

井上めぐみさん おそうじ講習会

「ついで掃除」で きれいが続く
～まずは小さなお掃除習慣から～

お掃除が楽しくなる講習会です

- 🌸 ちょっとした習慣がお掃除を楽に
- 🌸 めぐみさんに色々掃除の事を聞いてみたい
- 🌸 井上さん愛用のお掃除道具を紹介

家に帰ってすぐお掃除がしたくなりますよ！



【「ついで掃除」できれいが続く】
婦人之友社

2026 **4.11** **土**
10:30～12:00

会場 東京第一友の家
& オンライン

参加費 1,500円(会員1,200円)
オンライン1,000円
(オンラインのみ見逃し配信あり)



井上めぐみさん プロフィール

東京第一友の会会員

クリンネスト1級、整理収納コンサルタント2013年に大手家事代行会社のスタッフとなり、現在は高品質プランを担当する傍ら、スタッフ育成指導に携わる。またシルバー人材センターの会員向け講師も務める。



3月5日より
申し込み開始



電話：03-3971-9602 (火・金：10:00~15:30)

メール：dai1tomo@seagreen.ocn.ne.jp

主催：東京第一友の会

豊島区西池袋2丁目20-11

会場の行き方

後援：婦人之友社

協賛：(公財)全国友の会振興財団

QRコード



全国友の会



ホームページ <https://www.zentomo.jp>

「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』の読者によって生まれました。海外も含め181友の会、約12,500人の会員が『婦人之友』『明日の友』を愛読し、健全な家庭をつくり、社会の進歩に役立ちたいと、年代をこえて共に学び励み合っています。ご参加をお待ちしています。

婦人之友

月刊/毎月12日発売



「家庭は簡素に、社会は豊かに」を実践して123年。日々の生活を「シンプルに、いいに送りたい」。同じように、「まわりの社会や自然、世界の人たちの生活にも目を向けたい」。そうした希いをもつあなたと共に歩む雑誌です。

明日の友

隔月刊/偶数月5日発売



創刊53周年のシニア向け隔月刊誌。人生後半の充実を願い、シニアの暮らしと健康を深掘りします。元気をつくる毎日の食卓、終活や年金生活のヒント、丁寧な解説が好評の健康特集ほか、文芸も充実の1冊です。

婦人之友社



ホームページ

<https://www.fujinotomo.co.jp/>

〒171-8510 東京都豊島区西池袋2-20-16

TEL 03-3971-0101 FAX 03-3982-8958

E-mail tomomail@fujinotomo.co.jp