

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)	12月24日(火)、令和2年1月7日(火)午後1時~4時 *原則、毎週火曜日に開催(12月31日、祝日を除く)	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)	12月26日(木)、令和2年1月9日(木)午後2時~4時 *原則、毎週木曜日に開催(2年1月2日、祝日を除く)	すみだ区民相談室(区役所1階)	申 当日直接会場へ *午後1時から整理券を配布 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)	令和2年1月10日(金)午後1時~3時 *原則、毎週金曜日に開催(12月27日、2年1月3日、祝日を除く)		申 当日直接会場へ *正午から整理券を配布 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)	令和2年1月15日(水)、2月5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 ☎5638-6080
	令和元年度エコライフ講座	 墨田区環境キャラクター「地球くん」		対 区内在住在勤在学の方 定 各回20人(抽選) 費 無料 申 講座名・希望回・住所・氏名・年齢・電話番号・ファクス番号・Eメールアドレスを、ファクスまたはEメールで各申込期限までに環境保全課環境管理担当 ☎5608-6207・FAX5608-1452・E KANKYOU@city.sumida.lg.jpへ *抽選結果は後日通知
	▶第4回「これからのエネルギー“水素”を楽しく学んで燃料電池自動車に乗ってみよう！」	令和2年1月23日(木)午後1時~5時 *区役所1階アトリウムに10分前に集合	東京スイソミル(江東区潮見1-3-2)、がすてなーに ガスの科学館(江東区豊洲6-1-1) *往復バスで移動	内 水素を発生させ、そのエネルギーで物を動かすなど、体験を通して水素の特徴やエネルギー資源としての可能性について学ぶ *水素で走る燃料電池自動車の試乗あり(運転は不可) 【申込期限】2年1月6日
▶第5回「最新鋭設備“川崎火力発電所”と電気の歴史を見に行こう」	令和2年1月30日(木)午前9時半~午後4時半 *区役所1階アトリウムに10分前に集合	川崎火力発電所(神奈川県川崎市川崎区千鳥町5-1) *往復バスで移動	内 環境に配慮した発電所を見学し、電気が作られる仕組みや電気の歴史について学ぶ 持 弁当 【申込期限】2年1月14日	
健康・福祉	ダイエットプログラム体験(超音波の体脂肪厚測定2か所付き)	12月23日(月)~令和2年1月20日(月)の午前9時~午後9時 *土・日曜日、祝日、年末年始を除く *所要時間は60分	スポーツプラザ梅若(墨田1-4-4)	内 専門トレーナーによるマンツーマン指導のトレーニングと食事コントロールで無理なく続ける6週間ダイエットの1回体験 対 18歳以上の方 費 1100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
	ふくの会(なりひら認知症家族会)	令和2年1月4日(土)午後1時半~3時半	なりひらホーム(業平5-6-2)	内 悩みの共有、情報交換 対 区内在住で認知症の家族を介護している方 定 先着10人 費 無料 申 事前に、なりひら高齢者支援総合センター(なりひらホーム内) ☎5819-0541へ
	新春白玉サービス“元気に一年過ごしましょう!”	令和2年1月9日(木)午前10時~午後2時	立花ゆうゆう館(立花6-8-1-102)	内 白玉を食べながら、参加者同士で交流する 対 区内在住の方 定 先着120人 費 無料 申 当日直接会場へ 問 立花ゆうゆう館 ☎3613-3911
	男性介護者教室 ケアMENすみだ「看取りと尊厳死“私らしく最期を迎えるために”」	令和2年1月9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、意見交換・座談会 対 区内在住の男性 費 無料 申 事前に教室名・住所・氏名・年齢を、電話またはファクスで、八広はなみずき高齢者支援総合センター ☎3610-6541・FAX3610-6590へ 問 高齢者福祉課相談係 ☎5608-6174・FAX5608-6404
	みどりコミュニティカフェ 1月テーマ「折り紙教室と花体操」	令和2年1月10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、お菓子を食べながら、気軽におしゃべりを楽しむ 対 おおむね60歳以上の方 費 200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
	みどり認知症サポーターフォローアップ講座	令和2年1月11日(土)午後2時~3時半、2年1月25日(土)午後2時~4時	アウトピアみどり苑(緑2-5-12)	内 ▶2年1月11日=認知症ケアパスと地域の社会資源について学ぶ ▶2年1月25日=カフェ・みどり亭(認知症カフェ)を体験する 対 認知症サポーター養成講座を修了した方 定 各日先着20人程度 費 無料 申 事前に、みどり高齢者支援総合センター(アウトピアみどり苑内) ☎5625-6541へ
	弁護士による権利擁護法律相談	令和2年1月16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