

～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）

（土・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）



【地域デビュー講座】



【シニア講演会】