

みやシニア活動センター 出張相談

◆シニア世代の自分づくりを応援します◆

- ライフプランづくりの支援
- ボランティア活動に向けた情報の提供
- 終活についてのアドバイス
- 働き方の希望に応じた情報の提供
- 就職に向けての適職診断

専門の
キャリアコンサルタントが
ご相談に応じます。



○日 時 平成31年1月8日（火） 午後1時～午後3時

○会 場 市立南図書館 1階エントランスロビー

※ 予約は不要です。

みやシニア活動センター（保健福祉部 高齢福祉課内）

お問い合わせ

〒320-8540

宇都宮市旭1-1-5 市役所2階 D8窓口

電 話 028-632-2368

F A X 028-639-8575

Eメール miyasenior@city.utsunomiya.tochigi.jp

開設時間 午前8時30分～午後5時15分（月～金）

みやシニア活動センター事業のご案内

ライフプラン支援講座



シニアライフを楽しく、幸せに暮らすためには、計画『ライフプラン』が必要です。
みやシニア活動センターでは、計画づくりを支援する『ライフプラン支援講座』を開催しています。

- ★ 対象者 おおむね50歳以上のシニア世代の方々
- ★ 日程

平成31年	1月	9日(水)・23日(水)	午前10時～正午
	2月	13日(水)・27日(水)	
	3月	13日(水)・27日(水)	

- ★ 講座の主な内容
 - 豊かで充実した人生を生きるための心構え
 - 描いてみようライフプラン
 - シニアの活動を支援する機関・窓口
 - 個別相談 * 講座内容は、毎回同じ内容です。
- ★ 講師 キャリアコンサルタント
- ★ 会場 宇都宮市総合福祉センター（8階 談話室）

今後の出張相談の予定

平成31年2月12日(火)	上河内老人福祉センター
平成31年3月12日(火)	中央図書館

※ 開設時間はいずれも午後1時～3時、予約は不要です。