

講座・教室・催し

内=内容 種=種別 対=対象 定=定員 費=費用・入場料 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	ユートリヤ スマホまなびの会 "スマートフォンを便利に使うためのレクチャーと相談窓口"(8・9月)	8月19日(土)、9月16日(土)▶レクチャー=午後1時~2時25分 ▶相談=午後2時半~3時10分 *相談時間は20分	すみだ生涯学習センター(東向島2-38-7)	内▶レクチャー(8月19日)=二次元バーコードを学び、スマートフォンで読み取る ▶レクチャー(9月16日)=無料通話アプリ[LINe]の基礎的な機能を学ぶ *6月実施分と同一内容 ▶相談=スマートフォンの疑問等を相談する *金銭取引や個人情報の相談は不可 【講師】合同会社GadgeTanker 対スマートフォンをお持ちの方 *レクチャー(8月19日)はスマートフォンで動画や写真の撮影ができる方(指定するアプリのインストールが必要) 定▶レクチャー=各先着15人 *グループ参加可(1グループ4人まで) ▶相談=各先着8人 費無料 申事前に、すみだ生涯学習センター事業課☎5247-2010へ *受け付けは各実施日の1週間前まで
	すみだ防災フェア「関東大震災100年シンポジウム」	9月2日(土)午後2時~4時 *開場は午後1時半		内▶第1部=基調講演「関東大震災と後藤新平」【講師】青山 侑氏(東京都慰霊協会会長・明治大学名誉教授) ▶第2部=パネルディスカッション「つながりで、守る。すみだ防災100」 *いずれも手話通訳あり 定先着180人 費無料 申事前に住所・氏名・電話番号を、電話またはファクス、Eメールで防災課防災係☎5608-6206・FAX5608-6425・✉bousai@city.sumida.lg.jpへ
健康・福祉	ローズティーの会(同愛認知症家族会)	7月28日(金)午後1時半~3時	本所地域プラザ(本所1-13-4)	内悩みの共有、情報交換 対区内在住で、認知症の家族を介護している方、介護の経験がある方、認知症や介護に関心がある方 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
	男性介護者教室「認知症の理解と対応」	8月3日(木) 午後1時半~3時半	すみだ福祉保健センター(向島3-36-7)	内精神保健福祉士による講座、参加者同士の座談会 【講師】栗山直也氏(中村病院認知症疾患医療センター相談員) 対区内在住の男性 費無料 申事前に電話で、うめわか高齢者支援総合センター☎5630-6541へ
	ユートリヤで健康な体になろう!(8月)	▶ボイスエクササイズ&テクニック=8月4日(金)・18日(金)午後2時20分~4時 ▶ヨガ=8月7日(月)・21日(月)午後3時半~4時半 ▶太極拳=8月17日(木)午後2時~3時半	すみだ生涯学習センター(東向島2-38-7)	内初級者向け健康講座 対16歳以上の方 定▶ヨガ=各先着20人 ▶その他=各先着30人 費▶ボイスエクササイズ&テクニック=各1200円 ▶ヨガ=各700円 ▶太極拳=1000円 持飲料 *ヨガ・太極拳は動きやすい服装で参加 申事前に、すみだ生涯学習センター事業課☎5247-2010へ *すみだ生涯学習センターのホームページからも申込可 *空きがあれば当日会場でも申込可
	ふくの会(なりひら認知症家族会)	8月5日(土)午後1時半~3時半	なりひらホーム(業平5-6-2)	内認知症の家族を介護している方の悩みの共有や情報交換 対区内在住で認知症の家族を介護している方 定先着10人 費無料 申事前に、なりひら高齢者支援総合センター(なりひらホーム内)☎5819-0541へ
	食中毒予防キャンペーン	8月8日(火)~14日(月)の午前8時半~午後5時 *初日は正午~、最終日は午後3時まで	区役所1階アトリウム	内食中毒予防等に関するパネル展示・パンフレット配布 *手洗いマイスターによる手洗い実習、クイズ・アンケートを8月9日(水)午前10時~午後2時に実施 *手洗い実習の参加者には記念品を進呈 定▶手洗い実習=先着30人 費無料 申期間中、直接会場へ 問生活衛生課食品衛生係☎5608-6943
	アプリを使って仲間とフレイル予防「高齢者のためのスマートフォン教室」	▶午前の部 ▶事前説明会=8月21日(月)▶教室=9月3・10日、12月3・10日いずれも日曜日 *時間はいずれも午前10時~正午	▶事前説明会=曳舟文化センター(京島1-38-11)▶教室=区役所会議室121・122・123(12階)	対区内在住の65歳以上で次の全ての要件を満たす方▶アプリをインストールできるスマートフォンを持っている▶スマートフォンを携帯して歩行できる▶医師から歩行を制限されていない▶事前説明会に出席できる 定各先着50人 費無料 申事前に希望の部・住所・氏名・年齢・電話番号を、直接または電話、ファクスで高齢者福祉課地域支援係(区役所4階)☎5608-6178・FAX5608-6404へ *専用サイトからも申込可 *受け付けは8月18日まで *希望の部は変更不可
	▶午後の部	▶事前説明会=8月21日(月)▶教室=9月3・10日、12月3・10日いずれも日曜日 *時間はいずれも午後1時半~3時半		
こころの病がある方の家族の会 "家族同士で情報交換しませんか"	8月24日(木)午後1時半~3時	向島保健センター(東向島5-16-2)	内参加者同士で、日頃の悩みを話し合い、病気や福祉制度等の情報交換をする 対区内在住で、こころの病がある方の家族 定先着15人 費無料 申事前に電話で向島保健センター☎3611-6193へ	
依存症状でお困りの方のための相談"ファミリーメンタル相談"	8月30日(水)午後 *時間は申込時に調整		内家族関係等の悩みを専門医に相談する 対区内在住の方 費無料 申事前に電話で向島保健センター☎3611-6193へ	
楽しいプラモデル教室(各全5回)	9月5・19日、10月3・17日、11月14日いずれも火曜日午後1時半~3時半	梅若ゆうゆう館(墨田1-4-4・シルバープラザ梅若内)	内プロモデラーの指導・アドバイスを受けながら▶初心者コース=江戸城のプラモデル▶経験者コース=好きなプラモデルを製作する 対区内在住で60歳以上の方 定▶初心者コース=4人(抽選)▶経験者コース=6人(抽選) 費▶初心者コース=2900円(教材費等)▶経験者コース=無料 持▶経験者コース=製作したいプラモデル、必要な工具 申8月10日までの午前9時~午後5時に梅若ゆうゆう館☎5630-8630へ	
子育て	すみだキラキラママのつどい	7月26日(水)午前10時~午後2時	みどりコミュニティセンター(緑3-7-3)	内/定▶育児リトミック(3か月~2歳)/5組▶産後ママヨガ/5組▶足裏リフレクソロジー/4人 *いずれも先着 対親子 *妊婦・母親のみの参加も可 費各1000円 *当日会場で支払い 申事前に希望プログラム名・氏名・子どもの年齢を、Eメールで、すみだキラキラママのつどい✉kirakiramamasumida2010@gmail.com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

お知らせ 食中毒予防 冷蔵品や冷凍品は、買い物の最後に購入し、寄り道せずに帰ろう [問合せ]生活衛生課食品衛生係☎5608-6943