

# 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



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	行政書士による無料相談(許認可申請、ビザ申請、遺言・相続手続等)	3月26日(火)、4月2日(火) 午後1時~4時 *原則、毎週火曜日に開催(祝日・年末年始を除く)	区役所1階区民相談コーナー	申 当日直接会場へ 問 ▶ すみだ区民相談室 ☎5608-1616 ▶ 東京都行政書士会墨田支部 ☎080-3596-7830
	司法書士による無料法律相談(不動産や会社の登記、相続・遺言・成年後見等)	3月28日(木)、4月4日(木) 午後2時~4時 *原則、毎週木曜日に開催(祝日・年末年始を除く)	すみだ区民相談室(区役所1階)	申 当日直接会場へ 問 ▶ すみだ区民相談室 ☎5608-1616 ▶ 東京司法書士会墨田・江東支部 ☎3635-1900
	宅地建物取引士による無料相談(不動産取引一般)	3月29日(金)、4月5日(金) 午後1時~3時 *原則、毎週金曜日に開催(祝日・年末年始を除く)		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墨田区支部 ☎3622-1221
	社会保険労務士による無料相談(各種年金・労務管理等)	4月3日(水)・17日(水) 午後1時~4時半 *原則、毎月第1・第3水曜日に開催(祝日・年末年始を除く)	区役所1階区民相談コーナー	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 ☎3613-1069
	マンション管理士による無料相談会	4月13日(土) 午後1時~4時 *毎月第2土曜日に開催		対 区内マンションの管理組合・居住者等 申 当日直接会場へ 問 ▶ 住宅課計画担当 ☎5608-6215 ▶ 一般社団法人東京都マンション管理士会墨田支部 ☎6413-8727
	吾孺の里で陶芸を楽しもう!(全6回)	4月14日~6月23日の毎月第2・第4日曜日午前9時半~午後0時半	八広地域プラザ(八広4-35-17)	対 小学校4年生以上 定 先着12人 費 1万円(材料費込み) 持 作業用エプロン、タオル、雑巾、筆記用具、メモ帳 申 事前に八広地域プラザ ☎6657-0471へ *受け付けは4月7日までの午前9時~午後8時
健康・福祉	男性介護者教室ケアMENすみだ「軽度認知障害と認知症」認知症の早期発見と予防」	4月4日(木) 午後1時半~3時半	なりひらホーム(業平5-6-2)	内 講話、コーヒーやお茶を飲みながらの意見交換・座談会 対 区内在住の男性 費 無料 申 事前に、みどり高齢者支援総合センター(緑2-5-12・アウトピアみどり苑内) ☎5625-6541へ 問 高齢者福祉課相談係 ☎5608-6174
	エンドウジムのパワートレーニング教室	4月8日(月)・22日(月) 午後3時~4時	本所地域プラザ(本所1-13-4)	内 力強い体幹を作り、脳を活性化させるトレーニング方法を学ぶ 定 各日先着30人 費 各日800円 持 運動着、室内用の運動靴、タオル、飲物 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
	高齢者「iPad体験教室」(全2回)	4月11日(木)・12日(金) 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60歳以上の方 定 6人(抽選) 費 100円 申 3月28日までに、すみだ福祉保健センター ☎5608-3721へ
	みどりコミュニティカフェ 4月のテーマ「折り紙教室と花体操」	4月12日(金) 午前10時半~正午	みどりコミュニティセンター(緑3-7-3)	内 お茶を飲みながら、おしゃべりを楽しむ 対 おおむね60歳以上の方 費 100円(飲食代) 申 当日直接会場へ 問 みどりコミュニティセンター ☎5600-5811
	高齢者のパソコン教室「無料ソフトGIMPを使用し写真の加工方法を学びます」(全4回)	4月16日~5月14日の火曜日 午後2時~4時 *4月30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 区内在住の60歳以上で、次の全ての要件を満たす方▶写真加工の初心者である▶パソコンの基本操作(文字入力)ができる▶ウィンドウズが使えるノートパソコンを持参できる 定 10人(抽選) 費 無料 申 3月22日~26日の午前9時~午後5時に梅若ゆうゆう館 ☎5630-8630へ
	弁護士による権利擁護法律相談	4月18日(木) 午後1時半~4時半	すみだボランティアセンター(東向島2-17-14)	内 判断能力が十分ではない方への権利擁護法律相談、福祉サービスの苦情相談、親族後見人からの相談 定 先着3人 費 無料 申 事前に電話で、すみだ福祉サービス権利擁護センター ☎5655-2940へ
	身体障害者向け「春のハーバリウム講座」	4月22日(月) 午前10時~正午	すみだ福祉保健センター(向島3-36-7)	内 好きな花を選んで、自分だけのハーバリウムを作る 対 区内在住で身体に障害のある方 定 15人(抽選) 費 500円 申 講座名・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4月3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
	シニアのためのいきいきトレーニング教室(第1期・各部全24回)	5月9日~8月1日の月・木曜日▶午前の部=午前10時~正午▶午後の部=午後1時~3時 *祝日を除く	いきいきプラザ(文花1-32-2)	内 機器を使った、介護予防のための筋力向上トレーニング 対 区内在住の60歳以上で、これから運動を始めたい方 *4月4日(木)午前10時、または4月8日(月)午後1時から開催する説明会への参加が必要(いずれも同一内容で1時間程度) 定 各部8人(選考) 費 無料 申 電話で各説明会の前日までに、いきいきプラザ ☎3618-0961へ *受講には主治医の意見書が必要(意見書の作成費用は自己負担)
子育て・教育	月イチひろば「こみかんだいむ」「おれんじたいむ」	▶こみかんだいむ=4月8日(月)午前10時~正午 *原則、毎月第2月曜日に開催▶おれんじたいむ=4月22日(月)午前10時~午後3時 *原則、毎月第4月曜日に開催	子育て支援総合センター(京島1-35-9-103)	内 親同士の交流や情報交換、保育士等による子育て相談など 対 ▶こみかんだいむ=歩けるようになるまでの子どもとその保護者▶おれんじたいむ=おおむね4歳までの子どもとその保護者 費 無料 申 当日直接会場へ 問 子育て支援総合センター ☎5630-6351 *日程等の詳細は問合せ先へ
	母と子のリラックスタイム	4月9日(火)、5月14日(火)、6月11日(火) 午前10時~11時半 *受け付けは午前9時半~	本所保健センター(東駒形1-6-4)	内 子育てについて語り合い、リフレッシュする 対 区内在住で就学前の子どもがいる母親 定 各日先着10人 費 無料 申 事前に本所保健センター ☎3622-9137へ *事前申込みによる就学前の子どもの一時保育あり
	もちもちマーケット	4月21日(日)、5月19日(日)、6月16日(日) 午前10時~正午	子育て支援総合センター(京島1-35-9-103)	内 妊婦・子ども用の使わなくなった衣類や、おもちゃ等の交換会 費 無料 申 当日直接会場へ 問 子育て支援総合センター ☎5630-6351