

モノを手放し 見えてきたもの ～ミニマリストと家族～

娘が生まれた時、我が家はモノであふれて、もう何も置けなかった。
「もう、捨てよう」

1年半後ほとんど何もなくなって、見えなかったものが見えてきた。

※ミニマリズム＝最小限主義

あらゆることを最小限から試し、適量を見極める主義、生き方。



私の部屋、片付けなければいけないことは、分かっている。

「断捨離」という言葉も知っている。

高齢者でなくても、「終活」と聞くと、ドキッとする。自分の選んだ好きな物に囲まれていると本当に幸せなのかと疑問を感じる。

「多い」ことは、いいことなのか、不安になる。

.....

そんなあなたに聞いてほしい、ミニマリストの生き方。

日時 2016年3月16日(水)10:00～12:00

講師 沼畑 直樹 氏

(ミニマリスト コンテンツ制作会社代表)

会場 新宿区男女共同参画推進センター(ウィズ新宿)

新宿区荒木町16番地【裏面地図参照】

対象 定員 40名(先着順)(関心のある方ならどなたでも)

参加費 無料

託児 あり(定員あり・要予約)

申込みは3月7日～

申込み・託児予約・問合せ

新宿区男女共同参画推進センター(ウィズ新宿)

電話 03-3341-0801(日・祝を除く8:30～17:00) FAX 03-3341-0740

(裏面参照)

<共催> 新宿区子ども家庭部男女共同参画課

新宿区家庭教育グループ連絡会(しんかれん)

沼畑 直樹 (ぬまはた なおき) 氏

【プロフィール】

昭和 49 年札幌生まれの 41 才。

コンテンツ制作会社テーブルマガジnz代表。

会社は 2 名のみ、1 日 7 時間、週休 3 日制。

2014 年、写真集の編集担当だった佐々木典士氏とサイト『ミニマル&イズム』を立ち上げる。

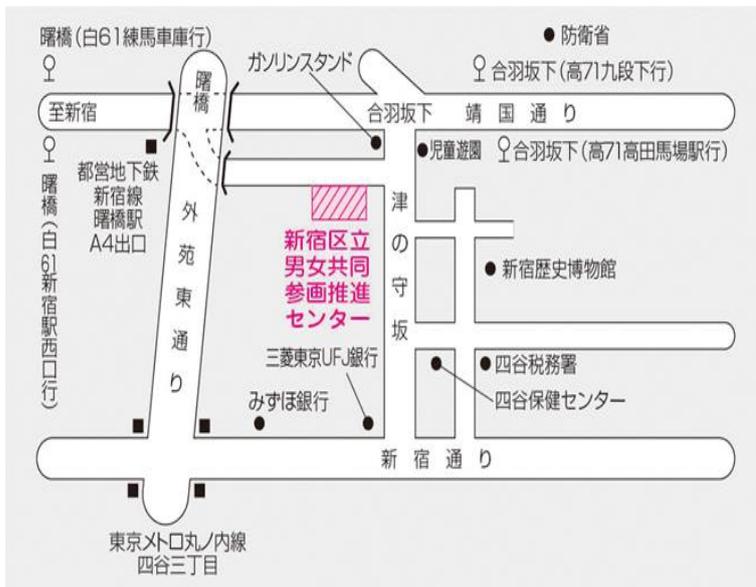
家族は妻、娘(2 才)。

著作は小説『ハテナシ』、写真集は『ジヴェリ』『パールロード』など(Rem York Maash Haas 名義)。

東京、吉祥寺在住。

新宿区男女共同参画推進センター(ウィズ新宿)の地図

住所：新宿区荒木町 16 番地



- ・都営地下鉄新宿線「曙橋駅」A4 出口から徒歩 3 分
- ・東京メトロ丸ノ内線「四谷三丁目駅」から徒歩 10 分
- ・都営バス高 71(高田馬場～九段下)「合羽坂下」から徒歩 2 分
- ・都営バス早 81(早大正門～渋谷)「荒木町」から徒歩 5 分
- ・都営バス白 61(新宿駅西口～練馬車庫)「曙橋」から徒歩 5 分
- ・都営バス宿 75(新宿駅西口～三宅坂)「合羽坂下」から徒歩 1 分

F A X 申込み用紙

送信先 F A X 番号 03-3341-0740

受付開始 3 月 7 日

2016 年 3 月 16 日 (水)

『モノを手放し 見えてきたもの』

の講演会に参加します。

氏 名

電話番号

※託児をご希望の方は電話(03 - 3341-0801)でお申込み下さい。