 手作り調味料で
アレンジ自在
資料代 500 円

11.8 (土)
13:30 ~ 15:00

会場 学童クラブ
どれみキッズ 2F 201 号

* 家計レッスン
* 時短・簡単・バランスご飯

資料代 500 円

▼ お申し込みはこちら ▼



お問い合わせ 東京第四友の会 宮前方面
mail : miyamae.tomonokai@gmail.com

全国友の会とは

東京第四友の会 HP▶



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 13,000 人、181 友の会となっています。どなたでも入会できます。