## ~シニア世代の自分づくりを応援します~

## みやシニア活動センター

所在地:〒320-8540

宇都宮市旭1丁目1番5号

(宇都宮市役所 2階 高齢福祉課 D8窓口)

電 話 028-632-2368 FAX 028-639-8575

E-mail miyasenior@city.utsunomiya.tochigi.jp HP https://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/

開館時間:8:30~17:15 (月曜日~金曜日) (十・日、祝日、年末年始を除く)

## 事業内容

◆ 相談窓口

セカンドライフは十人十色、みやシニア活動センターの相談 窓口は、第2の人生をいきいきと暮らすことができるよう、来 所者に合ったさまざまな情報や関係機関をご案内します。

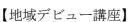
◆ 出張相談

キャリアコンサルタントによる相談会(月1回)

- ◆ 講座・講演会等
  - ①ライフプラン支援講座(月2回開催)
  - ②地域デビュー講座 (年3回開催)
  - ③シニア講演会(年2回開催)
  - ④シニア交流会(年1回開催)
  - ⑤出前講座「シニア世代応援講座」(随時受付)
- ◆ 情報誌

みやシニア活動センター通信「attivo」の発行(年4回)







【シニア講演会】