



## 家庭で役立つ手放し(断捨離) メソッドセミナー

10月19日(土)  
10時~12時

☆開催場所☆  
山形市総合福祉センター  
(山形市城西町二丁目2番22号)  
3階会議研修室2

☆参加費☆  
無料

☆参加対象☆  
どなたでもOK

### 応募方法

申し込みフォームより  
申し込み下さい。  
先着順で対応させていただきます。

締め切り  
10月17日(木)

### こんな

### お悩みありませんか...?

- ・物がごちゃごちゃで収納からはみ出している。
- ・部屋の物を見るたびにうんざりする。
- ・断捨離を試してみたいと思うけど進まない。
- ・沢山の物があるのに、豊かさを感じられない。
- ・理想のお部屋とかけ離れている。
- ・なかなか断捨離の為に時間を作れない。



### セミナー詳細

“モノと心の関係”について知り、  
豊かさを引き寄せる手放しメソッドを  
身に付けます☆  
自分の手放しMAPを作り、  
楽しみながら無理なく物を手放して  
いけるようになります♪

物と向き合うことで  
自分のことを知り  
本当に大切にしたいこと  
も明確になっていきます



私はこのメソッドで  
1年間に1000個の物  
を手放しました!

講師はcocotomo代表  
まり保育士

### ☆持ち物☆

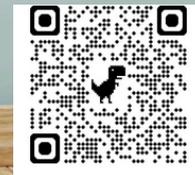
#### 筆記用具

手放しMAPを制作するときに確認できるように  
自宅の写真(誰にも見せないのご心配なく)  
各部屋の全体の写真や収納がわかる方が  
ワークに取り掛かりやすいです。

子連れでの参加も可能です。  
完全見守りではありませんが、  
会場内にお子さん見守りブースも設置します。  
お気軽にご参加ください。  
見守りが必要な方は人数限定させていただきます。

セミナー後、  
生理用品の無料配布も行います。  
必要な方は  
12時半~13時で  
配布しますのでお気軽に  
いらしてください。

### 申し込みフォーム



### Instagram



@YAMAGATA\_KOSODATEFACE

その他、お問い合わせは  
✉myall.a.love@gmail.com