



JOYJOY生活工房

●受講期間 3ヵ月 ●受講料 15,400円

■テキスト3冊 ■添削レポート3回（Web提出可）

知って得する便利な暮らしの知恵と技術のトレーニング

カラーイラストや図表でわかりやすく立体的に解説

毎日の生活に創意と工夫を — 実習コーナーで面白体験



●第1単元

個性が引き立つおしゃれな装い
【衣のセンスアップ】

- ・女のおしゃれ、男のおしゃれ
 - ・似合いと好みの形体、デザイン
 - ・自分にあった色の組み合わせ
 - ・衣料品の品質表示に強くなるう
 - ・洗う、たたむ、しまう — 簡単技術
 - ・家庭でできるドライ・クリーニング
 - ・衣類の保管でわかるあなたの性格
- 【実習コーナー】
おしゃれな着こなしのレッスン

全32講

●第2単元

友達呼んでワイワイパーティー
【食のパフォーマンス】

- ・30種類の食品を毎日食べる
 - ・牛乳は母なる大地の贈物
 - ・カロリー計算なんかしなくても
 - ・料理を楽しむコツは簡単
 - ・米は洗うの？ それとも研ぐの？
 - ・毎日の食事は30分間クッキング
 - ・知っておきたいテーブル・マナー
- 【実習コーナー】
食は我が家にあり — 友達を呼ぼう

全32講

●第3単元

くつろぎの快適自由空間
【住のコンセプト】

- ・狭い部屋を広く使うコツ
 - ・スペースのもつ弱点を強みに
 - ・畳の部屋の便利さを見直す
 - ・散らかしやすく、片付けやすく
 - ・収納は“集中”か“分散”かが決めて
 - ・汚れをためない賢い掃除のスケジュール
 - ・人が来たときの応急処置
- 【実習コーナー】
一点豪華に — 自己主張する住空間

全32講