

**室内の消毒除菌ならおまかせ!**

新型コロナウイルスの屋内消毒除菌なら安心できる地元企業の当社へご相談を!

**ネクストサービス宇都宮**

宇都宮市下荒針町3859-9  
営業時間:あさ7:00~夕方5:00  
定休日:なし※土日祝も対応します

**☎028-678-6301**

とちぎ応援チケット利用1月末まで!

**在宅カット・シャンプー 5,000円**

自宅や病院・施設へ出張いたします!ご家族どなたでもご利用ください!

**訪問美容室COCOA**

宇都宮市岩曾町975  
営業時間:あさ9:00~夕方5:00  
定休日:年中無休

**☎080-4439-4144**

**編集室よりごあいさつ**

昨年も多く読者、地元企業の皆様へ支えていただき誠に有難うございました。9月より求人コーナーがスタートし、11月より紙面も大きくなるなどシニア通信変革の年でした。私達は紙面やイベント企画を通じて皆様の暮らしがより便利に豊かになればという想いで2021年も邁進してまいります。本年もどうぞよろしくお願いいたします。

シニア通信編集室一同

printing factory  
**miyamoto**

シニアを応援する情報紙

**北版**  
1月号

**うつのみやシニア通信**

うつのみやシニア通信 検索 発行部数31,000枚 2021年1月15日号

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

8 働きがいも経済成長も  
10 人や国の不平等をなくそう

SDGsに取組むシニア通信は「とちぎSDGs推進企業」に登録されました!!

TOCHIGI

**家族が集まる場で 相続不動産の相談を!**

「不動産の相続を受けたいけれど、兄弟姉妹との話が進んでいない」「遠方で管理が難しい」「など兄弟姉妹が集まる場だからこそ、解決しませんか?」不動産のお悩み、ご自宅からお電話で相談頂けます!もちろんお客様の情報は秘密厳守。無料査定も対応しております!

**まずはお電話ください!**

**平和不動産株式会社**

宇都宮市中河原町4-9 グランドハイム中河原1F  
営業時間:平日 あさ9:00~夕方5:00  
日曜・祝日 あさ9:00~ひる12:00

**お問合わせ ☎0120-886-779**

**赤ちゃんから高齢者まで 皆にやさしい街、宇都宮**

宇都宮市 佐藤栄一市長

この人に会いたい! ③

宇都宮市のシニアを応援する情報紙「うつのみやシニア通信」編集長の今村です。今回は年始特別号ということで、昨年の宇都宮市長選で5度目の当選を果たした佐藤栄一市長にお話を伺いたいと思います。

明けておめでどうございます。今回シニア通信の新年特別号の取材を受けてくださった理由をお聞かせ頂けますでしょうか?

佐藤市長:明けましておめでどうございます。うつのみやシニア通信ではシニアの皆さんを応援することを大切にされているということで、今まさに宇都宮市で進めている「子どもから高齢者まで、誰もが安心して暮らせる持続可能なまちづくり」の考え方に通ずる部分があったため、お引き受けしました。

佐藤市長:宇都宮市でも高齢者健康診断のはがきにシニア通信と同じユニバーサルデザインを採用したことで、健康診断の受診者が増加し、「読みやすいデザイン」の重要性に気付かれました。また高齢者以外にも宇都宮市は共働き家庭が子育てしやすい街ランキング「1」位を頂きました。今後は子ども医療費の無償化を高校3年生まで引き上げるなど子育て支援をより一層強化していきまします。さらに宇都宮市は「昨年国から「SDGs 未来都市」に選定されるなど、日本のモデル都市として持続可能なまちづくりを進めています。シニアの皆さんそして、孫やひ孫の世代まで「宇都宮に住んでよかった」と思えるまちづくりを進めていきます。

誰かが平等にサービスを受けられるという意味で、本紙面でも「誰もが読みやすいチラシ」をモットーにシンプルで読みやすいユニバーサルデザインを採用しています。

佐藤市長:宇都宮市でも高齢者健康診断のはがきにシニア通信と同じユニバーサルデザインを採用したことで、健康診断の受診者が増加し、「読みやすいデザイン」の重要性に気付かれました。また高齢者以外にも宇都宮市は共働き家庭が子育てしやすい街ランキング「1」位を頂きました。今後は子ども医療費の無償化を高校3年生まで引き上げるなど子育て支援をより一層強化していきまします。さらに宇都宮市は「昨年国から「SDGs 未来都市」に選定されるなど、日本のモデル都市として持続可能なまちづくりを進めています。シニアの皆さんそして、孫やひ孫の世代まで「宇都宮に住んでよかった」と思えるまちづくりを進めていきます。

佐藤市長:高齢者等がこれまで以上に快適に移動できるよう、今年の春に交通ICカード「Toukai-TO TRIP」を導入するとともに、現在の70歳以上の高齢者がバスカードを購入する際の自己負担1万円分のバス乗車券を購入する際に必要な千円分の自己負担をなくしてまいります。さらに市内のどこからでも路線バス1乗車あたり運賃が500円以下になるような仕組みをつくることにも、LRTの開業に合わせて順次、LRTや地域内交通を乗り継いだ場合でも500円以下で移動できる仕組みを導入してまいります。またシニアの皆さんが安心して暮らせる地域包括ケアシステムを深化させることで誰もが孤立せず地域で支え合うまちづくりも必要ですね。

佐藤市長が考える「高齢者が安心して暮らせるまちづくり」とはどのようなものでしょうか?

佐藤市長:高齢者等がこれまで以上に快適に移動できるよう、今年の春に交通ICカード「Toukai-TO TRIP」を導入するとともに、現在の70歳以上の高齢者がバスカードを購入する際の自己負担1万円分のバス乗車券を購入する際に必要な千円分の自己負担をなくしてまいります。さらに市内のどこからでも路線バス1乗車あたり運賃が500円以下になるような仕組みをつくることにも、LRTの開業に合わせて順次、LRTや地域内交通を乗り継いだ場合でも500円以下で移動できる仕組みを導入してまいります。またシニアの皆さんが安心して暮らせる地域包括ケアシステムを深化させることで誰もが孤立せず地域で支え合うまちづくりも必要ですね。

この人に会いたい! ③

**赤ちゃんから高齢者まで 皆にやさしい街、宇都宮**

宇都宮市 佐藤栄一市長

この人に会いたい! ③

宇都宮市のシニアを応援する情報紙「うつのみやシニア通信」編集長の今村です。今回は年始特別号ということで、昨年の宇都宮市長選で5度目の当選を果たした佐藤栄一市長にお話を伺いたいと思います。

明けておめでどうございます。今回シニア通信の新年特別号の取材を受けてくださった理由をお聞かせ頂けますでしょうか?

佐藤市長:明けましておめでどうございます。うつのみやシニア通信ではシニアの皆さんを応援することを大切にされているということで、今まさに宇都宮市で進めている「子どもから高齢者まで、誰もが安心して暮らせる持続可能なまちづくり」の考え方に通ずる部分があったため、お引き受けしました。

佐藤市長:宇都宮市でも高齢者健康診断のはがきにシニア通信と同じユニバーサルデザインを採用したことで、健康診断の受診者が増加し、「読みやすいデザイン」の重要性に気付かれました。また高齢者以外にも宇都宮市は共働き家庭が子育てしやすい街ランキング「1」位を頂きました。今後は子ども医療費の無償化を高校3年生まで引き上げるなど子育て支援をより一層強化していきまします。さらに宇都宮市は「昨年国から「SDGs 未来都市」に選定されるなど、日本のモデル都市として持続可能なまちづくりを進めています。シニアの皆さんそして、孫やひ孫の世代まで「宇都宮に住んでよかった」と思えるまちづくりを進めていきます。

誰かが平等にサービスを受けられるという意味で、本紙面でも「誰もが読みやすいチラシ」をモットーにシンプルで読みやすいユニバーサルデザインを採用しています。

佐藤市長:宇都宮市でも高齢者健康診断のはがきにシニア通信と同じユニバーサルデザインを採用したことで、健康診断の受診者が増加し、「読みやすいデザイン」の重要性に気付かれました。また高齢者以外にも宇都宮市は共働き家庭が子育てしやすい街ランキング「1」位を頂きました。今後は子ども医療費の無償化を高校3年生まで引き上げるなど子育て支援をより一層強化していきまします。さらに宇都宮市は「昨年国から「SDGs 未来都市」に選定されるなど、日本のモデル都市として持続可能なまちづくりを進めています。シニアの皆さんそして、孫やひ孫の世代まで「宇都宮に住んでよかった」と思えるまちづくりを進めていきます。

佐藤市長:高齢者等がこれまで以上に快適に移動できるよう、今年の春に交通ICカード「Toukai-TO TRIP」を導入するとともに、現在の70歳以上の高齢者がバスカードを購入する際の自己負担1万円分のバス乗車券を購入する際に必要な千円分の自己負担をなくしてまいります。さらに市内のどこからでも路線バス1乗車あたり運賃が500円以下になるような仕組みをつくることにも、LRTの開業に合わせて順次、LRTや地域内交通を乗り継いだ場合でも500円以下で移動できる仕組みを導入してまいります。またシニアの皆さんが安心して暮らせる地域包括ケアシステムを深化させることで誰もが孤立せず地域で支え合うまちづくりも必要ですね。

佐藤市長が考える「高齢者が安心して暮らせるまちづくり」とはどのようなものでしょうか?

佐藤市長:高齢者等がこれまで以上に快適に移動できるよう、今年の春に交通ICカード「Toukai-TO TRIP」を導入するとともに、現在の70歳以上の高齢者がバスカードを購入する際の自己負担1万円分のバス乗車券を購入する際に必要な千円分の自己負担をなくしてまいります。さらに市内のどこからでも路線バス1乗車あたり運賃が500円以下になるような仕組みをつくることにも、LRTの開業に合わせて順次、LRTや地域内交通を乗り継いだ場合でも500円以下で移動できる仕組みを導入してまいります。またシニアの皆さんが安心して暮らせる地域包括ケアシステムを深化させることで誰もが孤立せず地域で支え合うまちづくりも必要ですね。

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

SDGs世界を変える17の目標

1 貧困をなくそう 2 飢餓をゼロに 3 すべての人に健康と福祉を 4 質の高い教育をみんなに 5 ジェンダー平等を実現しよう 6 安全な水とトイレを世界中に 7 エネルギーをみんなに そしてクリーンに 8 働きがいも経済成長も 9 産業と技術革新の基盤をつくろう 10 人や国の不平等をなくそう 11 住み続けられるまちづくりを 12 つくる責任 つかう責任 13 気候変動に具体的な対策を 14 海の豊かさを守ろう 15 陸の豊かさを守ろう 16 平和と公正をすべての人に 17 パートナーシップで目標を達成しよう

**焼肉おかつの味がこの価格で! 至福で満たされる豪華弁当です。他にも豊富なメニューあります!**

**お持ち帰り弁当は よる9時まで注文可能!**

満腹200g 特製ステーキ弁当 2,580円(税抜)

和牛に舌巻 上カルビ弁当 1,300円(税抜)

溢れる肉汁 和牛ハンバーグ弁当 1,000円(税抜)

お得なご家庭用焼肉セット 霜降りセット 8,400円(税抜)

**ご注文はよる9時までにお電話で!**

**炭火焼肉おかつ 宇都宮店**

宇都宮市下栗町695-7  
店内飲食の営業時間:11時~14時/17時~20時  
テイクアウト受付時間:11時~21時まで※年中無休

**注文受付 ☎028-657-5529**

**新年は、白く美しい口元で!**

院長 大塚 保光 氏

パッと見た時人は顔の下半分が年齢を判断すると言われています。特に口元に白く美しい歯が見ると若々しさを感じるものです。逆に黄ばんだり汚れたりしている歯には年齢を感じてしまいます。このような汚れている歯でもホワイトニングをすることで、元々自身が持っていた白い歯を取り戻すことが可能です。ホワイトニングと言ったり若い人がするもの、というイメージがありますが、最近では、たくさんの60代、70代の方もされているんです。新年は白く美しい歯で過ごしませんか?!

(公社)日本口腔インプラント学会 専門医

**おかつか歯科クリニック**

宇都宮市御幸ヶ原町77-18(休診日:日、祝)

診療時間:9時~13時/14時半~19時

**お問合わせ ☎028-683-0500**

ホームページ▶https://ohtsuka-dental.com/

シニアを応援する情報紙

**北版**  
1月号

**うつのみやシニア通信**

うつのみやシニア通信 検索 発行部数31,000枚 2021年1月15日号

UCDA 賛助会員

当社はユニバーサルコミュニケーション活動を推進しています。

うつのみやCSRまちづくり 貢献企業の印刷工場みやもとが 発行しています。

**メーカーより2割安い!! 外壁・屋根はおまかせ**

「家の壁汚れが目立って気になるよね...」 「最近大雨も多いし屋根が心配で見えてほしい...」 そんなシニアの方からのご相談が増えてます。リフォームの森は、自社施工だからハウスメーカーよりも2割安い! 高品質なものを低価格でご提供しています。まずはお気軽にご相談ください。

**リフォームの森**

宇都宮市中岡本町3175-1  
営業時間:あさ9:00~よる8:00  
※土日祝も対応いたします!

**お問合わせ ☎028-678-5250**

**不安解消! 新型コロナウイルス 抗原検査キット販売**

「少しでも体調が悪いと新型コロナウイルスにかかっているんじゃないか不安」病院に行くのも気がひける。悩みの解消に、先ずはこの検査キット。不安を解消できれば、少数販売致します。

抗原検査:現在感染している可能性を調べる検査  
抗体検査:過去に感染した抗体があるか調べる検査

睡眠で現在の感染状況を自宅でも判定出来るキットです。

新型コロナウイルス 抗原検査キット **4,000円(税抜)**

**印刷工場みやもと**

宇都宮市中戸祭1-4-5  
営業時間:あさ9:00~よる6:00  
シニア通信ホームページにて予約販売中

**お問合わせ ☎028-622-5156**

**「磨宝卵ゴールド」使用 新商品エッグドシヤ**

昨年リニューアルした砥上町の洋菓子店メルシーでは、プレゼントにちょうど良い「エッグドシヤ」を新発売。創業80年の高級卵を生産している卵明舎のブランド卵「磨宝卵ゴールド」を贅沢に使用したラングドシャ。サクッと食感にほろろ口溶け。かわいいオリジナル缶入りです。

卵明舎の「磨宝卵ゴールド」使用 **エッグドシヤ** 内容量 250g 2,300円(税込)

こだわりの「磨宝卵」を使用した洋菓子店 **ラボラトワール メルシー**

宇都宮市砥上町795-4  
営業時間:あさ9:00~よる6:00

**お問合わせ ☎028-649-0607**

**おうちにサンルーム 雨でも花粉でも快適!**

天気予報では晴れだったのに、洗濯を干して買い物に出たら急に降り出した雨に焦って帰宅。なんて経験ありませんか? サンルームは雨の日も花粉時期も洗濯物を干せる便利な場所。お部屋の一部分として、お庭の自然を感じる場所として家族みんなの快適空間としても最適です!

**無料相談受付中! まずはお電話を!**

(有)リフォームカネダ

宇都宮市下栗町578-3  
定休日:日曜、祝日  
営業時間:あさ9:00~夕方5:00

**お問合わせ ☎028-656-6664**



シニアを応援する情報誌

# うつのみやシニア通信

北版 1月号

うつのみやシニア通信 検索 発行部数31,000枚 2021年1月15日号

シニア通信はSDGsに取組んでいます

8 働きがいと経済成長  
10 人や国の不平等をなくそう

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

## 重いものが持てない・車がない方へ

# シニア通信が提供する 便利な助っ人サービス

「運搬できないからいつも大変」「外出するのが難しい」「そんなシニアの皆さんをお助けするべく、うつのみやシニア通信では新サービスを始めました。お米や灯油など重くて大変な買い物や、お庭やお墓の掃除など「シニアの困った...」をお助けします。通常1時間3,000円のところ1月30日までにお申込みいただくと2,000円で奉仕！

**利用方法・申込みはお電話で！**

「運搬できないからいつも大変」「外出するのが難しい」「そんなシニアの皆さんをお助けするべく、うつのみやシニア通信では新サービスを始めました。お米や灯油など重くて大変な買い物や、お庭やお墓の掃除など「シニアの困った...」をお助けします。通常1時間3,000円のところ1月30日までにお申込みいただくと2,000円で奉仕！

**便利な助っ人サービス**

- 重い荷物持ち
- お買い物代行
- 家事・高所作業
- 庭や墓の清掃
- スマホの操作

※リフォームなど助っ人以上の作業は専門業者をご紹介します

**おこなお困りごと  
お助けします！**

1時間3,000円が  
**2,000円(税込)**

■エリア/戸祭・若草・宝木・駒生・野沢  
■1時間以降は20分毎1,000円(税込)  
※1/30までの特別価格となります

うつのみやシニア通信の便利屋  
**シニア助っ人サービス**

宇都宮市中戸祭1-4-5 (印刷工場みやもと内)  
受付時間: あさ9:00~よる6:00 定休日: 日、祝

**お問合せ 028-622-5156**

## 焼肉店は換気効果6倍！ 個室・半個室で安心

実は焼肉店は、煙を吸う換気機能のついた席があるので一般的な飲食店の5~6倍も空気の入替えを安心して安心！さらに3密対策の個室・半個室をご用意。当店は、食肉卸問屋直営なのでブランド和牛をお手頃価格でご提供。ご自宅で楽しめるお持ち帰り弁当もぜひ！

シニア通信ご持参で  
会計5千円以上▶500円引  
1万円以上▶1,000円引

お持ち帰り弁当も大好評!

**炭火焼肉おおつか 鹿沼店**  
鹿沼市西茂呂3-52-12  
営業時間: 11時~15時(注文は14時半まで)  
17時~22時半(注文は22時まで)  
予約受付 **0289-60-7530**

## 「栃木の藤原秀郷から 始まった武士の成立」講座

「武士」といって頃どのような経緯で生まれたのでしょうか？貴族の時代、平安では坂東の地はまさに辺境でした。坂東を治めるため赴任した貴族たちは、土地を開拓し、蝦夷との境界を占守し、自らの命を守るために武装して集団を形成していききました。そんな中で起きた「平将門の乱」を平らげ、その功により地方の豪族としては破格の従四位下の官位と鎮守府將軍を拜命した「藤原秀郷」とはどのような人物だったのかをお話いただきます。

【講師】  
栃木県立博物館 学芸員 山本享史氏  
担当企画展 実績  
2017年 「藤原秀郷と 那須一展」  
2018年 「藤原秀郷 展」  
2021年 「皆川文書 展」

2021年1月23日(土) 会場&オンライン同時開催致します  
時間: 午後2:00~4:00(開場1:30~)  
会場: 栃木県総合文化センター3階特別会議室  
定員: 先着100名 ※マスク着用にてご参加ください  
参加費: 無料 ※ご参加には必ず事前予約が必要です

**藤原秀郷フォーラム事務局**  
宇都宮市中戸祭1-4-5(印刷工場みやもと内)  
受付時間: 9時~18時※日、祝休み  
オンラインでの参加方法はホームページより▶▶▶

**予約受付 028-622-5156**

## お庭の手入れが大変... それ人工芝にしませんか？

「庭の芝刈りや草むしりが体力的に辛いからなんとかしたい...そんなお悩みを株式会社マイスターの人工芝が解決します！当社の人工芝は、天然の芝と見違えるほど自然な見た目で、肌触りもやさしいのが特徴。下地に防草シートを敷くため、後から雑草が生える心配もなくお手入れも簡単です。当社展示場では、実際に人工芝を見て、触っていただけの見学体験も随時行っておりますので、ぜひお越し下さい。

**宇都宮市S様(60代女性)の例**  
花壇と畑を庭でやっていただけ、腰を悪くして出来なくなりました。雑草は伸びて荒れ放題の庭をなんとかしたいと思っていただけ、人工芝のことで知り早速相談。植木や庭石も撤去して人工芝にしたら庭が広くなって、庭に出て運動するのが日課になりました。雑草や落ち葉の悩みからも解消されて人工芝にして正解でした!

**見て! 触れる! 展示場もぜひお越しください**

**株式会社マイスター**  
宇都宮市白沢町1666-4 (日、祝定休)  
営業時間: あさ8:00~夕方5:00  
詳しくはお電話又は「人工芝 マイスター」で検索!

**お問合せ 028-666-4366**

次号「うつのみやシニア通信 北版」は2月16日(火)新聞折込!! ● 楽しく学べるシニア向け教室 ● 備えておきたい終活特集 ● 知られざる栃木の歴史コーナーなど宇都宮の情報を盛りだくさんでお届けします

## 新型コロナウイルス感染症防止 に伴う取り組みについて

当店は、外出自粛要請解除に伴い感染症対策を行いながら通常営業を再開しております。短縮営業中は大変ご迷惑をおかけいたしました。今後も感染症対策として、ご来店時のマスクの着用とご来店日時のご予約のご協力をお願いいたします。また、少人数制で再開しましたスマホ教室では他社をご利用の方に代わって貸出用のスマホをご用意しておりますのでお気軽に参加して頂けます！お客様の安心・安全をお守りし、スタッフ一同ご来店を心よりお待ちしております。

スマホ教室再開しました!  
各講座 定員 3名  
※定員になり次第受付を締め切らせて頂きます。(フェイスシールドの貸出有) 開催時間: 約1時間程度

1/20 水 11:00~12:00 (iPhoneをお持ちでない方向け) はじめてのiPhone体験会  
14:00~15:00 Appleマスターによるワンポイントアドバイス

1/27 水 11:00~12:00 はじめてスマホ【基本編】  
14:00~15:00 はじめてスマホ【応用編】

**auショップ宇都宮駒生**  
宇都宮市駒生町3364-2 定休日: 第1水曜日  
営業時間: あさ10時~よる7時  
**お問合せ 0800-700-1266**

## 少人数だから安心! 「おとなの脳トレ」無料体験

「最近もの忘れが多くなってきた...」そんな方にはゲーム感覚で脳を鍛えられる「おとなの脳トレ」コースがおすすめです。月々税込5,500円から始められ、少人数でのレッスン。今なら無料体験に加え、入学金無料やお得なキャンペーンも実施中。生徒さんの夢を叶えるゆめ応援プロジェクトも実施。

**ECCジュニア ECCシニア**  
新ブランド  
受付時間: 平日 あさ10:00~よる6:00  
市内153教室から近くの教室をご案内!  
**0120-415-144**

## 1周年の感謝を込めた タニタのキャンペーン

体脂肪計の「タニタ」運営の女性専用30分フィットネス「タニタフィットミー」宇都宮鶴田店ではオープン1周年キャンペーンを開催！入会金無料・全身振動マシン3回券付きなど今だけのチャンスも！まずはお試し無料体験の他、期間限定・入会不要の10回通い放題も！

1周年感謝キャンペーン期間  
**1/12(火)~2/27(土)**  
密を避けた感染予防対策を強化中です!  
**タニタフィットミー**  
宇都宮市鶴田町1430-1(ヨークタウン鶴田内)  
営業時間: 10:00~12:30/14:00~20:00  
土曜のみ10:00~14:00 定休日: 日曜、祝日  
**お問合せ 028-612-1039**

## 新しい年を迎えて何かスタートしたい! おとなの習い事特集

今年こそ「何か始めたい!」というあなたにぴったり!! シニアが楽しく通える習い事をご紹介します!

はじめての一眼レフ写真個別教室  
広告カメラマンがレベルに合わせて指導  
1回1名様11,000円(3時間)※グループもOK

**印刷工場みやもと**  
宇都宮市中戸祭1-4-5(教室会場)  
受付時間: あさ9:00~よる6:00  
定休日: 日曜日、祝日  
**受付 028-622-5156**

初心者も楽しく学べる  
**おとなの和裁教室 生徒募集**  
ダンスに眠る着物をハンテン等に!!  
毎週2回(月・水)計8回で月6,000円

**石山和装専門学校**  
宇都宮市今泉1-4-34(JR宇都宮駅西口3分)  
受付時間: あさ9:00~よる7:00  
定休日: 土、日、祝 詳しくはお電話下さい  
**受付 028-622-0619**

## お得な特典がいろいろ! 年間購読会員を募集中!!

うつのみやシニア通信の最新号(南版・北版)が毎月ご自宅に届く、年間購読サービス「うつのみやシニア倶楽部」の会員を募集中!

会員特典 **カンタン! 遊び筆文字教室等**  
シニア向け有料イベントが全て**参加無料!**  
※紙面に募集中のイベントを紹介しています

**年間購読会費 1,000円(税込)**

うつのみやシニア通信編集室(印刷工場みやもと内)  
**お申込み 028-622-5156** 受付時間 月~土(9:00~18:00)

## シニア活動情報局 カンタン! 遊び筆文字教室

文字や絵が苦手な方も大丈夫! 心が伝わる遊び筆文字教室に参加してみませんか? 書道とちがって決まりのない自由な遊び心で世界にひとつの文字を楽しく学びましょう!

当日は市販の筆(毛筆)とマスキをお持ちください!  
※状況により変更あり。

実施日: 令和3年2月9日(火) あさ9:30~ひる12:00(残り9名様)  
会場: とちぎ健康の森 2階小会議室 講師: 大橋好美  
参加費: 500円 ※会員は参加無料(詳しくはお問合せください)  
主催: うつのみやシニア通信編集室(印刷工場みやもと内)  
**予約受付 028-622-5156** ※会員様も予約が必要です!

## シニア活動情報局 毎日便利スマホアプリ教室

「アプリって耳にするけどシニアでもすぐ使えるおすすめのアプリってあるの?」という方へ、すばい使い始める事が出来る、生活を楽める便利にするスマホアプリについて学べる教室です!

※スマホの無料貸出しあり  
※ドコモ以外の携帯をご利用の方もご参加いただけます!

実施日: 1月28日(木) あさ9:30~ひる11:00/参加費: 無料  
会場: 宇都宮市文化会館3階 第1会議室(先着20名様)  
講師: d gardenかましんゆいの社店スマホ教室講師  
主催: うつのみやシニア通信編集室(印刷工場みやもと内)  
**予約受付 028-622-5156** ※要予約になります!