

実家も自宅も整う 片づけ術

実家や自宅を片づきたいけど、どこから手をつけたらいいか
困った経験はありませんか。暮らしに役立つ整理術を身に付けて、
家族でもめないスッキリした居心地の良い住まいを目指します。

令和8年 6月23日 ④ 10:30~12:00



渡部 亜矢 氏

一般社団法人 実家片づけ整理協会
代表理事

会場

新宿区立男女共同参画推進センター（ウィズ新宿）
3階会議室 ※裏面地図参照

対象

区内在住・在勤・在学 先着30名

申込み

右二次元コード（新宿区ホームページ）
または電話でお申込みください。
（受付開始5/27～）



申込 お問合せ

新宿区子ども家庭部男女共同参画課
新宿区男女共同参画推進センター（ウィズ新宿）
〒160-0007 新宿区荒木町16番地
☎（3341）0801
受付時間/日祝除く 8:30~17:00

わたなべ あや
講師 / 渡部 亜矢氏

一般社団法人 実家片づけ整理協会代表理事、実家片づけアドバイザー®。片づけが苦手な人向けの講座を開講。自宅と実家の片づけ講座、「紙モノ」整理術などを展開中。おもな著書に『60歳からの「紙モノ」整理』、『実家の片づけ 親とモメない「話し方」』（青春出版社）、『人生が整う片づけの基本』（ディスカヴァー・トゥエンティワン）、『カツオが磯野家を片づける日～後悔しない「親の家」片づけ入門』（SB新書）など。



※ 駐車場・駐輪場はありませんので、公共交通機関をご利用ください

*** 交通案内 ***

- ◇ 都営地下鉄新宿線：「曙橋駅」A4出口から 徒歩約3分
- ◇ 東京メトロ丸ノ内線：「四谷三丁目駅」から 徒歩約10分
- ◇ 都営バス：宿75（新宿駅西口～三宅坂/東京女子医大前）「合羽坂下」から徒歩約1分
高71（高田馬場駅前～九段下）「合羽坂下」から 徒歩約2分
白61（新宿駅西口～練馬車庫前・練馬駅）「曙橋」から徒歩5分

この他の講座はこちらから →



★この講座は新宿区と新宿区立男女共同参画推進センター運営委員会との協働事業です★

*** 運営委員会構成団体 ***

ぐるーぷ・カナリヤ、新宿区家庭教育グループ連絡会、新宿区婦人団体協議会、新宿区平和派遣の会、一般社団法人新宿ユネスコ協会

★個人情報の取り扱いについて★

- お申込みの際に伺う個人情報は
- ① 講座開催の予約確認
 - ② 突発的事情による中止などの連絡
 - ③ 講座実施方法の連絡
 - ④ 受講者の年代に合わせた講義の準備にのみ使用し、それ以外の目的では使用しません