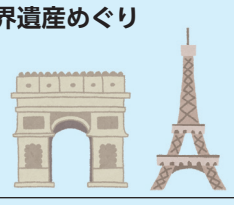
講座・教室・催し

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

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、講座・教室・催しが中止または延期となる場合があります（詳細は、各申込先・問合せ先へ）。なお、参加に当たっては、マスクの着用や手指消毒等、各会場でお願いする感染症対策にご協力ください。

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	**男性介護者教室　ケアMENすみだ「介護者のための感染症対策」**	9月3日(木)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、直接または電話、ファクスで、うめわか高齢者支援総合センター(墨田1－4－4・シルバープラザ梅若内)☎5630－6541・FAX3614－9160へ　問高齢者福祉課相談係☎5608－6174
	ふくの会(なりひら認知症家族会)	9月5日(土)午後1時半～3時半	なりひら神明橋集会所(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(業平5－6－2・なりひらホーム内)☎5819－0541へ
	がん相談会「がんサロンSAKURA」　＊参加者同士の語り合いと個別相談も実施	9月12日(土)午後2時～4時	区役所会議室122・123(12階)	内体調管理のための運動講座「ラジオ体操」　対がん患者とその家族　定先着20人　費無料　申事前に住所・氏名・電話番号・同伴者の氏名を、電話またはEメールでNPO法人在宅ホスピスボランティアきぼう☎5669－8302・✉info@volunteer-kibou.orgへ　問本所保健センター☎3622－9137
	コロナに負けない！トーク＆ミニライブショー「長寿の集い」	9月13日(日)午後1時半～2時半　＊受け付けは午後0時半～	すみだ福祉保健センター(向島3－36－7)	【講師】佐藤一恵氏(歌唱指導講師)　対区内在住で60歳以上の方　定30人(抽選)　費無料　申8月28日までに、すみだ福祉保健センター☎5608－3721へ
	〝高齢者の健康づくりと社会参加を支えるために〟墨田区介護予防サポーター養成講座「リーダー養成プログラム」	コード	八広はなみずき高齢者支援総合センター(八広5－18－23)　＊新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、少人数制グループ形式やインターネットでの受講となる場合あり	内健康体操、口腔(こうくう)ケア、脳トレなどの介護予防プログラムを習得する　対区内在住在勤で講座修了後、区が開催する介護予防教室や地域の介護予防自主グループで体操指導等に協力できる方　定▶本講座＝先着15人　費無料　申▶事前説明会＝事前に住所・氏名・年齢・電話番号を、電話またはファクスで高齢者福祉課地域支援係☎5608－6178・FAX5608－6404へ　＊本講座への申込みには、事前説明会への参加が必要　＊詳細は、区ホームページを参照(左のコードを読み取ることでも接続可)
	▶**事前説明会**	9月14日(月)午後2時～4時		
	▶**本講座(全4回)**	9月28日～10月19日の毎週月曜日午前10時～午後4時		
	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15日(火)午前10時～正午	本所保健センター(東駒形1－6－4)	内悩みの共有、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
	講演会「ひきこもり状態から1歩を踏み出すための支援〝相談や医療へのつなげ方〟」	9月19日(土)午後1時半～3時	すみだ生涯学習センター(東向島2－38－7)	内ひきこもりについての基本的な知識と周囲でできるサポートを学ぶ　対区内在住在勤の方　定先着30人　費無料　申事前に住所・氏名・電話番号を、電話またはファクスで保健予防課精神保健係☎5608－6506・FAX5608－6507へ　＊詳細は区ホームページを参照
	要介護状態にならないために「まるごと若がえり教室(やさしめコース)」(全12回)	10月15日～令和3年1月28日の木曜日午後2時～3時半　＊11月12日、12月10日・31日、3年1月14日を除く	八広地域プラザ(八広4－35－17)	内筋力アップ運動、栄養バランスや口腔(こうくう)ケア(お口の体操など)の講義　対介護保険の要介護認定で要支援1・2と認定された方、基本チェックリストで事業対象者と判定された方　＊ほかにも要件あり　定先着10人　費4800円　申事前に各高齢者支援総合センターまたは担当の介護支援専門員へ　＊受け付けは9月15日まで　問高齢者福祉課地域支援係☎5608－6178
子育て・教育	**アートごころ、すくすく。ネットひろば　ふわふわ〝わた〟とピカピカ〝ぬの〟で鳥をつくろう！(全2回)**	9月19日(土)・26日(土)午後2時～3時半	各参加者の自宅等	内オンライン会議システム「Zoom」を使用したアートワークショップ　【講師】カナイヒロミ氏(造形作家)　対自宅等から「Zoom」で参加できる区内在住在学の小学生　定10人(抽選)　費無料　申9月9日までに、すみだ生涯学習センターのホームページから申込み　問すみだ生涯学習センター事業課☎5247－2010　＊抽選結果は後日通知
仕事・産業	**ウィズ・コロナでの働き方とお金について**	9月20日(日)▶午前10時～11時半　▶午後1時～2時半	すみだ産業会館(江東橋3－9－10)	内副業・副収入の準備やお金について学ぶ　対区内在住在勤在学の方　定各先着20人　費無料　申8月21日午前9時から電話で、すみだ産業会館☎3635－4351へ
文化・スポーツ	**〝体験してみませんか〟たのしい運動教室(ヨガ・大人のカンフーなど)**	9月2日(水)～30日(水)　＊各コースの日程の詳細は申込先へ	スポーツプラザ梅若(墨田1－4－4)	内▶大人クラス＝全18教室　▶子どもクラス＝全10教室　定各教室先着6人～8人　費各教室体験1回1100円　＊体験以降は残り回数×1100円　申事前にスポーツプラザ梅若☎5630－8880へ　＊内容等の詳細は問い合わせるか、申込先のホームページへ
	ユートリヤで健康な体になろう！9月「歌うボイスエクササイズ」「ヨーガ」	▶歌うボイスエクササイズ＝9月4日(金)・18日(金)午後3時～4時　▶ヨーガ＝9月7日(月)・14日(月)午後3時～4時	すみだ生涯学習センター(東向島2－38－7)	内初級者向け健康講座　対区内在住在勤在学で16歳以上の方　定▶歌うボイスエクササイズ＝各日先着12人　▶ヨーガ＝各日先着10人　費各日700円　申事前に、すみだ生涯学習センター事業課☎5247－2010へ　＊すみだ生涯学習センターのホームページからも申込可　＊空きがあれば当日申込可
	パリの世界遺産めぐり 	9月27日(日)午後2時～3時半		内パリの世界遺産の歴史や楽しみ方について学ぶ　【講師】本田陽子氏(NPO法人世界遺産アカデミー研究員)　対区内在住在勤在学の方　定20人(抽選)　費500円　申催し名・住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を、往復はがきで9月6日(必着)までに、すみだ生涯学習センター事業課(〒131－0032東向島2－38－7)☎5247－2010へ　＊すみだ生涯学習センターのホームページからも申込可　＊抽選結果は後日通知
	すみだ地域学スペシャル講義「自作マスクから考えよう！誰一人として取り残さない持続可能な社会」	10月3日(土)午後2時～3時半		内区内メーカーが開発したマスクパーツに関する講話、マスク作りワークショップ　【講師】筑比地 利昌氏(株式会社東京鋲兼取締役資材本部長)　対区内在住在勤在学の方　＊空きがあれば区外の方も可　定30人(抽選)　費300円(マスクパーツ代)　申催し名・住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を、往復はがきで9月14日(必着)までに、すみだ生涯学習センター事業課(〒131－0032東向島2－38－7)☎5247－2010へ　＊すみだ生涯学習センターのホームページからも申込可　＊抽選結果は後日通知

募　集

内＝内容　種＝種別　対＝対象　定＝定員　選＝選考方法　費＝費用・入場料　持＝持ち物　申＝申込み　問＝問合せ

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、申込書等の配布期間・場所が変更となる場合があります。お越しの際は、事前に、各問合せ先へご確認ください。

区分	名称	内容・対象等	申込み・問合せ等
子育て・教育	**地域の子どものリーダーをめざす「ジュニア・リーダー研修生」の募集**	内ゲーム等の実習を行う　対区内在住在学で、研修会(毎月1回、土曜日または日曜日)に参加できる中学校1・2年生　【研修期間】10月～高校3年生の3月　定先着40人程度　費無料　＊保険料等一部自己負担あり	申事前に申込書を直接または郵送、ファクスで〒130－8640地域教育支援課地域教育支援担当(区役所11階)☎5608－6311・FAX5608－6411へ　＊申込書は申込先で配布するほか、区ホームページからも出力可　＊受け付けは9月11日(必着)まで