

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



暮らし

健康・福祉

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	建築・住まいの無料相談	1月19日(金)午後1時~4時 *毎月第3金曜日に開催(8月・9月を除く)	区役所1階アトリウム	内 一般社団法人東京都建築士事務所協会墨田支部の所属建築士による、建築全般に関する相談の受け付け 申 当日直接会場へ 問 建築指導課構造担当 ☎5608-1307
	羽田空港機能強化に関する説明会	1月24日(水)午後2時~7時	アリオ北砂(江東区北砂2-17-1)	内 新たな飛行経路の運用方法や環境対策等についての説明会 【入場料】無料 申 当日直接会場へ 問 環境保全課指導調査担当 ☎5608-6210 *日時・会場等の詳細は、国土交通省のホームページを参照
	そば打ち講習会	2月3日(土)午前10時~午後2時	本所地域プラザ(本所1-13-4)	定 先着20人 費 2500円(食材費込み) 申 事前に本所地域プラザ ☎6658-4601へ *申込みは1月31日までの午前9時~午後8時
	パラリンピックメダリスト元チェアスキーヤー青木辰子氏による人権講演会「夢をあきらめない」	2月3日(土)午後2時~3時半	 すみだ生涯学習センター(東向島2-38-7)	定 先着200人 費 無料 申 1月12日午前9時から人権同和・男女共同参画課人権同和担当(区役所8階) ☎5608-6322へ *事前申込みによる2歳~就学前の子どもの一時保育あり(先着6人) *申込時に手話通訳・磁気ループの希望可 問 ▶人権同和・男女共同参画課人権同和担当 ▶地域教育支援課地域教育支援担当 ☎5608-1433
	リサイクル手作り講座「ハマグリを利用したお雛様」	2月6日(火)午後1時~3時	すみだ清掃事務所 亀沢事業所(亀沢1-8-3)	 対 区内在住在勤在学の方 定 20人(抽選) 費 350円(材料費込み) 持 ボンド、両面テープ、はさみ、爪ようじ 申 住所・氏名・年齢・電話番号を、往復はがきで1月24日(必着)までに、すみだリサイクル活動センター(〒130-0003横川5-10-1-111) ☎5611-7740へ *抽選結果は1月31日頃に返信
	吾嬬の里料理教室「簡単!スピードクッキング」(全4回)	2月8日・22日、3月8日・22日いずれも木曜日午前10時~午後1時	八広地域プラザ(八広4-35-17)	対 16歳以上の方 *子どもの同伴不可 定 先着15人 費 4000円(材料費) 持 布巾、エプロン、三角巾 申 事前に八広地域プラザ ☎6657-0471へ *申込みは2月3日までの午前9時~午後8時
	すみだと世界をつなぐ水の大切な話 第3回山と水「奥多摩の水源林を見に行こう!」	2月15日(木)午前9時~午後5時(予定) *区役所1階アトリウムに10分前に集合	小河内貯水池(奥多摩湖)、奥多摩 水と緑のふれあい館(西多摩郡奥多摩町原5番地) *往復バスで移動	内 東京に水を届ける水源林の維持管理方法を学ぶ 【講師】橋本淳司氏(水ジャーナリスト)ほか 対 区内在住在勤在学の方 定 20人(抽選) 費 無料 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1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・E info-japan@wateraid.orgへ 問 環境保全課環境管理担当 ☎5608-6207
	むこうじま家族会「自分で出来る、癒やしのマッサージ」	1月16日(火)午後1時半~3時	介護老人保健施設 ベレール向島(東向島2-36-11)	内 セルフマッサージの方法を学ぶ 対 区内在住で、認知症の方を介護している方 定 先着20人 費 無料 申 事前に、むこうじま高齢者支援総合センター(ベレール向島内) ☎3618-6541へ
	「すみだハート・ライン21事業」 「ミニサポート事業」説明会	1月17日(水)午後2時~3時半	すみだボランティアセンター(東向島2-17-14)	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)に協力して下さる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
	オレンジカフェ	1月17日(水)午後2時~4時 1月26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 ▶1月17日=先着30人 ▶1月26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	認知症普及啓発事業「見て・知って・体験しよう!認知症のイロハ」	1月19日(金)~24日(水)の午前10時~午後6時	産業観光プラザ すみだ まち処(押上1-1-2東京ソラマチ®5階)	内 オレンジかるた大会、出張版オレンジカフェ、介護用品の販売、認知症に関する相談の受け付け等 【入場料】無料 申 期間中、直接会場へ 問 高齢者福祉課地域支援係 ☎5608-6920
	はなみずき認知症家族会「定期巡回・随時対応型訪問介護看護の役割等について」	1月20日(土)午後1時半~3時	はなみずきホーム(八広3-22-14)	対 区内在住で、認知症の方を介護している家族等 定 先着20人 費 無料 申 事前に電話で、はなみずき高齢者支援総合センター ☎3610-6541へ
	こうめ会(認知症家族介護者教室)	1月23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 高齢者体験を通して、高齢者や要介護者への理解を深める 定 先着20人程度 費 無料 申 事前に、こうめ高齢者支援総合センター(すみだ福祉保健センター内) ☎3625-6541へ
	文化講演会「すみだの歴史“誕生から現在まで”」	1月24日(水)午後1時半~	区役所会議室131(13階)	対 区内在住の60歳以上で、老人クラブ未加入の方 *老人クラブ加入者の参加募集は別途実施 定 先着10人 費 無料 申 1月12日から電話で墨田区老人クラブ連合会事務局 ☎5608-6167へ *受け付けは月曜日~金曜日の午前10時~午後4時
	糖尿病療養指導士に聞く食事療法“基本のき”	1月25日(木)午後2時~4時	 すみだ女性センター(押上2-12-7-111)	内 自分の食生活を見直しながら、糖尿病の食事療法の基本について学ぶ 【講師】平賀浩士氏(東京都済生会向島病院栄養管理科長) 対 区内在住在勤の方 定 先着40人 費 無料 申 1月12日午前8時半から電話で向島保健センター ☎3611-6135へ
	ローズティーの会(同愛認知症家族会)	1月26日(金)正午~午後2時	同愛記念ホーム(横綱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、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
	身体障害者向け「ストレッチ&リズム体操教室」(全6回)	2月1日~3月8日の毎週木曜日午前10時~正午	すみだ福祉保健センター(向島3-36-7)	対 区内在住で身体に障害のある方 定 15人(抽選) 費 無料 申 教室名・住所・氏名・ファクス番号を、直接または電話、ファクスで1月17日までに、すみだ福祉保健センター ☎5608-3723・FAX5608-3720へ *申込時に手話通訳・磁気ループの希望可
	たのしい新舞踊教室(全4回)	2月1日~22日の毎週木曜日午後1時半~3時半	社会福祉会館(東墨田2-7-1)	 内 歌謡曲に合わせて踊る、やさしい新舞踊を学ぶ 対 区内在住在勤で60歳以上の方 定 先着30人 費 無料 持 扇子、手拭い 申 当日直接会場へ 問 社会福祉会館 ☎3619-1051