

参加
無料

受講者募集!

ミドル世代の賢いデジタル活用術

～SNS や chatGPT で情報収集&人生を豊かに～



8/29(金) 人生の転換期をどう生きるか・伝えたい思い

～インスタグラマー「スピシア」さんの場合～

会場：中央生涯学習センター5階研修室

時間：19時～21時



スピシア/人生は自分したい言葉の特効薬

@spisia_life

- ◆女の人生、再構築のヒント
- ◆後半からの人生を豊かに!
- ◆更年期、揺れるあなたに贈る言葉
- ◆ストーリーで「今日の刺さる言葉」を毎日発信

講師：スピシア氏

9/ 5(金) デジタルを介して情報収集

～人、仕事、趣味とつながることは喜びへの第一歩～

会場：中央生涯学習センター6階ホール

時間：19時～21時



講師：黒川由香里氏

webデザイナーとLINE公式アカウントおよび拡張機能Lステップのコンサルタントをしています!
SNS から最新アプリまで活用事例と注意点などお伝えします

9/12(金) おしゃべりしながら学ぶ

～便利アプリなどを教えあおう～

会場：中央生涯学習センター6階ホール

時間：19時～21時



実際に体験して、疑問はその場で解決しましょう

講師：黒川由香里氏

*どうしても都合がつかない日程がある場合は、参加可能日を明記の上お申し込み願います。

☆☆申し込みに関する注意事項☆☆

対象：市内に在住・在勤・通学している方(主に30～60代)

定員：先着30名 締め切り：令和7年8月7日(木)

申込方法：右記QRコードの申し込み専用フォームまたは直接、電話、FAX、Eメールにて、下記の必要事項を記入の上、人材かがやきセンターまで!

必要事項：①講座名「ミドル世代」②氏名(ふりがな)③郵便番号④住所 ⑤電話番号⑥年代

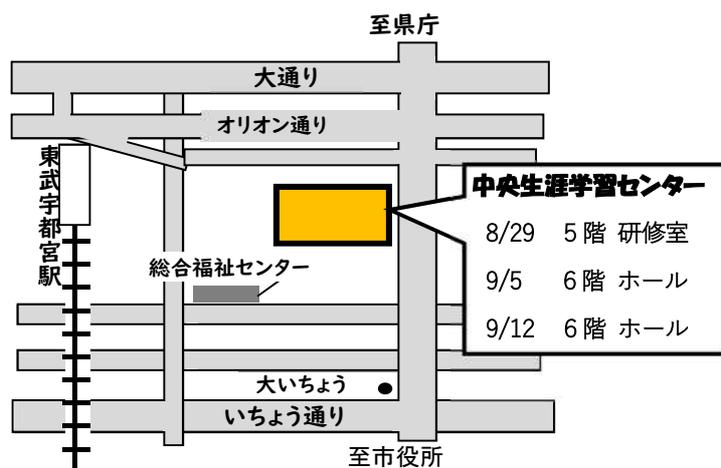


詳細は裏面をご確認ください

「ミドル世代の賢いデジタル活用術」 郵送・FAX申込用紙 ※太枠内記入必須項目です。		申込締切日 ※ 8月7日(木)	
住所	〒		
ふりがな		電話	
氏名		番号	(日中、連絡の取れる番号をご記入ください。)
年代	30代・40代・50代・60代・その他()代 (当てはまるものに○印をおつけください。)		
Eメール アドレス	(講座に関するお知らせを送付する場合があります。)		

※ 定員に満たない場合は×切後も受付ますのでお問い合わせください。

※ お預かりする個人情報は、人材かがやきセンターが実施する事業にのみ使用させていただきます。



■当日のアクセス方法■

- ・東武宇都宮駅から徒歩5分
- ・関東, JRバス関東「県庁前」下車
徒歩5分
- ・市内循環バス「きぶな」で,
「総合福祉センター前」下車

※駐車場には限りがあります。できるだけ公共交通機関をご利用くださいますようお願いいたします。

<お申し込み・お問い合わせ先>

人材かがやきセンター(〒320-0806 宇都宮市中央1-1-13 中央生涯学習センター4階)

【TEL】 028-632-6332

【FAX】 028-632-6336

【Eメール】 manabee@city.utsunomiya.tochigi.jp

【申し込み専用フォーム】

