




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 | ようこそ!みどりいきものパーク | 6月23日(土)午後5時~6時半 | みどりコミュニティセンター(緑3-7-3) | 内 生き物大好き芸人「かにかや」と一緒に、自然と生き物の大切さなどを学ぶ 定 先着30人 費 200円 申 事前に、みどりコミュニティセンター ☎5600-5811へ *受け付けは6月22日午後8時まで |
| | ミニ歌謡教室(全2回) | 7月2日(月)・9日(月)午後2時~4時 *1回のみ参加も可 | 社会福祉会館(東墨田2-7-1) | 内 歌唱指導 対 区内在住の方 定 先着190人 費 無料 申 当日直接会場へ 問 社会福祉会館 ☎3619-1051 |
| 健康・福祉 | 6月体幹チェック月間 | 6月11日(月)~30日(土)の午前11時~午後8時 | スポーツプラザ梅若(墨田1-4-4) | 対 高校生以上 費 1回240円(トレーニングルーム利用料) 持 室内用の運動靴 *動きやすい服装で参加 申 期間中、直接会場へ 問 スポーツプラザ梅若 ☎5630-8880 *トレーニングルームを初めて利用する方は、利用登録(無料)が必要 |
| | 背骨コンディショニング | 6月14日(木)~7月7日(土)の▶毎週木曜日午後2時~3時 ▶毎週土曜日午前11時~正午 | | 内 肩こりや坐骨神経痛の改善プログラム 対 18歳以上で肩こり・腰痛等でお悩みの方 定 先着13人 費 1回1080円 申 事前に、スポーツプラザ梅若 ☎5630-8880へ |
| | オレンジカフェ | 6月20日(水)午後2時~4時 6月21日(木)午後2時~4時 | すみだ生涯学習センター(東向島2-38-7) みどりコミュニティセンター(緑3-7-3) | 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 各日先着30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  |
| | ローズティーの会(同愛認知症家族会) | 6月22日(金)午後1時~3時 | 同愛記念ホーム(横網2-1-11) | 対 認知症の方を介護している方など 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 |
| | 医療連携型認知症家族介護者教室「中村病院(認知症疾患医療センター)の職員から認知症について学ぼう」 | 6月26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 相談員や薬剤師から認知症検査や薬について学ぶ 定 先着20人 費 無料 申 事前に、こつ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 |
| | 小さな博物館「NTTドコモ歴史展示スクエア」のシニア向けタブレット教室 | 6月27日(水)、7月25日(水) ▶午前10時半~正午 ▶午後3時~4時半 | NTTドコモ歴史展示スクエア(横網1-9-2 NTTドコモ墨田ビル1階) | 内 タブレット端末の操作体験、携帯電話の歴史見学ツアー 対 60歳以上の方 定 各先着3人 費 無料 申 6月11日午前10時からNTTドコモ歴史展示スクエア ☎6658-3535へ |
| | 「2018夏!体験ボランティア」説明会  | ▶6月29日(金)午後4時半~ ▶7月1日(日)・22日(日)午前10時~、午後1時半~ ▶7月24日(火)午前10時~ *いずれも1時間で、同一内容 | ▶6月29日=地域福祉プラットフォーム ガラントール(石原4-11-12) ▶その他=すみだボランティアセンター(東向島2-17-14) | 内 区内施設でボランティア活動を体験する「2018夏!体験ボランティア」(7月21日~8月31日)についての事前説明会 *「2018夏!体験ボランティア」の参加には、本説明会への出席が必要 対 区内在住で在学の小中学生以上 費 無料 *「2018夏!体験ボランティア」の参加には、保険料300円が必要(別途、検便費用などが必要な場合あり) 申 事前に電話で、すみだボランティアセンター ☎3612-2940へ *受け付けは月曜日~金曜日の午前9時~午後5時半 |
| 高齢者食育料理教室「ごちそう冷やし中華とシフォンケーキを作しましょう!」 | 7月2日(月)午後1時半~4時 | 立花ゆうゆう館(立花6-8-1-102) | 対 区内在住で60歳以上の男性 定 15人(抽選) 費 500円(食材費) 申 6月15日までに立花ゆうゆう館 ☎3613-3911へ *受け付けは午前9時~午後5時 | |
| 身体障害者向け「iPad体験教室」(全3回) | 7月3日~17日の毎週火曜日午前10時~正午  | すみだ福祉保健センター(向島3-36-7) | 対 区内在住の18歳以上で▶上肢・下肢に障害のある方 ▶内部障害のある方 定 5人(抽選) 費 100円 申 教室名・住所・氏名・年齢・ファクス番号を、直接または電話、ファクスで6月17日までに、すみだ福祉保健センター ☎5608-3723・FAX5608-3720へ | |
| 高齢者歌謡教室「歌は元気の源大きな声で歌いましょう」(全4回) | 7月4日~8月1日の水曜日午後5時15分~7時15分 *7月18日を除く | 梅若ゆうゆう館(墨田1-4-4・シルバープラザ梅若内) | 対 区内在住で60歳以上の方 *前回未受講者を優先 定 30人(抽選) 費 無料 申 6月15日までに梅若ゆうゆう館 ☎5630-8630へ *受け付けは午前9時~午後5時 | |