

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	行政書士による、外国人のビザ・ くらしの無料相談会	6月4日(月)午後1時から4 時 *受け付けは午後3時 40分まで	区役所1階エスカレー ター横	【対象】外国人の方、外国人と関係がある日本人の方 【申込み】当日直 接会場へ 【問合せ】▶東京都行政書士会墨田支部 ☎080-3596- 7830 ▶文化芸術振興課文化芸術・国際担当 ☎5608-6212
	美顔塾“紫外線は、今がピーク 夏に向けてのスキンケア&夏肌 メイク”	6月20日(水)午前10時～正 午	本所地域プラザ(本所1 -13-4)	対 女性 定 先着10人 費 500円(教材費) 申 6月2日から本所地域 プラザ ☎6658-4601へ *受け付けは6月15日までの午前9時～午 後8時
	すずかけ大学公開講座「発信者 の意図」を考えよう！オトナのメ ディア・リテラシー」	6月27日(水)午前10時～正 午	すみだ女性センター(押 上2-12-7-111)	内 ニュースの見方を学ぶ 定 先着50人 費 無料 申 6月1日午前10 時から電話で、すみだ女性センター ☎5608-1771へ *1歳～就学 前の子どもの一時保育(定員制)を希望する場合は、6月12日までに申 込先へ
	「意外と生きものいっぱい！すみ だの生きものを知ろう！」自然 環境観察員養成講座	▶第1回=6月30日(土)午後 1時半～3時半 ▶第2回 =7月7日(土)午前10時～ 正午	緑と花の学 習園(文花 2-12- 17) ほか	内 ▶第1回=すみだの植物について学ぼう ▶第2回=昆虫のふしぎ な生態&探し方について学ぼう 対 区内在住在勤在学の中学生以上 定 各回先着20人 費 無料 持 筆記用具、水筒、帽子など 申 6月1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
	東京スカイツリー®周辺の花の 植替えボランティア講習会	7月10日(火)・11日(水)午 前10時～正午 *午前9時 50分までに集合	区総合体育館(錦糸4- 15-1)1階駐車場東側	内 花の植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 6月1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	シニアの筋トレ&ストレッチ	6月6日～9月26日の水曜日 午後1時半～2時半	スポーツプラザ梅若(墨 田1-4-4)	対 60歳以上の方 定 各日先着10人 費 体験1回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
	第2回さくらんぼの会(認知症家 族介護者教室)「なぜ多い?高齢 者の熱中症」	6月9日(土)午後1時～2時 半	シルバープラザ梅若(墨 田1-4-4)	対 認知症の方を介護している方や認知症に関心がある方など 定 先 着20人 費 無料 申 事前に、うめわか高齢者支援総合センター(シル バープラザ梅若内) ☎5630-6541へ
	ボランティア説明会	6月11日(月)午後2時～3時 半	地域福祉プラットホー ムガランドール(石原4 -11-12)	内 ボランティア活動の紹介、活動時の注意点の説明等 対 ボランティ アを始めようと考えている方 定 先着20人 費 無料 申 事前に、す みだボランティアセンター(東向島2-17-14) ☎3612-2940へ
	「すみだハート・ライン21事業」 「ミニサポート事業」説明会	6月18日(月)午後2時～3時 半、6月21日(木)午後6時半 ～8時	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、家事援助等の活動(有償ボランティア)に協 力できる18歳以上の方 *今すぐ活動できなくても可 定 各日先着 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
	健康づくり教室「初心者向けヨ ガ教室」(各コース全6回)	6月20日～7月25日の毎週 水曜日▶午後1時半～ ▶午後3時～▶午後6時～ *いずれも80分	すみだ福祉保健セン ター(向島3-36-7)	対 区内在住在勤の20歳以上で、医師から運動を制限されていない方 定 各コース15人(抽選) 費 無料 申 6月11日までに、すみだ福祉保 健センター ☎5608-3729へ