人が輝く 講座・教室・催し

暮らし　健康・福祉　子ども　仕事・産業　税金・国保　文化・スポーツ　イベント　区政その他　ぽけっと（区主催以外）

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
仕事・産業	若年者向け就職活動支援セミナー		区役所会議室123（12階） 	対39歳以下で就職を希望する方　＊学生の参加も可　定各先着20人　費無料　申事前に若者サポートコーナー（区役所1階）☎5608－6834へ
	▶就活に必要な自己分析	11月12日（水）午後1時半～4時半		内「自分を知る」ことで自己のアピールポイントを発見し、これからの就職活動や働き方について学ぶ
	▶こんな時どう書く？応募書類のコツ	11月19日（水）午後1時半～4時半		内企業の採用担当者でもある講師から、採用担当者が書類選考の際にチェックするポイントを学ぶ
	就職活動中のお子さんをお持ちの親・家族のための「親ゼミ」	11月15日（土）午後1時半～3時半	すみだリバーサイドホール1階会議室（区役所に併設）	内若者自立支援の専門家による「親だからこそ考えたい〝わが子のサバイバルプラン〟」をテーマとした講演会　対39歳以下で就職活動中の方、これから就職活動を始める方の家族等　定先着20人　費無料　申事前に若者サポートコーナー（区役所1階）☎5608－6834へ
	IT活用支援セミナー 	11月19日（水）午後6時45分～8時45分	すみだ産業会館（江東橋3－9－10）	内スマートフォンを使ってインターネットオークションへの参加に挑戦する　対区内在住在勤の方　定先着20人　費無料　申11月1日午前10時から電話で、すみだ産業会館☎3635－4351へ　問▶すみだ産業会館　▶産業経済課産業振興担当☎5608－6186
	ものづくり教室 in すみだ産業会館	11月25日（火）午前10時～午後4時		内すみだマイスターの指導で、来年の干支「未」の木目込人形を作る　対区内在住在勤の成人　定10人（抽選）　費2000円（材料費込み）　申住所・氏名・年齢・電話番号、勤務先の名称・所在地（区内在勤の方のみ）を往復はがきで11月10日（消印有効）までに、すみだ産業会館（〒130－0022江東橋3－9－10）☎3635－4351へ　問▶すみだ産業会館　▶産業経済課産業振興担当☎5608－6186
文化・スポーツ	キンボールスポーツ体験教室	11月8日（土）・22日（土）午前10時半～正午	▶8日＝曳舟小学校（京島1－28－2）　▶22日＝立花体育館（立花1－25－10）	対区内在住の小学生以上　費無料　持室内用の運動靴、飲物　申当日直接会場へ　問スポーツ振興課スポーツ振興担当☎5608－6312
	第61回墨田区文化祭 劇団区民劇場第112回公演「WALK」	11月8日（土）午後7時～、9日（日）午後2時～、10日（月）午後6時半～	曳舟文化センター（京島1－38－11）	費各日700円　申当日直接会場へ　＊参加者の募集は終了　問生涯学習課生涯学習担当☎5608－6309
	「向島の古代・中世展」関連講演会	11月22日（土）・29日（土）午後2時～4時　＊講演会は各日、異なる講師が実施	すみだ郷土文化資料館（向島2－3－5）	内隅田川を描写した古代・中世の文学資料から、作品の舞台となった地域の歴史を探る　定各日先着40人　費無料　＊入館料として100円が必要（中学生以下と、身体障害者手帳・愛の手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方は無料）　申事前に、すみだ郷土文化資料館☎5619－7034へ
	健康体力づくり教室（各教室全8回）	11月26日（水）～平成27年1月31日（土）　＊各教室の日程の詳細は申込先へ	スポーツプラザ梅若（墨田1－4－4）	種脂肪すっきりラクラク体操、太極拳など全7教室　対区内在住在勤で18歳以上の方　定各教室70人（抽選）　費各教室2300円　申11月9日までに、スポーツプラザ梅若☎5630－8880へ
	第4回ソフトテニス墨田オープン秋季大会	11月30日（日）午前8時～午後6時　＊雨天の場合は12月7日（日）に延期 	錦糸公園テニスコート（錦糸4－15－1）	種▶一般男子A（上級）・B（初心者・初中級・中高生）　▶壮年A（50歳以上）・B（65歳以上）　▶女子A（上級）・B（初心者・初中級・中高生）　対区内在住在勤在学の方または墨田区ソフトテニス連盟に加盟している方で構成するペア　費1組3000円　＊中学生・高校生のペアは1組2000円　申種別、ペアの住所・氏名・年齢・電話番号、代表者名を電話または、はがき、ファクスで11月21日（必着）までに墨田区ソフトテニス連盟事務局　猪飼直茂（〒131－0041八広2－12－11）☎080－5415－5461・FAX3617－4123へ
	外国人のための日本文化体験バスツアー「そば打ち体験＆みかん狩り」	11月30日（日）午前8時半～午後6時半	埼玉県川越市周辺ほか　＊区役所1階アトリウムに午前8時半集合	内そば打ち体験、みかん狩り、埼玉県川越市での〝小江戸散策〟　対区内在住在勤在学の小学生以上で、外国籍の方または母国が外国の方　定20人（抽選）　費2500円（昼食代込み）　申11月17日までに電話で文化振興課文化・国際担当☎5608－6212へ
イベント	サークル総合発表会「ユートリヤ祭」	▶展示部門＝11月8日（土）～11日（火）・13日（木）～16日（日）午前9時～午後5時　＊16日は午後4時まで　▶舞台部門＝11月9日（日）・16日（日）午前10時20分～午後5時（予定）	すみだ生涯学習センター（東向島2－38－7）	内すみだ生涯学習センター・情報コーナーの登録サークルによる成果発表　【入場料】無料　申期間中、直接会場へ　問すみだ学習ガーデン ユートリヤ祭事務局（すみだ生涯学習センター内）☎5247－2008
	おおぞらフェスティバル	11月8日（土）午前10時半～午後2時	すみだステップハウスおおぞら（文花1－32－7・旧文花小学校内）	内生活介護施設「ひだまり」・児童デイサービス施設「にじの子」の施設・活動の紹介、施設利用者の作品展示・販売、ゲームコーナー、フラダンス体験（子ども向け）、模擬店等　【入場料】無料　申当日直接会場へ　問すみだステップハウスおおぞら☎6657－2603
	第25回すみだ厚生会館まつり	11月8日（土）午前10時半～午後2時	すみだ厚生会館（向島1－22－16）	内障害者施設の公開と作業紹介、模擬店、バザーなど　【入場料】無料　申当日直接会場へ　問すみだ厚生会館☎3624－4521
	はばたき・みつばちまつり	11月15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「はばたき福祉園」・「みつばち園」の紹介や、施設利用者の作品展示・販売、ダンスショー、非常食試食コーナー等　【入場料】無料　申当日直接会場へ　問すみだ福祉保健センター☎5608－3714
	みんな集まれ　笑顔の輪！「みどりコミュニティセンターまつり2014」	11月16日（日）午前10時～午後3時	みどりコミュニティセンター（緑3－7－3）	内舞台発表、作品展示、体験コーナー、コミュニティカフェ、模擬店など　【入場料】無料　申当日直接会場へ　問みどりコミュニティセンター☎5600－5811

☎＝電話　FAX＝ファクス　✉＝Eメール　＝ホームページアドレス

広告　錦糸町法律相談センター：☎5625-7336（月～土9時30分～12時、13時～16時30分）※木曜日は19時30分まで受付

人が輝く 講座・教室・催し

暮らし　健康・福祉　子ども　仕事・産業　税金・国保　文化・スポーツ　イベント　区政その他　ぽけっと（区主催以外）

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	アンチエイジング（老化防止）料理教室（全5回）	11月18日、12月9日、平成27年1月13日、2月10日、3月10日いずれも火曜日午前9時半～午後1時	八広地域プラザ（八広4－35－17）	内 血糖値を急激に上昇させず、老化防止に効果的な料理を作る　対 16歳以上の方　定 先着18人　費 1万1000円（材料費込み）　持 ふきん、エプロン、三角巾　申 事前に八広地域プラザ ☎6657－1549へ　＊申込みは11月11日まで
	東京スカイツリー®周辺の花の植え替えボランティア講習会	11月18日（火）・19日（水）午前10時～正午　＊雨天の場合は11月20日（木）・21日（金）に延期	大横川親水公園　＊業平橋（業平1－15地先）付近に、午前9時50分までに集合	内 東京スカイツリー周辺に設置しているハンギングバスケットやプランターを使い、花の植え替え方法の基本を学ぶ　対 区内在住在勤の方　定 各日先着40人　費 無料　持 手袋、はさみ　申 事前に環境保全課緑化推進担当（区役所14階）☎5608－6208へ
	第5回エコライフ講座「リサイクル手作り講座〝レース地で作るかわいい巾着〟」	11月18日（火）午後2時～4時	すみだ環境ふれあい館（文花1－32－9）	内 不用になったレース地を使ってかわいい巾着を作る　対 区内在住在勤の方　定 先着25人　費 無料　持 裁縫道具（物差し、ハサミ、針）、白糸　申 11月4日午前9時から環境保全課環境管理担当（区役所14階）☎5608－6207へ
	弁護士による権利擁護法律相談	11月20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 ▶判断能力が不十分な方への権利擁護法律相談　▶福祉サービスの苦情相談　▶親族や後見人からの相談　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
	災害ボランティア講座	11月29日（土）午後1時～4時		内 災害時における、地域の課題への対応方法について学ぶ　対 区内在住の方　定 先着40人　費 無料　申 事前に電話で、すみだボランティアセンター ☎3612－2940へ
健康・福祉	ボランティア入門講座	11月6日（木）午前10時～正午	東京清風園（立花1－25－12）	内 高齢者施設で活動中のボランティアによる体験談を聴くほか、活動の見学、車いすの操作体験など　対 高齢者施設でのボランティア活動に関心のある方　定 先着30人　費 無料　申 事前に電話で、すみだボランティアセンター ☎3612－2940へ
	福祉機器展示室展示会「心もカラダもリラックス！安心お風呂の用具展」	11月10日（月）～14日（金）午前9時半～午後4時	シルバープラザ梅若（墨田1－4－4）	内 入浴に関する様々な福祉用具の展示　【入場料】無料　申 期間中、直接会場へ　問 シルバープラザ梅若 ☎5630－8008
	講演会「健康寿命を考える・毎日の食事を見直してみませんか？〝いつまでも自分の足で歩き続けていくために〟」	11月13日（木）午後6時～8時	すみだ女性センター（押上2－12－7－111）	定 先着30人　費 無料　申 事前に墨田区勤労者福祉サービスセンター（押上2－12－7－215）☎3626－3723へ　問 ▶生活経済課消費者・勤労福祉係 ☎5608－6185　▶墨田区勤労者福祉サービスセンター
	介護者教室「介護におけるストレスケアについて」	11月14日（金）午後1時半～3時半	すみだ福祉保健センター（向島3－36－7）	内 介護などによるストレスの解消法について、精神科医から学ぶ　対 区内在住在勤の方　定 先着20人　費 無料　申 11月4日午前9時から電話で、すみだ福祉保健センター ☎5608－3712へ
	高齢者食育料理教室「そば打ちにチャレンジ！」〝新そばの味と香りを楽しもう〟	11月17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（材料費）　申 11月6日までに立花ゆうゆう館 ☎3613－3911へ　＊受付は午前9時～午後5時
	高齢者のための健康トレーニング（各部全24回）	12月15日～平成27年3月16日の毎週月・木曜日▶午前の部＝午前10時～正午▶午後の部＝午後1時～3時　＊祝日・年末年始を除く	いきいきプラザ（文花1－32－2）	対 詳細は申込先へ　定 各部8人（選考）　費 無料　＊受講の申込みに必要な「医師の意見書」の作成料は自己負担　【現地説明会の開催日時】▶11月5日（水）午後4時～　▶11月9日（日）午後1時～　＊いずれも同一内容　＊受講には説明会への参加が必要　申 電話で、希望する説明会の開催前までに、いきいきプラザ ☎3618－0961へ

あす "やさしいまち" は家庭から

墨田区長　山﨑 昇

すみだまつり・こどもまつりは、今年もたくさんの方で賑（にぎ）わいました

10月4日・5日に、すみだの秋の風物詩「すみだまつり・こどもまつり」が開催されました。5日は、あいにくの雨模様となり、残念ながら屋外での催しの多くが内容を変更しての実施となりましたが、今年もたくさんの笑顔があふれるまつりになったことを大変うれしく思っています。まつりの準備・運営にご協力いただいた皆さんには、心から感謝申し上げます。

さて、今月の9日～22日は「家族の週間」です。これは、「家族と地域のつながり、子育ての大切さについて考える」ため、平成19年に内閣府が定めたものです。

区では、「やさしさ」や「おもいやり」の心を大切にする〝やさしいまち〟を、区民の皆さんが主体となって実現することが大切だと考え、12年に「すみだ やさしいまち宣言」を行いました。さらに、16年からは、〝家庭における人づくり〟を推進することで、やさしいまちの実現を図るため、毎月25日を「すみだ 家庭の日」とし、家族や地域でふれあうきっかけづくりに取り組んでいます。

この「家族の週間」にちなみ、11月28日（金）～12月8日（月）に、アルカキット錦糸町10階で、今年15年目を迎える「すみだ やさしいまち宣言」のPR展を開催します。宣言15周年記念事業として区内の小・中学生の皆さんから募集した「すみだやさまち15（フィフティーン）キャラクター」のコンテスト優秀作品の展示等を行いますので、ぜひ、お立ち寄りください。