



区分	名称	とき	ところ	対象・定員・費用・申込み・問合せ等
健康・福祉	今こそストップ！薬物乱用「平成30年度薬物乱用防止ポスター・標語作品展」	12月18日(火)～20日(木)の午前10時～午後4時 *最終日は午後3時まで	区役所1階アトリウム	内 薬物乱用防止をテーマに中学生が作成したポスターと標語の展示 *全ての作品を展示できない場合あり 【入場料】無料 申 期間中、直接会場へ 問 保健計画課保健計画担当 ☎5608-6190
	オレンジカフェ	12月19日(水)午後2時～4時 12月20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)	12月21日(金)午後1時～3時	同愛記念ホーム(横綱2-1-11)	対 認知症の方を介護している方や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
	こうめ会(認知症家族介護者教室)	12月25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 ジェネリック医薬品について学ぶ 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
	中途失聴者向け「iPad体験教室」 「便利なアプリの紹介など」(全3回)	平成31年1月8日～22日の毎週火曜日午前10時～正午		対 区内在住で18歳以上の中途失聴者 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12月24日までに、すみだ福祉保健センター ☎5608-3723・FAX5608-3720へ *申込時に磁気ループの希望可
	身体障害者向け「椅子に座ってできる筋力アップ体操教室」(全5回)	平成31年1月9日～2月6日の毎週水曜日午前10時～正午		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12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
	健康づくり教室「初心者向けリズム体操教室」(全6回)	平成31年1月9日～2月13日の毎週水曜日▶1時半コース=午後1時半～2時50分 ▶3時コース=午後3時～4時20分		対 区内在住の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 12月24日までに、すみだ福祉保健センター ☎5608-3729へ
	依存症セミナー	平成31年1月9日(水)午後2時～3時半	向島保健センター(東向島5-16-2)	対 区内在住で依存症状にお困りの方等 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 *受け付けは午前8時半～
	こころの病のある方の家族の会 「家族同士で情報交換しませんか」	平成31年1月10日(木)午前10時～正午	本所保健センター(東駒形1-6-4)	内 日頃の悩みについての話し合いや、病気・福祉制度などについての情報交換 対 区内在住で、こころの病のある方の家族 定 先着20人 費 無料 申 事前に電話で本所保健センター ☎3622-9137へ *受け付けは午前8時半～
ストレッチ教室「日頃の疲れを癒やしてリフレッシュ」(全10回)	平成31年1月12日～3月16日の毎週土曜日▶第1部=午後6時半～7時半 ▶第2部=午後7時45分～8時45分	八広地域プラザ(八広4-35-17)	内 音楽を聴きながらストレッチをする 対 20歳以上の方 定 各部先着15人 費 各部5000円 持 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31年1月7日までの午前9時～午後8時(12月17日、12月29日～31年1月3日を除く)	
子育て・教育	地域の教育力の向上を目指して地域育成者講習会「アスリートに学ぶ子どもの心身の整え方」	12月17日(月)午後7時～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)	【講師】谷野哲郎氏(東京新聞編集局運動部長) 定 先着200人 費 無料 申 事前に氏名・団体名・電話番号を、電話またはファクスで地域教育支援課地域教育支援担当 ☎5608-6503・FAX5608-6411へ *受け付けは12月13日まで
	冬のおたのしみ会！「クリスマスポシェットを作ろう！」	12月21日(金)午後3時～4時 *午後2時15分から整理券を配布	緑図書館(緑2-24-5)	内 読み聞かせ、ミニこうさく会 対 4歳～小学生 定 ▶ミニこうさく会=先着30人 費 無料 申 当日直接会場へ 問 緑図書館 ☎3631-4621
	冬のおたのしみ会	12月22日(土)午後2時～3時	立花図書館(立花6-8-1-101)	内 手遊び、ブックトーク、絵本の読み聞かせなど 費 無料 申 当日直接会場へ 問 立花図書館 ☎3618-2620
	楽しい理科実験教室	12月23日(祝)・24日(振休)午前10時～正午	本所地域プラザ(本所1-13-4)	内 ▶12月23日=ゾウのねり歯磨き「泡がいっぱい」 ▶12月24日=時計反応「突然色が変わる」 対 小学校3年生～中学生 定 各日先着12人 費 無料 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
	すみだキラキラママのつどい	12月26日(水)午前10時～午後3時	みどりコミュニティセンター(緑3-7-3)	【プログラム/定員】▶ベビーヨガ/先着6組 ▶バランスボールで産後ケア/先着5組 ▶肩腰ケア(1回20分)/先着4人 ▶英国式リフレクソロジー(1回20分)/先着7人 ▶ジェルネイル/先着6組 対 親子 *妊婦・母親のみの参加可 費 各プログラム800円(材料費込み) 申 事前にプログラム名・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
	幼児教育リトミック(全9回)	平成31年1月15日～3月19日の火曜日午前10時～10時45分 *2月5日を除く	八広地域プラザ(八広4-35-17)	内 音やリズムに親しみ、創造力や自己表現力を養う 対 平成29年4月～30年3月生まれの乳幼児とその保護者 定 先着15組 費 5000円 申 事前に八広地域プラザ ☎6657-0471へ *受け付けは31年1月10日までの午前9時～午後8時(12月17日、12月29日～31年1月3日を除く)
赤ちゃんとお手てで話そう「ベビーサイン1dayレッスン」	平成31年1月15日(火)午前10時半～正午		対 生後6か月(お座りできる程度)～1歳6か月の乳児とその保護者 定 先着12組 費 1組500円 申 事前に八広地域プラザ ☎6657-0471へ *受け付けは31年1月8日までの午前9時～午後8時(12月17日、12月29日～31年1月3日を除く)	