

働き世代の講座

宇都宮市東生涯学習センター主催講座

仕事や子育てで忙しく
モノや情報があふれる中で
心を整え自分と向き合う時間です

2回
連続講座

困難をしなやかに乗り越えて

レジリエンス

こころの回復力を高めよう

R6

8/23

(金)

「ポジティブ転換力」

《講師》宇都宮大学 DE&I 推進センター
男女共同参画推進室 特任助教

川面 充子 氏



8/30

(金)

「立ち直り成長する力」

《講師》NPO 法人キーデザイン代表理事

土橋 優平 氏



時間 19:00～21:00
会場 東生涯学習センター
参加費 無料

お申込みはこちらから



対象
定員

市内に在住か通勤する
18 歳以上の方
先着 20 人

申込
方法

東生涯学習センター窓口、または
メールでお申し込みください。
申込締切 7月26日(月)

《申し込み・問い合わせ先》

宇都宮市東生涯学習センター (東図書館併設)

宇都宮市中今泉 3-5-1 Tel 028-638-5782

Mail: u47090001@city.utsunomiya.tochigi.jp

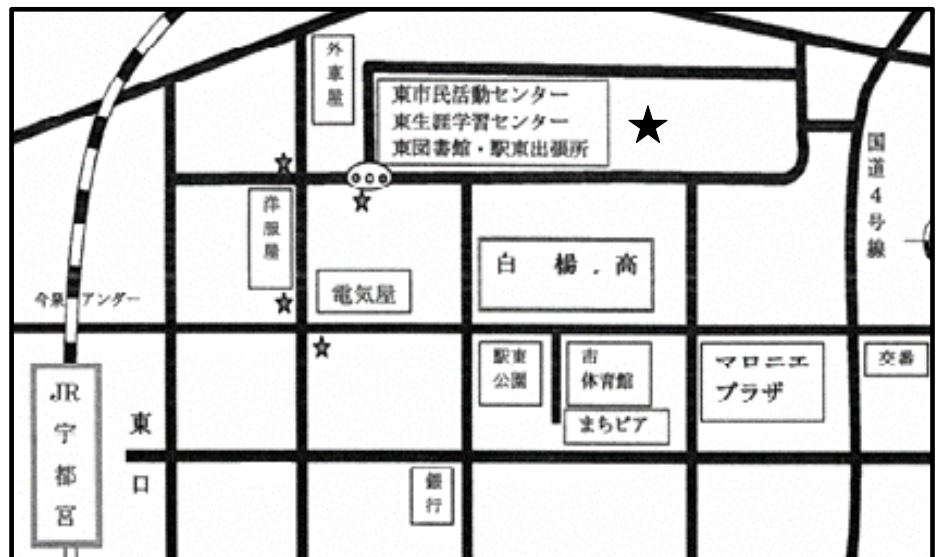
状況により、延期や中止、または内容を変更する場合がありますのでご了承ください。

令和6年度「働き世代の講座」申込み

ふりがな		男 ・ 女	年 齢
氏 名			歳
住 所	〒 ー 宇都宮市		
電話番号			
メールアドレス			
受付日：	受付者：		

-----キ リ ト リ-----

会場案内図



<申込み, 問い合わせ先>

宇都宮市東生涯学習センター

〒321-0968 宇都宮市中今泉 3-5-1

(東市民活動センター, 東図書館, 駅東出張所併設)

電話 028-638-5782 FAX 028-638-1171

M a i l : u47090001@city.utsunomiya.tochigi.jp