60歳からの情報紙
北版 11月号
うつのみや シニア通信 ©
宇都宮北版 発行部数29,000枚 2019年11月19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

着物リメイク服を気軽に。展示相談会を開催

着物生地を、素敵なお洋服にリメイクする蔵風香では、ジャケット感覚で羽織れる着物リメイクのお洋服、「haori.J」の展示・試着会を開催致します。どの年代の方でも気軽に楽しめるデザインです。着物のリメイクをお考えの方はぜひご相談ください。

蔵風香(栃木県庁前)
11/22(金)・23(土)・24(日)
さくら市さくらテラス(JR氏家駅前)
11/29(金)・30(土)・12/1(日)
開催時間:ひる11:00～17:00(両会場)

着物リメイク専門店 **蔵風香(くらふうが)**
宇都宮市本町9-4 石ビル2階
お問合せ 090-8043-9271

打直しでふかふか♪無料でふとんを集配

久しぶりに出したら羽毛布団のボリュームがなくなってた…なんてことありませんか？生地から羽毛が飛び出したり、膨らみがなくなってきた時は、打直し(リフォーム)がおすすめ。お直し期間中は布団を無料貸出し致します。併せて綿布団の打直しもお気軽にご連絡ください。

羽毛布団の打直し(シングルサイズ)
19,800円(税抜)～
※高品質足し羽毛無料サービス！
綿布団もおまかせ!!
市内なら無料で自宅へ引取り・お届け!

羽毛布団から綿布団まで職人が手作り!
ふとんのかわすみ
宇都宮市八千代2-17-12
営業時間:あさ10:00～よる7:00 定休日:月
お問合せ 028-658-0133

早割スタート！お米ひろばの正月もち

お米ひろばの正月もちは、会津喜多方産の新米「こがねもち」を一〇〇%使用。粘りが強く甘みと旨味のバランスが最高のお餅です！

今ならお得に買える「早割」を実施中。11月30日(土)までに、ご予約・お支払いのお客様は表示価格から10%引きでご提供いたします！

お供え用・のしもちなどサイズ・種類も豊富!
11/30迄のご予約 お支払のお客様は 10%引き!

お米ひろばさとう
お問合せ
宇大前店 028-637-3888
御幸ケ原店 028-663-1050
※ご予約はお近くの店舗までお電話で!

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。

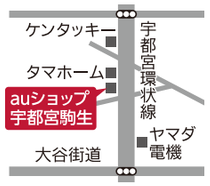
他社ケータイをご利用中の方もお気軽にお申込みください。

お申込みは下記フリーコールへ

11/20(水) スマホ中級者講座&ダスキンお掃除講座
12/ 3(火) スマホ初心者講座(LINE編)&年末ダスキンお掃除講座
12/11(水) スマホ中級者講座&年末ダスキンお掃除講座
各体験講座5名様限定 14:00～15:00開催 ※申込は当日正午まで受付

*iPhone、iPadは、米国および他の国々で登録されたApple Inc.の商標です。iPhoneの商標は、アイホン株式会社のライセンスにもとづき使用されています。

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



詳しくは店頭スタッフまで

※チラシ有効期限:2019年12月16日※掲載の内容は2019年11月19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。

シニア活動情報局

カンタン！遊び筆文字教室

字や絵が苦手でも大丈夫！心が伝わる遊び筆文字教室に参加してみませんか？書道とは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！

墨を使いますので、汚れても大丈夫な服装でご参加ください！

教室の様子

実施日:12月12日(木) ひる2:00～夕方4:30
会　場:宇都宮市文化会館 4F研修室
講　師:大橋好美　参加費: 無料(先着15名様)※用具不要
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)

カブト揚・炭火やきとり 持帰り専門店!

こだわりの岩手県産菜彩鶏を使用。
お電話での事前予約も承ります！

やきとり 富(とみ)
宇都宮市細谷町659 山本ビル1F
営業時間:ひる3:00～よる9:00
定休日:水(スーパー銭湯宝木乃湯の隣)
☎028-666-0188

AUTOBACS GROUP タイヤ交換

シーズン中は混雑が予想されます！
スタッドレスタイヤ交換はお早めに！

● オートバックス宇都宮南店
宇都宮市宮の内2-1300 ☎028-655-4888
● オートバックス宇都宮西店
宇都宮駒生2-19-5 ☎028-600-1800
● スーパーオートバックス宇都宮
宇都宮市城東2-25-16 ☎028-610-3777

済生会北店ではケーキや焼き菓子は勿論
店内のカフェでも使用できます！

グリンデルベルグ済生会北店
宇都宮市岩曽町743-1
営業時間:あさ10:00～よる7:00
定休日:月曜日(祝日の場合は翌日火曜日)
☎028-678-2551

こちらのお店でも使える！

25%もお得！

宇都宮市 プレミアム付商品券 取扱店紹介

プレミアム付商品券を賢く使ってお得にお買物しましょう。
※商品券購入の申請は11月30日(土)まで

60歳からの情報紙
北版 11月号
うつのみやシニア通信 ©
宇都宮北版 発行部数29,000枚 2019年11月19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

【数量限定】南大門の「絶品おせち」

料理にも定評がある南大門が、満を持してつくる『絶品おせち』の予約をただ今受付中！亀甲型のお重には、海老や焼きホタテなどの贅沢食材を使った和食。さらには、花餅桃や紅叉焼などの中華と、チャンジャやナムルなどの韓国風も盛り込まれた全41品目がそろいます。

16,000円(税込)代金引換でのお支払のみ
クール便配送代無料!さらに代引手数料当社負担
日帰りコース無料ペアチケットの特典付!

ザ・グランドスパ南大門
宇都宮市今泉3-2-18　定休日：年中無休
ご予約受付時間：あさ10:00～よる6:00
お問合せ 028-622-1126

もっと節約できるかも!? 通信費の節約術教えます！

増税から一カ月…。これから年末に向けてさらに財布の紐は締めておきたい今日この頃。そんなシニア通信をご覧のみなさんに、毎月必ずかかる通信費の節約術をお教えします。

当店はお客様に寄り添い今より【安心】で【お得】に、そして【便利】にご利用頂けるようしっかりサポート！まずはお気軽にご来店ください。

他社ケータイ・スマホをご利用中の方も大歓迎！

シニア通信限定特典
シニア通信をご持参のお客様に鍋つゆをプレゼント!

ドコモショップ宇都宮駒生店
宇都宮市駒生町731（宮環沿いネッツトヨタ向かい）
営業時間：あさ10:00～よる7:00　定休日：第2火曜日
お問合せ 0120-372-608

眺めを楽しむランチ付！日帰り人間ドックコース

宇都宮記念病院ではお食事付きの人間ドックをご提案しております！健診後に、日光連山や市内を一望できる12階レストランでお食事を楽しみませんか？

人間ドック1日コース
38,000円(税別)お食事付き！
※健康保険組合等により料金が異なります。
※直前の予約もOK！まずお問合せを！

宇都宮市健康診断各種
※宇都宮市がん検診なども受診できます。

社会医療法人中山会 宇都宮記念病院 総合健診センター
宇都宮市大通り1-3-16
営業時間：月～金8:30～17:00 土8:30～12:00
定 休 日：日曜日
予約受付 028-625-7831

食事会・各種宴会承ります ご予算・お料理要相談！

宴会コース 5,000円(税別)～
ご宴会予約のお客様に限り…
飲み物の持込みOKです！

ろまんちっく村から国道293号を北へ車で2分の道沿いにあるのぼりが目印！温もりを感じるログハウスで、食べてほわほわハンバーグや、こだわって焼き上げたステーキを安心価格で召し上がって頂けます。リーズナブルなランチもご用意。食事会・宴会コースをご予約頂いたお客様へオードブルをサービス致します！

ステーキ屋さん
宇都宮市徳次郎町1360-1
営業時間：ひる11:00～よる10:00
定休日：不定休（クリスマス予約受付中）
お問合せ 028-689-9500

人生百年時代、自分らしく働く女性のための無料セミナー

今まで経験してきたことを活かして何ができるのか悩んでませんか？

パソナでは、これからの人生「自分らしく働きたい」と思う女性のための無料のセミナーを開催致します。

これまでの自分を振り返って整理する【ジョブ・カード】を作り、グループワークを中心に、講師や参加者と楽しく情報交換しながら「働くこと」を一緒に考えましょう！

お問合せはお電話ください

厚生労働省平成31年度雇用型訓練等を活用したジョブ・カード制度の推進実施事業（本事業は株式会社パソナが厚生労働省より受託・運営しています）

無料セミナー
ジョブ・カード普及セミナー
「女性のためのキャリアセミナー」

12月18日(水)
13:30～15:00
会場：コンセーレ（栃木青年会館）
定員：72名様（先着申込み順）
締切：12月6日（金）

講師 有限会社Cマインド
長谷川 能扶子氏

ジョブ・カード制度総合サイト

株式会社パソナ内 栃木ジョブ・カードセンター
PASONA
受付時間：あさ9:00～夕方5:30
定休日：土・日・祝日
028-625-7288

あなたに代わってお片付け 買取で費用節約！

「自分たちでは、片付けられない…」そんなお部屋の片付け・遺品整理などを女性の遺品整理士・古物鑑定士があなたに代わって、片付けます！不要な貴金属・着物・洋酒・テレカ・切手・家電等を査定買取りし、片付け費用に充てることができるので、節約したい方に！

とちぎ家財整理サポートセンター
お問合せ
宇都宮市大曽4-1-8 定休日：水・第4木曜
営業時間：あさ10:00～よる6:30
0120-38-1040