



このオンライン講座の流れ

	WEEK 1	WEEK 2	WEEK 3	WEEK 4
学び編	5分で分かる「プラ問題」ー どうしてプラスチックが問題？ (グローバル問題)	衝撃の事実！リサイクルのうそ、本当	変ありたけど変えられない、行動を変えるための脳の仕組みを解説	衣食住の衣にフォーカス、その洋服あなたに優しい？
	プラ製品とあなたの健康の関係を知りリスク対策をしよう	キッチンのプラスチックダイエット (食べ物編)	アルカリ性と酸性の汚れについてのお掃除マニュアル	プロデュースバックって何？海外で普及してるプロデュースバックバックの使い方紹介
ワークシート	「子育てママ」がスッキリ快適に暮らすための現在地把握ワークシート (キッチン)	プラ製品代替品チェックシート (手作り移行)	「子育てママ」がスッキリ快適に暮らすための現在地把握ワークシート (洗濯室、浴室トイレ)	自分の服に興味を持とう。あなたの服はどこからきている？
	目指せプラフリ！まずはあなたのキッチンにあるプラスチックを探してみよう	キッチンのプラスチックダイエット (食べ物編)	場所別プラフリダイエット (洗濯室、浴室トイレ)	
実習	外出用の脱プラキット！かんたん手作りランチョンマットを作ろう	手にも優しいキッチンで使える簡単クレンザーを作ろう	洗濯室やトイレ、浴室、シャワー編」1つで3役以上、トイレ、浴室シャワーに使えるマルチなバスボム作り	キッチンにあるあの野菜で草木染を体験してみよう