講座・教室・催し

内＝内容　種＝種別　対＝対象　定＝定員　費＝費用　持＝持ち物　申＝申込み　問＝問合せ

区分	名称	とき	ところ	対象・定員・費用・申込み・問合せ等
暮らし	**本格的味噌（みそ）と豆腐作り教室**	3月8日（木）午前11時～午後2時	本所地域プラザ（本所1－13－4）	内大豆と米麹（こうじ）を使用した本格的な味噌と豆腐を作る　定先着24人　費1500円（材料費込み）　持エプロン、筆記用具　申事前に本所地域プラザ☎6658－4601へ　＊受け付けは午前9時～午後8時
暮らし	**すみだ創生塾研修会「どんなことでも地域力 お互いのやっていることから探ってみよう」**	3月10日（土）午後3時～5時	区役所会議室122（12階）	内聞き合い、話し合う研修会で交流の輪を広げる　＊研修会の前に、すみだ創生塾の表彰式を実施（「すみだ創生塾単位証」を30枚・50枚・100枚・200枚お持ちの方は事前に申込先へ）　【講師】倉持伸江氏（東京学芸大学准教授）　定先着30人　費無料　申事前に催し名・氏名・電話番号を、電話またはＥメールで、スポーツ・学習課生涯学習担当☎5608－6309・✉SPORTSGAKUSYU@city.sumida.lg.jpへ　＊申込みは2月28日まで
暮らし	**すみだと世界をつなぐ水の大切な話　第6回水の授業「すみだと世界の水循環について考える授業を体験しよう！」**	3月11日（日）午後1時～5時	すみだリバーサイドホール2階イベントホール（区役所に併設）	内高校生の〝オリジナル授業〟を通して、水の循環について考える　【講師】橋本淳司氏（水ジャーナリスト）、静岡県立三島北高校の生徒　ほか　対区内在住在勤在学の方　定50人（抽選）　費無料　持筆記用具　申住所・氏名・年齢・電話番号を、はがきまたはファクス、Ｅメールで2月21日（必着）までにNPO法人ウォーターエイドジャパン（〒130－0026両国2－10－6－301）FAX050－3488－2040・✉info-japan@wateraid.orgへ　問環境保全課環境管理担当☎5608－6207
暮らし	**〝まち〟の緑を見よう！感じよう！楽しもう!!「みどりの探検隊」**	3月14日（水）午前9時半～午後3時　＊午前9時20分までに集合	【集合場所】区役所1階正面玄関前　＊往復バスで移動	内屋上緑化や壁面緑化を実施している区内外の施設を見学し、都市の緑の在り方について考える　対区内在住の方　定先着20人　費無料　＊昼食代の自己負担あり　持筆記用具　申2月13日午前9時から環境保全課緑化推進担当（区役所12階）☎5608－6208へ
暮らし	**森林について学ぼう！「丸太切り体験＆いちご狩り」**	3月17日（土）午前8時～午後5時半（予定）　＊区役所1階正面玄関前に午前7時50分までに集合	栃木県鹿沼市上粕尾周辺ほか　＊往復バスで移動	対区内在住在勤の小学生以上　＊高校生以下は20歳以上の方の同伴が必要　定先着15人　費1人2000円程度　申2月13日午前9時から環境保全課緑化推進担当（区役所12階）☎5608－6208へ
健康・福祉	**ダイエットプログラム体験〝超音波の体脂肪厚測定2か所付き〟**	2月13日（火）～28日（水）の午前9時～午後9時　＊1時間程度　＊土・日曜日を除く	スポーツプラザ梅若（墨田1－4－4）	内トレーニングと食事コントロールで無理なく続けられる6週間ダイエットの1回体験　＊専門トレーナーによるマンツーマン指導　対18歳以上の方　費1080円　申事前に、スポーツプラザ梅若☎5630－8880へ　＊内容等の詳細は申込先へ
健康・福祉	**弁護士による権利擁護法律相談**	2月15日（木）午後1時半～4時半	すみだボランティアセンター（東向島2－17－14）	内判断能力が十分ではない方への権利擁護法律相談、福祉サービスの苦情相談、親族後見人からの相談　費無料　申事前に電話で、すみだ福祉サービス権利擁護センター☎5655－2940へ
健康・福祉	**大切な人を亡くした方のためのわかち合いとリラックスヨガ**	2月17日（土）午前10時半～午後2時	すみだ福祉保健センター（向島3－36－7）	内ヨガ体験、わかち合い（参加者同士の語り合い）　＊わかち合いのみの参加も可　【ヨガ講師】須田　育氏（日本ヨーガ療法学会認定ヨーガ療法士）　対がんで家族を亡くした遺族の方　定先着20人　費800円程度（昼食代）　申事前に住所・氏名・亡くなった家族との続柄・電話番号を、電話またはＥメールでNPO法人すみだ在宅ホスピス緩和ケア連絡会あこも☎5669－8302・✉s-sumida@pallium.co.jpへ　問保健計画課保健計画担当☎5608－1305
健康・福祉	**「すみだハート・ライン21事業」「ミニサポート事業」説明会**	2月20日（火）午前10時～11時半	すみだボランティアセンター分館（亀沢3－20－11関根ビル4階）	対地域活動に関心があり、家事援助などの活動（有償ボランティア）に協力してくださる18歳以上の方　＊今すぐ活動できなくても可　定先着20人　費無料　申事前に電話で、すみだハート・ライン21事業室☎5608－8102へ　＊協力会員への登録方法の詳細は申込先へ
健康・福祉	**オレンジカフェ**	2月21日（水）午後2時～4時 2月23日（金）午後2時～4時	すみだ生涯学習センター（東向島2－38－7） オレンジルームむこ3（向島3－33－13リョービビル4階）	内認知症や介護について、お茶を飲みながら語り合う　＊個別相談もあり　対区内在住で認知症に関心がある方など　定▶2月21日＝先着30人　▶2月23日＝先着10人　費無料　申当日直接会場へ　問高齢者福祉課地域支援係☎5608－6502
健康・福祉	**「ローズティーの会」（同愛認知症家族会）**	2月23日（金）午後1時～3時	同愛記念ホーム（横網2－1－11）	内介護の悩みや情報の共有　対認知症の家族を介護している方や介護の経験がある方など　定先着10人　費無料　申事前に同愛高齢者支援総合センター（亀沢2－23－7塚越ビル1階）☎3624－6541へ
健康・福祉	**日本ウオーキング協会公認指導員によるボランティア養成講座「ボランティアをしながら健康増進しませんか・・・？」（全2回）**	▶2月23日（金）午後1時半～3時半　▶3月7日（水）午前9時半～午後0時半	立花ゆうゆう館（立花6－8－1－102）	対次の全てに当てはまる方▶医師から運動を制限されていない　▶両日とも参加できる　▶講座修了後にボランティアとして活動できる　定先着12人　費無料　申事前に立花ゆうゆう館☎3613－3911へ　＊申込みは2月18日までの午前9時～午後5時
健康・福祉	**食育シンポジウム**	3月3日（土）午後1時15分～4時45分	すみだリバーサイドホール2階イベントホール（区役所に併設）	内保育園・幼稚園での食育に関する取組についての発表、太田 百合子氏（管理栄養士）による基調講演「家庭と連携した離乳食のすすめ方〝発達に応じた0・1・2歳児の食育〟」　定先着400人　費無料　申事前に電話で保健計画課保健計画担当☎5608－6517へ
健康・福祉	**高齢者食育料理教室「春爛漫（らんまん）！ひな祭りお祝いケーキと簡単ランチ」**	3月5日（月）午前9時半～正午	立花ゆうゆう館（立花6－8－1－102）	対区内在住で60歳以上の方　定15人（抽選）　費500円（食材費）　申2月16日までに立花ゆうゆう館☎3613－3911へ　＊受け付けは午前9時～午後5時
健康・福祉	**パソコンボランティア養成講座（全2回）**	3月10日（土）・17日（土）午前10時～正午	すみだ福祉保健センター（向島3－36－7）	内障害のある方に対するパソコンボランティアとして活動するために必要な技術を学ぶ　対区内在住在勤で、パソコンの基本操作（インターネット・Ｅメール等）ができ、講座修了後、パソコンボランティアとして活動できる方　定10人（抽選）　費100円　申講座名・住所・氏名・年齢・ファクス番号を、直接または電話、ファクスで2月17日までに、すみだ福祉保健センター☎5608－3723・FAX5608－3720へ

☎＝電話　FAX＝ファクス　✉＝Eメール　🖳＝ホームページアドレス

広告　フジコ・ヘミングコンサート 平成30年7月1日（日） 昭和女子大学 人見記念講堂 開場14時 開演15時 ☎0120-00-5099 青葉ピアノ/ラ・カンパネッラ