

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 担＝担当課



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	司法書士による法律(登記等)相談	7年3月27日までの木曜日午後2時～4時 *祝休日、7年1月2日を除く	すみだ区民相談室(区役所1階)	内 不動産や会社の登記、相続、遺言、成年後見制度等の相談 定 各先着8人(組) 費 無料 申 相談日の2週間前(土・日曜日、祝休日、年末年始の場合は翌開庁日)から電話で、すみだ区民相談室 ☎5608-1616へ
	宅地建物取引士による不動産一般相談	7年3月28日までの金曜日午後1時～3時 *7年1月3日を除く		内 土地・家屋・不動産の売買や賃貸借、更新等に関する相談 費 無料 申 当日直接会場へ 問 ▶すみだ区民相談室 ☎5608-1616 ▶東京都宅地建物取引業協会第3ブロック ☎5830-6322
	緑のカーテンコンテスト2024 入選作品発表	11月26日(火)～12月9日(月)の午前9時～午後4時	緑と花の学習園(文花2-12-17)	内 入選作品の展示 *区HPにも掲載 費 無料 申 期間中、直接会場へ 問 環境保全課緑化推進担当 ☎5608-6208 
	社会保険労務士による年金・労務相談	12月4・18日、7年1月15日いずれも水曜日午後1時～4時半 *原則、第1・3水曜日に開催(祝休日、年末年始を除く)	区民相談コーナー(区役所1階)	内 人事・労務管理、社会保険制度、労務問題全般に関する相談 費 無料 申 当日直接会場へ 問 ▶すみだ区民相談室 ☎5608-1616 ▶東京都社会保険労務士会墨田支部 ☎5638-6080
	大人のためのすみだ自然観察会 第4回「すみだ以外の場所で野鳥を観察しよう」	12月21日(土)午前9時～正午 	都立葛西臨海公園(江戸川区臨海町六丁目)【集合場所】区役所1階正面玄関前 *往復バスで移動	内 様々な野鳥を観察し、すみだとの環境の違いを学ぶ 対 区内在住在勤在学の中学生以上 定 20人(抽選) 費 無料 持 双眼鏡(お持ちの方のみ)、筆記用具、飲物、帽子 申 オンライン申請か、催し名・氏名・住所・電話番号をはがきで、12月2日(必着)までに〒130-8640環境保全課緑化推進担当 ☎5608-6208へ *当選者には12月11日までに通知 
	フラワーアレンジメント教室「多肉植物で作る正月飾り」	12月28日(土)午前10時～11時半	八広地域プラザ(八広4-35-17)	対 小学生以上 *小学生は保護者の同伴が必要 定 先着15人 費 2500円(花材・花器費込み) 持 花が切れるはさみ、お手拭き、筆記用具、作品を持ち帰るための袋 申 事前に八広地域プラザ ☎6657-0471へ *受け付けは12月20日までの午前9時～午後8時(12月16日を除く) 担 地域活動推進課
健康・福祉	スマートフォンの疑問や不安についての相談会	11月28日(木)、12月5日(木)午前9時半～午後4時半 *午後0時半～1時半を除く *相談時間は30分(30分ごとに受け付け)	ひがしんアリーナ(区総合体育館)(錦糸4-15-1)	対 60歳以上の方 定 各先着2人 費 無料 申 当日直接会場へ 問 スマートフォン普及啓発事業事務局 ☎6775-9480 *受け付けは月曜日～金曜日の午前9時～午後5時(祝休日を除く) 担 高齢者福祉課
	ユートリヤで健康な体になろう！(12月)	▶ヨーガ＝12月2日(月)・16日(月)午後3時半～4時半 ▶ボイスエクササイズ＆テクニク＝12月6日(金)・20日(金)午後2時20分～4時 ▶太極拳＝12月19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 初級者向けの健康講座 対 16歳以上の方 定 ▶ヨーガ＝各先着24人 ▶その他＝各先着30人 費 ▶ヨーガ＝各700円 ▶ボイスエクササイズ＆テクニク＝各1200円 ▶太極拳＝1000円 申 事前にオンライン申請か、直接または電話で、すみだ生涯学習センター事業課 ☎5247-2010へ *空きがあれば当日会場でも申込み可 *動きやすい服装で参加 担 地域活動推進課 
	食生活講習会「野菜をしっかりと食べて元気になろう」	12月6日(金)午後1時半～3時	すみだ保健子育て総合センター(横川5-7-4)	内 野菜摂取量を測定し、1日で野菜5皿分を食べるコツを学ぶ 対 区内在住在勤の方 定 先着18人 費 無料 持 筆記用具、飲物 申 事前にオンライン申請 問 健康推進課地域保健担当 ☎3622-9165 
	ふくの会(なりひら認知症家族会)	12月7日(土)午後1時半～3時半	なりひらホーム(業平5-6-2)	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 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 担 高齢者福祉課
	吾孺の里健康教室「基礎から学ぼう！健康スポーツウォーキング」	12月11日(水)午前10時～11時半	八広地域プラザ(八広4-35-17)	内 ウォーキングの正しい姿勢や歩き方などの基礎を学ぶ 定 先着20人 費 無料 持 室内用の運動靴、飲物 *動きやすい服装で参加 申 事前に八広地域プラザ ☎6657-0471へ *受け付けは12月9日までの午前9時～午後8時 担 地域活動推進課
	高齢者「2wayフラワーアレンジメント教室」	12月17日(火)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 クリスマスと正月のどちらにも飾れるフラワーアレンジメントを作る 対 区内在住で60歳以上の方 定 12人(抽選) 費 2800円 申 12月1日までに、すみだ福祉保健センター ☎5608-3721へ *当選者にはがきを送付
子育て・教育	第9回墨田区・千葉大学区民向け公開講座「人や自然との関わりで育む健康づくりのエビデンス」	12月21日(土)午後1時～2時半	千葉大学墨田サテライトキャンパス(文花1-19-1)	内 区と千葉大学予防医学センターが共同実施した調査の結果を基にした、人や自然との関わりで育む健康づくりを学ぶ 定 先着50人 費 無料 申 事前にオンライン申請 問 行政経営担当 ☎5608-6230 
	あまなつたいむ`25歳以下の保護者の交流会`	12月12日(木)午前9時半～11時	子育て支援総合センター(横川5-7-4すみだ保健子育て総合センター4階)	内 保護者同士の交流、親子でのクリスマスツリー制作 対 区内在住の子どもと25歳以下の保護者 定 ▶クリスマスツリー制作＝先着18人 費 無料 申 当日直接会場へ *クリスマスツリー制作を希望する場合は汚れても構わない服装で参加 問 子育て支援総合センター子ども・家庭支援連携担当 ☎5608-1582
	産後ママのボディメンテナンス 	12月21日(土)午前9時半～10時15分	八広地域プラザ(八広4-35-17)	内 ピラティス・骨盤ボディメイクを中心としたエクササイズ 対 産褥期(産後の安静期約2か月)を過ぎた母親 *子どもの同室可 定 先着10人 費 500円 持 飲物、タオル *動きやすい服装で参加 申 事前に八広地域プラザ ☎6657-0471へ *受け付けは12月17日までの午前9時～午後8時(12月16日を除く) 担 地域活動推進課
	クリスマスイベント`みんなで作って食べようクリスマススコーン`	12月21日(土)▶午前10時半～正午 ▶午後2時～3時半	フクシ・エンタープライズ墨田フィールド(区総合運動場)(堤通2-11-1)	内 お菓子作りを体験し、ゲームで遊ぶ 対 小学生 *保護者の同伴可 定 各先着16人 費 各500円 申 事前にフクシ・エンタープライズ墨田フィールド ☎3611-9070へ *詳細は問い合わせるか、申込先HPを参照 担 スポーツ振興課

☎＝電話 FAX＝ファクス ㊟＝Eメール HP＝ホームページ

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 担=担当課

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	すみサポビジネスセミナー		すみだビジネスサポートセンター(区役所1階)	対 区内中小企業の経営者・従業員、区内で創業希望の方 定 各先着5人 費 無料 持 筆記用具 申 事前にオンライン申請か、催し名、事業所の名称・所在地、参加者の氏名・電話番号・EメールアドレスをEメールで、すみだビジネスサポートセンター☎5608-6360・✉info@sumisapo.jpへ *電話での問合せは月曜日～金曜日の午前9時～午後5時 担 経営支援課
	▶展示会、商談会で成果を上げる極意!出展のノウハウ教えます!	12月3日(火)午前10時～正午		
	▶会計ソフトを使うために必要な簿記の基礎のキ!	12月4日(水)午後2時～4時		
	▶製品の強度を高めよう!PL法対策の基礎	12月11日(水)午後2時～4時		
	▶お店や事業を守ろう!簡単にできるセキュリティ対策	12月13日(金)午後2時～4時		
文化・スポーツ	健康体力づくり教室「リフレッシュケア」「からだいきいき体操」	11月22日～12月27日の毎週金曜日▶リフレッシュケア＝午前9時45分～10時45分 ▶からだいきいき体操＝午前11時～正午	スポーツプラザ梅若(墨田1-4-4)	内 ▶リフレッシュケア＝朝の硬い体をストレッチする ▶からだいきいき体操＝やさしい筋力トレーニングと柔軟体操を行う 対 18歳以上の方 定 各先着80人 費 各510円 持 室内用の運動靴(からだいきいき体操のみ)、タオル、飲物 *動きやすい服装で参加 申 事前に直接スポーツプラザ梅若☎5630-8880へ *詳細は問い合わせるか、申込先HPを参照 担 スポーツ振興課
	パリ市7区紹介展“パリ2024と共に”	11月22日(金)～29日(金)の午前10時～午後4時半 *最終日は午後4時まで *11月25日を除く	すみだ北斎美術館 MARUGEN100(講座室)(亀沢2-7-2)	内 区と交流があるフランス共和国パリ市7区を、パリ2024オリンピックのエピソード等とともに紹介する 費 無料 申 期間中、直接会場へ 問 文化芸術振興課都市交流・国際担当☎5608-1459
	コース型教室「大人のカンフー」「ジュニア～大人のカンフー」の1回体験	11月30日～12月21日の毎週土曜日▶大人のカンフー＝午後3時半～4時半 ▶ジュニア～大人のカンフー＝午後5時～6時	スポーツプラザ梅若(墨田1-4-4)	対 / 定 ▶大人のカンフー＝18歳以上の方 / 各先着15人 ▶ジュニア～大人のカンフー＝小学生以上 / 各先着12人 費 各1100円 *体験以降は残り回数×1100円 持 室内用の運動靴、タオル、飲物 *動きやすい服装で参加 申 事前にスポーツプラザ梅若☎5630-8880へ *詳細は問い合わせるか、申込先HPを参照 担 スポーツ振興課
	第71回墨田区文化祭「さくらフェスティバル“dance”」	12月1日(日)午前10時～午後4時	曳舟文化センター(京島1-38-11)	費 無料 申 当日直接会場へ *大会参加者の募集は終了 問 文化芸術振興課文化芸術担当☎5608-6212
	2024スポーツカーニバル“相撲健康体操ほか、スポーツ体験”	12月8日(日)午前10時～午後3時	両国中学校(横網1-8-1)	内 ボッチャやストリートサッカーを体験する *障害のある方も参加可 *相撲健康体操参加者の先着200人に相撲グッズを進呈 *詳細は問合せ先HPを参照 費 無料 持 室内用の運動靴 申 当日直接会場へ *混雑状況により入場制限する場合あり 問 両国倶楽部事務局☎3622-5181 担 スポーツ振興課
	ひがしんアリーナ公開講座 一次救命処置講習	12月13日(金)午後7時～9時	ひがしんアリーナ(区総合体育館)(錦糸4-15-1)	内 国土舘大学防災・救急救助研究所に所属する講師からスポーツ現場等での救急救命法を学ぶ *実技あり 定 先着10人 費 無料 申 事前に氏名・住所・電話番号を電話、Eメールで、ひがしんアリーナ☎3623-7273・✉sumidagym@n-reco.co.jpへ *受け付けは12月6日まで 担 スポーツ振興課
	みんなでランチ&クリスマス親子コンサート	12月21日(土)▶コンサート＝午前11時～ *開場は午前10時半 ▶ランチ＝午後0時半～	本所地域プラザ(本所1-13-4)	内 アフリカ生まれの太鼓「ジャンベ」を演奏するグループのコンサート *一緒に演奏も可 定 先着90人 費 ▶大人＝1000円 ▶子ども＝500円 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 担 地域活動推進課
新日本フィルハーモニー交響楽団すみだクラシックへの扉第29回	7年3月14日(金)・15日(土)午後2時～  アレクサンダー・ガジェヴ氏 ©Andrej Grilc	すみだトリフォニーホール(錦糸1-2-3) 	【出演】太田弦氏(指揮)、アレクサンダー・ガジェヴ氏(ピアノ) 【曲目】ベートーヴェン/交響曲第5番「運命」、ブラームス/ピアノ協奏曲第1番 対 小学生以上 定 各先着1801人 費 ▶区内在住在勤の方＝3000円(S席)、1500円(A席) ▶学生＝2000円(S席)、1000円(A席) ▶その他＝5000円(S席)、2500円(A席) *いずれも各日 申 事前にオンライン申請(左記コード)、電話で、新日本フィル・チケットボックス☎5610-3815へ *オンライン申請の場合、区内在住在勤の方は事前に会員登録用紙の提出が必要 担 文化芸術振興課	
イベント	旧安田庭園ライトアップ「光のナイトガーデン」	11月30日(土)～12月28日(土)の午後4時半～8時 *期間中は閉園時間を延長	旧安田庭園(横網1-12-1)	内 光で彩られた日本庭園を楽しむ *初日は点灯式イベントを開催 *詳細は問合せ先HPを参照 費 無料 *一部有料のブースあり 申 当日直接会場へ 問 墨田区観光協会☎6657-5160 担 観光課
区政その他	墨田区基本構想審議会(第5回部会)の傍聴	11月25日(月)▶第1部会＝午後6時半～ ▶第2・3部会＝午後7時～ 	▶第1部会＝区役所会議室122(12階) ▶第2・3部会＝区役所会議室131(13階)	内 各部会別にこれまでの審議内容をまとめる 申 事前にオンライン申請か、氏名・電話番号・希望の部会を電話、Eメールで、11月25日正午までに政策担当☎5608-6231・✉seisaku@city.sumida.lg.jpへ *Eメールの件名は「墨田区基本構想審議会(第5回部会)の傍聴希望」
	すみだタウンミーティング「おもしろ企画会議」“老若男女のワクワクで「すみだ」を創ろう!!”	12月18日(水)午後6時半～8時半	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 地域力を上げる企画を考えるグループワークを行い、区長を交えて語り合う 対 区内在住在勤在学の方 定 ▶学生＝先着20人 ▶一般＝先着20人 費 無料 申 事前にオンライン申請(左記コード)か、催し名・氏名・住所・電話番号・一時保育および手話通訳希望の有無を電話、ファクスで、地域活動推進課まなび担当☎5608-6202・FAX5608-6934へ *受け付けは12月9日まで(一時保育および手話通訳を希望する場合は12月2日まで) *参加可否は後日通知

募集

内=内容 種=種別 対=対象 定=定員 選=選考方法 費=費用 持=持ち物 申=申込み 問=問合せ 担=担当課

区分	名称	内容・対象等	申込み・問合せ等
区政その他	「墨田区子ども・子育て会議」区民委員の募集	内 子ども・子育て支援に係る施策等の総合的かつ計画的な推進および実施状況に関すること等を審議する *報酬あり 【任期】7年4月1日～9年3月31日 対 中学生以下の子どもの保護者で、年間6回程度、原則として夜間に開催する会議に出席できる区内在住の方 定 5人程度 選 書類選考、面接 *面接日は後日、応募者に通知 *希望者には面接中、1歳以上の未就学児の一時保育あり	申 氏名、住所、年齢、電話番号、子どもの人数・年齢、地域活動の経験、応募の動機と子育てに関する課題・提案等をまとめた作文(800字程度で書式自由)を、直接または郵送で、12月19日(必着)までに〒130-8640子育て支援課子育て計画担当(区役所4階)☎5608-6084へ