

## 「かしこい家しごと～料理・洗濯・掃除+おつきあいの知恵」を発行しました

### 「人には聞けない、でもちゃんと知っておきたい」家事の基本と知恵をまとめました。

掃除・洗濯・炊事・片付けといった家事。毎日のことだからこそ、改めて基本を知っておきたいものです。家庭の主婦でもあり、全国の料理教室で教えるベターホームの先生たちが、日々の生活で実践している家事の基本と知恵をまとめました。

### 日常の普通のことを大切に、心豊かに暮らすための、生活の基本技術が身につきます。

「毎日をやさしい気持ちで、ていねいに過ごすこと」は、常に時間に追われている現代人にとって、実は何より大切なことです。家で料理をする、居心地のよい部屋を作る、心をこめた人付き合いをするなど、ちょっとした心がけの積み重ねが、日々の暮らしを心地よく、楽しくします。

料理教室の先生が家庭で実践する家事のコツは、なるほど！という知恵が詰まっているだけでなく、簡単で取り入れやすいものばかり。肩肘張らずに、できることから始められます。

### かしこく、楽しく。読むと家事をやる気になる、おしゃれな「家事の教科書」です。

- ・調理、掃除、洗濯、アイロンがけ、裁縫の基本のキを、イラスト・写真入りでわかりやすく解説。
- ・持ち物を見直して、処分する気になれる片づけの知恵や収納法を紹介。
- ・ジャム、保存食、ピクニック弁当、雑穀、煮豆など、季節をじっくり味わうレシピを掲載。
- ・手紙の書き方・訪問時のマナー・おもてなしのコツなど、心をこめたおつきあいの知恵をまとめました。

## 「かしこい家しごと

### ～料理・洗濯・掃除+おつきあいの知恵～

A5判 160ページ

定価 1470円(税込)

発行 ベターホーム出版局

直接ベターホーム協会にお申し込みいただいた場合は、1冊につき送料100円、2冊以上は送料無料でお送りします。  
大手の書店、ネット書店でも販売しています。

表紙の画像データを用意していますので、ご希望の方はご連絡ください。



#### 一般財団法人ベターホーム協会

1963年創立。以来、50年近くにわたり、料理教室や出版活動を通して、食分野での消費者教育を行っています。「ベターホームのお料理教室」は札幌から福岡まで全国18ヵ所。料理と栄養の知識、食材の買い方や保存のしかた、環境のことなど、食生活全体について教えています。

このニュースリリースに関するお問い合わせは...

(財)ベターホーム協会 企画広報課 下(しも)まで

150-8363 渋谷区渋谷1-15-12

TEL03-3407-0471(代)03-3407-8712(直) FAX03-3407-0479 nagisa\_shimo@betterhome.jp