60歳からの情報紙
うつのみやシニア通信 4月号
宇都宮北版 発行部数29,000枚 2019年4月16日号
うつのみやシニア通信 検索

【発行】株式会社みやもと ■シニア通信編集室
宇都宮市中戸祭1-4-5 TEL.028-622-5156
ホームページ・Facebook 印刷工場みやもと 検索
ホームページ

UCDA ユニバーサルコミュニケーションデザイン協会 賛助会員

建替えをお考えのあなたに
老後のお金も心も安心できる住まいを！

最近では、ご夫婦で老後を楽しむために、管理のしやすい平屋への建替えを検討される方が増えています。

「建替えをしたいけど、万一のために手持ちのお金を残しておきたい…」

「年金収入のみで、ローンの申込みを断られてしまった…」

という方でも安心して建替えができる住宅ローンをご用意。

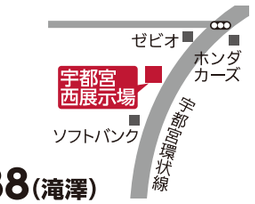
ぜひ、展示場へご来場ください！

※審査によりローンをご利用いただけない場合もございます。

花と緑のキャンペーン
4月27日(土)～5月12日(日)
※ご相談は随時、お受けいたします

チラシをお持ちいただいた方にもれなく記念品をプレゼント！

セカンドライフを楽しむ家づくり
住友林業株式会社
宇都宮西展示場
宇都宮市細谷町753-3
(CRTハウジング宇都宮総合住宅展示場西会場内)
営業時間：あさ9：30～夕方5：30
お問合せ TEL:028-623-5888(滝澤)



三つ以上☑は要注意!?
排水管クリーニング

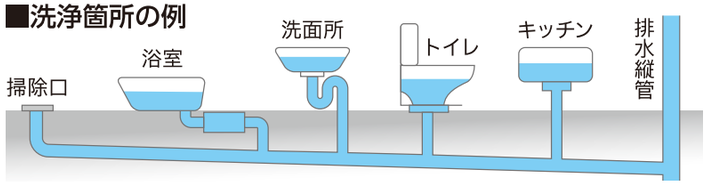
チェックリストで3つ以上当てはまる方は、早めの排水管クリーニングをおすすめします。カンセキの住マイル応援隊なら清掃後に水漏れ、床下も無料で点検し、ご報告いたします。

チェックリスト 住マイル応援隊

- □ 揚げ物をよくする
- □ 排水溝の臭いが気になる
- □ 排水溝に髪の毛がよく溜まる
- □ 5年以上掃除をしていない
- □ ゴキブリ、小バエが出た
- □ 排水溝からコポコポ音がする

高圧洗浄機を使った
排水管クリーニング
1軒まるごと **8,400円**【税込】

■洗浄箇所の例



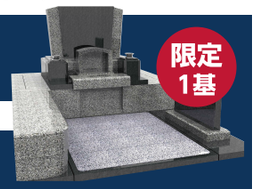
住まいの『あれこれ』をお手伝いします
カンセキ 住マイル応援隊
受付時間：あさ9:00～よる7:00
お申込み 0120-187-004

お見積もり無料!!!
お気軽にご相談ください!

ご家族で訪れやすい
自然豊かな霊苑

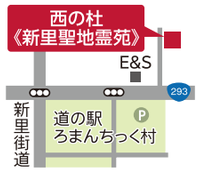
道の駅「ろまんちっく村」のすぐ目の前なので、バス停から歩いてお越しいただけます。霊苑内は駐車場で囲まれていますので、お墓のすぐ近くに駐車可能です。杖や車イスの無料貸し出し、お子様が遊べるキッズスペースもご用意。苑内に咲く四季折々の花が皆様のお越しをお待ちしております。

現地説明会開催中！
見学をご希望の方はお気軽にご連絡ください。



ご契約の方に墓石を特別価格でご提供いたします。
限定1基
直輸入問屋だからできる上質な御影石
一般墓地(墓地代別途) **147万円【税抜】**
◎1区画3.60㎡(1.60m×2.25m) ◎工事費込み ◎有効期間2019年6月末
協力石材店：(有)イー・アンド・エス 0120-148-413

西の杜《新里聖地霊苑》
宇都宮市新里町丙635-3
営業時間：あさ9：00～夕方5：00
管理事務所 0120-094-940



網戸の張替え出張サービス受付中！

面倒な網戸の張替えもカンセキの住マイル応援隊に全てお任せ！お電話を頂いてから(後日)出張訪問し、張替え作業を行います。

「張替え出張サービス」なら出張費・張替費・替え網代・替えゴム代込みで(掃き出し窓サイズ)1枚当たり3809円(税込)～。

網の破れが気になるときは
張替え出張サービス
例3,809円(税込)～

網戸を新調するならこれ!!
面倒な採寸から設置まで(一般住宅限定)
まるごとパック 基本料金 3,240円(税込)
※商品代別途

お見積もり無料！お気軽にご相談ください！
カンセキ住マイル応援隊
受付時間：あさ9:00～よる7:00
お問合せ 0120-187-004

シニア活動情報局
スマホ無料体験会

そろそろスマホにしようかとお悩みの方に向けた「スマホ無料体験会」をドコモショップ宇都宮馬場町店にて実施。文字が大きく表示され、操作が簡単なシニア向けスマホを講師の解説付きで体験できます。同世代の方と和気あいあいと楽しく気軽に参加できるのが魅力。

折りたたみ携帯を使用している方が対象

主　催：ドコモショップ宇都宮馬場町店
実施日：4/19(金) 10:00～11:00、12:00～13:00
14:00～15:00、16:00～17:00
会　場：宇都宮市馬場通り1-1-1シティタワー宇都宮1階
参加費：無料(各回先着3名様) 予約受付：0120-670-608

1回20分の気軽な運動！ 女性のためのフィットネス

お買い物のついでにスポーツウェアに着替えることなく、有名プロも使用している高速振動マシンの上で、1回20分運動するだけで、ダイエット、骨粗しょう症、肩こり、姿勢の改善などのアンチエイジングに効果絶大です。

女性専用なので、スタッフにも相談しやすく、無理なく運動が続けられます。

お申込みはお電話で！

春のキャンペーン 5月31日(金)まで

無料体験実施中!!

ビッグツリー スポーツクラブ **B.tone【ビー・トーン】**

宇都宮市鶴田町821-3（food fit鶴田店内）
営業時間：あさ9:45～1:30／ひる3:00～よる8:30
定 休 日：日曜日

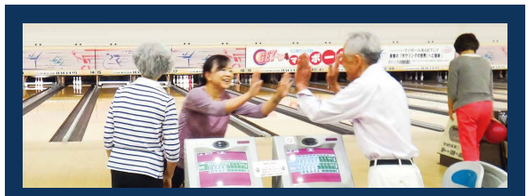
申込受付 TEL：028-666-0666

初心者におすすめ！ 健康ボウリング教室

プロボウラーの講師が初心者の方でもわかりやすく講話も交えてお教えします。現在、4コース募集中！動きやすい服装で気軽にご参加ください。

主催 宇都宮ボウリング協会
後援団体 栃木県・栃木県教育委員会・(公財)栃木県体育協会・宇都宮市・宇都宮市教育委員会・宇都宮市体育協会・栃木県ボウリング場協会・栃木県ボウリング連盟

お申込みはお電話で！



❶月曜(午前)コース 5/13、20、27、6/3、10、17 10:30～12:30	❷月曜(午後)コース 5/13、20、27、6/3、10、17 13:30～15:30
❸火曜(午前)コース 5/14、21、28、6/4、11、18 10:30～12:30	❹水曜(午後)コース 5/15、22、29、6/5、12、19 13:30～15:30

ゲーム代・貸靴代・教材費・障害保険料込み!!

各クラス定員40名　全6回 **2,000円(税込)**

無理なく楽しくはじめられる健康スポーツ♪

宇都宮第二トーヨーボウル

宇都宮市滝の原2-4-40
営業時間：あさ10:00～よる11:00　定休日：無休

申込受付 TEL：028-635-1711

スマートフォン初心者でも安心！ auショップ宇都宮駒生『電話教室』無料開催

初めてスマホを買ってみたけど「文字を大きくする方法は？」「写真の撮り方がわからない」「同じ趣味を持つ友達にメールをしたい」などなど、スマホの初歩的な操作をわかりやすく学べます。ちょっとでもわからないことがあったら、是非参加してみてください。

他社ケータイをご利用中の方もお気軽にお申込みください。

お申込みは下記電話番号へ

■ **はじめてのスマートフォン体験会**（申込締め切り、14日19時まで）
5月15日（水）11:00～12:00、14:00～15:00　各回5名様限定

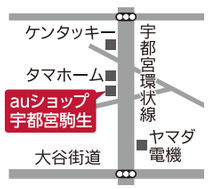
■ **スマホの便利な使い方（アプリ紹介）**（申込締め切り、21日19時まで）
5月22日（水）14:00～15:00　5名様限定

auショップ宇都宮駒生

宇都宮市駒生町3364-2
営業時間：あさ10:00～よる7:00　定休日：第1水曜日

予約受付 お問合せ フリーコール **0800-700-1266**

※チラシ有効期限：2019年5月22日※掲載の内容は2019年4月16日時点の情報です。※他の地域では実施していない場合がございます。



詳しくは店頭スタッフまで

金・プラチナの買取り 20%アップ！

買取り専門店のツナグでは、今だけ金・プラチナの買取り価格がチラシ持参でアップするキャンペーンを実施中。貴金属以外にも、ハガキや切手、テレホンカード、旅行券、商品券なども買取り。終活カウンセラーの資格を持ったスタッフが丁寧にご対応いたします。

チラシ持参で貴金属の買取り価格が20%アップ!
期間:4月16日～4月30日

ツナグ 宇都宮本店

お問合せ **028-678-9279**

宇都宮市中戸祭1-5-20
（かましん戸祭店 斜め向かい）
営業時間：平日 あさ10:00～夕方5:00
定休日：土・日曜日

お友達とのバス旅行 企画・手配・送迎します

同窓会や自治会などのバス旅行の企画・手配・送迎を行なっています。ご予算だけではなく、トイレ休憩の回数やバリアフリーの宿泊先探しなど参加者の要望に合わせて自由にプランが組めるので、安心して旅行がお楽しみ頂けます。お問合せはお気軽にお電話で！

ご友人と少人数でのご旅行～
同窓会や自治会旅行までお任せ!

国本企画交通・国本企画

お問合せ **028-666-7056**

宇都宮市岩原町661
営業時間：あさ9:00～夕方5:00

運動後の気になるニオイにこの石鹸

臭いの原因は、汗などでムレて臭いの元となる雑菌が繁殖するから！気になる臭いを防ぐには、殺菌効果のある「ウエスト薬用石鹸」

毎日、臭いが気になる部分にウエスト薬用石鹸を使って洗うだけ！消毒薬のような香りが「臭い」を絶つ秘訣です。

ウエスト薬用石鹸 300円(税抜)

くすりのミズイ

お問合せ **028-622-6146**

宇都宮市桜交差点角（駐車場郵便局隣）
営業時間：あさ9:00～よる6:00
定休日：日・祝・第3月曜日