

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	すみだ女性センタークイズラリー	3月31日(火)までの開館時間中	すみだ女性センター(押上2-12-7-111)	内施設およびパープルリボン(女性に対する暴力をなくす運動)に関するクイズラリー *記念品を進呈(なくなり次第終了) 費無料 申期間中、直接会場へ 問すみだ女性センター☎5608-1771 *詳細は問合せ先へ
	建築・住まいの無料相談	1月17日(金)午後1時~4時 *毎月第3金曜日に開催 *8月・9月を除く	区役所1階アトリウム	内建築の一般的な疑問や、増改築などの悩みを一般社団法人東京都建築士事務所協会墨田支部所属の建築士に相談する 申当日直接会場へ 問建築指導課構造担当☎5608-1307
	空き家セミナー&個別相談会「空き家問題と相続トラブル“あなたの実家を空き家にしないために”」	1月25日(土)▶セミナー=午後1時~2時半 ▶個別相談会=午後2時40分~4時10分	すみだ生涯学習センター(東向島2-38-7)	内空き家問題の実態や、空き家の利活用・相続に向けた生前準備に関するセミナー・個別相談会 対空き家等の所有者 *所有予定の方も可 定▶セミナー=先着60人 ▶個別相談会=先着15組 費無料 申1月14日午前9時から電話でNPO法人空家・空地管理センター☎0120-336-366へ *NPO法人空家・空地管理センターのホームページからも申込可 問安全支援課空き家対策係☎5608-6520
	すみだと世界をつなぐ水の大切な話 第6回地形と水「昭島の地形・湧き水観察を通じて水について考えよう！」	2月1日(土)正午~午後5時 *区役所1階アトリウムに10分前に集合	龍津寺(昭島市拝島町5-2)ほか *往復バスで移動	内深層地下水のみを水道水源としている「昭島市」の地形や「東京の名湧水57選」龍津寺の湧き水等の観察を通じて、水にまつわる文化や流域について考える 対区内在住在勤在学の方 定20人(抽選) 費無料 持筆記用具 申住所・氏名・年齢・電話番号を、はがきまたはファクス、Eメールで1月20日(必着)までに、NPO法人ウォーターエイドジャパン(〒130-0014亀沢2-12-11PAX21 3階)FAX050-3488-2040・Einfo-japan@wateraid.orgへ 問環境保全課環境管理担当☎5608-6207
	令和元年度第6回エコライフ講座「水辺の野鳥を見に行こう！」	2月7日(金)午後0時半~4時 *区役所1階アトリウムに10分前に集合	都立東京港野鳥公園(大田区東海3-1) *往復バスで移動	内日本野鳥の会に所属するレンジャーの解説を聞きながら、野鳥を観察する 対区内在住在勤在学の方 定20人(抽選) 費300円 持双眼鏡(お持ちの方のみ) 申講座名・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1月27日までに環境保全課環境管理担当☎5608-6207・FAX5608-1452・Einfo-japan@city.sumida.lg.jpへ *締切後に受講確認通知あり
健康・福祉	「すみだハート・ライン21事業」 「ミニサポート事業」説明会	1月16日(木)・21日(火)午前10時~11時半	▶1月16日=すみだボランティアセンター(東向島2-17-14) ▶1月21日=地域福祉プラットフォーム ガランドール(石原4-11-12)	対地域活動に関心があり、協力会員・協力員として家事援助などの活動(有償ボランティア)に協力できる18歳以上の方 *今すぐ活動できなくても可 定▶1月16日=先着20人 ▶1月21日=先着10人 費無料 申事前に電話で、すみだハート・ライン21事業室☎5608-8102へ *協力会員・協力員への登録方法の詳細は申込先へ
	はなみずき認知症家族会	1月18日(土)午後1時半~3時	八広はなみずき高齢者支援総合センター(八広5-18-23)	内認知症の方への服薬支援について、薬剤師から学ぶ 対区内在住で認知症の方を介護している家族など 定先着20人 費無料 申事前に電話で八広はなみずき高齢者支援総合センター☎3610-6541へ
	高齢者体験講座「新舞踊」“初心者の方から幅広く、みんなで楽しく踊りましょう”	1月21日(火)・28日(火)午前10時半~11時半 *両日参加可	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 定各日先着5人 費無料 申事前に梅若ゆうゆう館☎5630-8630へ *受け付けは1月19日までの午前9時~午後5時
	むこうじま家族会	1月21日(火)午後1時半~3時	ベレール向島(東向島2-36-11)	内医師を交え、認知症の症状や支援等について話し合い、参加者同士で交流する 対区内在住で認知症の方を介護している方 定先着20人 費無料 申事前に、むこうじま高齢者支援総合センター(ベレール向島内)☎3618-6541へ
	みかんの会(認知症家族会)“介護に関する悩みの共有、情報交換をします”	1月21日(火)午後1時半~3時半	たちばなホーム(立花3-10-1)	対認知症の家族を介護している方、介護の経験がある方など 定先着10人 費無料 申事前に、ぶんか高齢者支援総合センター(文花1-29-5都営文花一丁目Aパート5号棟1階)☎3617-6511へ
	ローズティーの会(同愛認知症家族会)	1月24日(金)午後1時~3時	同愛記念ホーム(横網2-1-11)	内悩みの共有、情報交換 対認知症の家族を介護している方・介護の経験がある方、認知症や介護に関心がある方 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
	ボランティア説明会	1月24日(金)午後1時半~3時	すみだボランティアセンター(東向島2-17-14)	内ボランティア活動の紹介、活動時の注意点の説明等 対ボランティアを始めようと考えている方 定先着20人 費無料 申事前に、すみだボランティアセンター☎3612-2940へ
	まちの薬剤師さんに聞く「お薬との上手なつきあい方」	1月30日(木)午後2時~4時	すみだ女性センター(押上2-12-7-111)	内薬を飲み忘れてしまった時の対応方法などについて学ぶ 対区内在住在勤の方 定先着60人 費無料 申1月14日午前8時半から電話で向島保健センター☎3611-6135へ
	高齢者・みんなで楽しむ料理の会「サバ・バーグを作りましょう！」	2月3日(月)午前10時~正午	立花ゆうゆう館(立花6-8-1-102)	内鯖の缶詰を使ったサバ・バーグを作る 対区内在住で60歳以上の方 定15人(抽選) 費500円(食材費) 申1月17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
	高齢者ゆるやか体操教室「お体にご不安のある方の機能向上」(全5回)	2月7日~3月6日の毎週金曜日午前10時~正午	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歳以上で医師から運動を制限されていない方 定16人(抽選) 費無料 申1月14日~18日の午前9時~午後5時に梅若ゆうゆう館☎5630-8630へ
	介護予防のための「栄養講演会」	▶第1会場=2月7日(金) ▶第2会場=2月18日(火) *いずれも午前10時~正午	▶第1会場=本所地域プラザ(本所1-13-4) ▶第2会場=八広地域プラザ(八広4-35-17)	内「低栄養状態の予防と改善、食生活のポイントについて」をテーマとした講義、バランスよく栄養をとるための簡単な調理方法を学ぶ実習 対区内在住の65歳以上で個別の支援を必要としない方 定各会場20人(抽選) 費無料 持筆記用具、エプロン、三角巾など 申1月24日までに高齢者福祉課地域支援係(区役所4階)☎5608-6178へ
	たのしい新舞踊教室(全4回)	2月7日~28日の毎週金曜日午後1時半~3時半	社会福祉会館(東墨田2-7-1)	内歌謡曲に合わせて踊る、やさしい新舞踊を学ぶ 対区内在住在勤で60歳以上の方 定先着30人 費無料 持扇子(お持ちの方のみ) *貸出し可 申当日直接会場へ 問社会福祉会館☎3619-1051