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
健康・福祉	**うつ予防講演会「気持ちをラクにするメンタルヘルス講座」**	9月12日(木)午後2時～4時	すみだリバーサイドホール1階ミニシアター(区役所に併設)	内ストレスの対処方法を学ぶ　対区内在住在勤の方　定先着30人　費無料　申8月13日午前8時半から電話で向島保健センター☎3611－6193へ
	ゲートキーパー養成講座「聞く力を育てる〝大切な人の悩みに気づいて、受け止める(初級編)〟」	9月12日(木)午後6時半～8時半	区役所会議室131(13階)	【講師】西村由紀氏(NPO法人メンタルケア協議会理事・精神保健福祉士)　対区内在住在勤の方　定先着50人　費無料　申8月13日午前8時半から、講座名・氏名・電話番号を、電話またはファクス、Eメールで保健予防課精神保健係☎5608－6506　・FAX5608－6507・✉HOKENYOBOU@city.sumida.lg.jpへ
	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〟	9月18日(水)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合いや、病気・福祉制度等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
子育て・教育	**地域福祉プラットフォーム夏休みイベント「マルチラックを作ってみよう！」**	8月20日(火)午後1時半～3時半	地域福祉プラットフォーム　キラキラ茶家(京島3－49－18)	内本や小物などを収納するマルチラックを作る　対4歳～中学生　＊小学校3年生以下は保護者の同伴が必要　定先着20人　費無料　申事前に電話で墨田区社会福祉協議会☎3614－3900へ
	横川コミュニティ会館　おばけ屋敷	8月24日(土)午後1時半～4時半　＊受け付けは午後4時まで	横川コミュニティ会館(横川5－9－1)	対18歳以下の方とその保護者　費無料　申当日直接会場へ　問横川コミュニティ会館☎5608－4500
	すみだキラキラママのつどい	8月28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)	内／定▶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／先着4人　▶英国式リフレクソロジー／先着7人　▶リラクゼーションもみほぐし／先着7人　▶足型アート／先着8人　対親子　＊妊婦・母親のみの参加も可　費各プログラム800円(材料費込み)　＊当日会場で支払　申事前に希望プログラム名・参加者の氏名・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
	すみだファミリー・サポート・センター「サポート会員養成集中講座」	9月7日(土)午前9時～午後4時	文花子育てひろば(文花1－20－3)	内地域の子どもの送迎や預かりをするサポート会員(有償ボランティア)として必要な知識を学ぶ　対区内在住の20歳以上で子育て支援に理解と熱意があり、心身ともに健康な方　定先着10人　費無料　＊会員登録には、各自で普通救命講習(資料代1400円)を受講することが必要　持筆記用具、エプロン　申事前に電話で、すみだファミリー・サポート・センター☎5608－2020へ　＊受け付けは月曜日～金曜日の午前9時～午後5時
	マチナカデミアすみだ連携教室「ジュニアプログラミング講座2019〝基礎〟から〝ロボットを動かす〟まで」(全3回)	9月7日、10月19日、11月16日いずれも土曜日午後1時半～3時半	東駒形コミュニティ会館(東駒形4－14－1)	内スクラッチの基本を学び、ロボットプログラミングを体験する　対全日程参加できる、本教室未受講の小・中学生　＊小学校1・2年生は保護者の同伴が必要　定先着12人　費無料　＊パソコンを持参できない方はレンタル料1回500円が必要　持パソコン、マウス　＊事前に「スクラッチ1.4」のインストールが必要　申事前に東駒形コミュニティ会館☎3623－1141へ
	心とからだを整える産後のセルフケア(全2回)	9月10日(火)・24日(火)午前10時～11時半	八広地域プラザ(八広4－35－17)	内エクササイズ、グループワーク　対0歳児(9月24日時点)の母親　＊生後210日までの乳児の同伴可(事前申込みによる対象年齢以外の子どもの一時保育あり)　定先着12人　費4000円　＊一時保育は別途1人1000円　申事前に八広地域プラザ☎6657－0471へ　＊受け付けは8月31日までの午前9時～午後8時(8月19日を除く)
	育児講演会「現役保育士さんに聞く！イライラ育児脱出のヒント」	9月12日(木)午前10時～11時半　＊一時保育の受け付けは午前9時半～10時	すみだ生涯学習センター(東向島2－38－7)	対区内在住で就学前の子どもの保護者　定先着30人　費無料　申8月13日午前8時半から向島保健センター(東向島5－16－2)☎3611－6193へ　＊事前申込みによる4歳未満の子どもの一時保育あり(先着15人)
仕事・産業	**「いま、墨田の創業支援が熱い！」創業支援に関するパネル展示・体験型イベント**	▶パネル展示＝8月20日(火)～30日(金)　＊最終日は正午まで　▶イベント＝8月24日(土)・25日(日)午前10時～午後3時　＊受け付けは午前9時半～午後2時	区役所1階アトリウム 段ブロック作品(船)	内内▶パネル展示＝創業に役立つ情報や創業支援機関の取組等の展示　▶創業者によるイベント＝「段ブロックで遊ぼう！」　＊詳細は区ホームページを参照　対創業に興味がある方　定▶イベント＝先着10人(1時間あたり)　費無料　申当日直接会場へ　問▶日本政策金融公庫江東支店☎3631－8171　▶経営支援課経営支援担当☎5608－6185
	雇用力アップセミナー「会社の〝雇用力〟を上げて、安定した雇用につなげよう」	▶第1回＝9月10日(火)　▶第2回＝11月18日(月)　＊いずれも午後3時～5時	すみだリバーサイドホール1階会議室(区役所に併設)　＊第2回は未定(詳細は区ホームページを参照)	内▶第1回＝有給休暇・残業管理と就業規則の確認ポイントについて学ぶ　▶第2回＝採用時のマニュアル作成、引き継ぎのポイント、助成金の情報収集のポイントについて学ぶ　【講師】村田　淳氏(社会保険労務士・産業カウンセラー)　対区内に事業所がある会社の経営者・採用担当者等　定各回先着20人　費無料　申事前に会社名・氏名・年齢・性別・メールアドレス・参加希望回を、Eメールで、スミダデヒトデ増殖プロジェクト事務局✉sumida_hitode@haizai.jpへ　＊Eメールの件名は「雇用力アップセミナー申込み」　問経営支援課経営支援担当☎5608－6185
	シニア生涯ワーキングセミナー	9月18日(水)午後1時半～4時15分　＊受け付けは午後1時～	ハローワーク墨田(江東橋2－19－12)	内今後のライフプランニングや、シニア世代の再就職の現状と考え方等を学ぶ　対55歳以上で▶求職中の方　▶これから就職活動を始めたいと考えている方　定先着30人　費無料　持電卓、筆記用具　申8月13日から電話で長寿社会文化協会☎5843－7665へ　問▶東京しごとセンターシニアコーナー☎5211－2335　▶経営支援課経営支援担当☎5608－6185