

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
暮らし	建築・住まいの無料相談	7月16日(金)午後1時~4時 *毎月第3金曜日に開催	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について、一般社団法人東京都建築士事務所協会墨田支部の所属建築士に相談する 申 当日直接会場へ 問 建築指導課構造担当 ☎5608-1307
	“夏の星空フェスタ2021”プラネタリウム上映会7月	7月25日(日)▶1回目=午前11時~11時40分 ▶2回目=午後2時~2時40分 ▶3回目=午後4時~5時	すみだ生涯学習センター(東向島2-38-7)	【テーマ】▶1・2回目=おほしさま みえるかな? ▶3回目=徹底解説!夏休みの星空(小学校4年生以上推奨の内容) 【講師】坪内重樹氏(ステラ・マリノ所属) 定 各回先着50人 費 ▶中学生以下=各回200円 ▶その他=各回500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
	高齢者暮らしの道しるべプロジェクト「地域活動の学び舎」(全8回)	8月3日~令和4年3月1日の第1火曜日午後2時~3時半 *1月のみ 1月11日(火)	オウトピアみどり苑(緑2-5-12) *オンライン会議システム[Zoom]での参加も可	内 地域のつながりやボランティア活動を学び、活動するための講座や参加者同士の情報交換 対 両国・千歳・緑・立川・菊川・江東橋在住で、高齢者の地域活動に関心があり、全日程参加できる方 定 先着15人 *Zoomでの参加者を含む 費 無料 *Zoomでの参加の場合、通信料は自己負担 申 事前に住所・氏名・電話番号を、電話またはEメールで、みどり高齢者支援総合センター ☎5625-6541・✉midorien-mimamori@e-houseikai.or.jpへ
健康・福祉	「すみだハート・ライン21事業」 「ミニサポート事業」有償ボランティア募集説明会	7月13日(火)午前10時~11時半、7月21日(水)午後2時~3時半	▶7月13日=キラキラ茶家(京島3-49-18) ▶7月21日=すみだボランティアセンター(東向島2-17-14)	内 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 ▶7月13日=先着4人 ▶7月21日=先着6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
	ボランティア説明会	7月19日(月)午前10時~11時半	すみだボランティアセンター分館(亀沢3-20-11関根ビル4階)	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8人 費 無料 申 事前に、すみだボランティアセンター(東向島2-17-14) ☎3612-2940へ
	つながろう! ICTでも家族会(認知症家族介護者教室)	7月27日(火)午後2時~3時	すみだ福祉保健センター(向島3-36-7)	内 インターネットを使った交流について、体験を通して学ぶ 対 認知症の方を介護している方や認知症に関心がある方 定 先着10人程度 費 無料 申 事前に、こうめ高齢者支援総合センター(すみだ福祉保健センター内) ☎3625-6541へ
	区総合体育館公開講座「アスレティックリハビリテーション講座“腰痛編”」	8月5日(木)午後7時~9時半	区総合体育館(錦糸4-15-1)	内 慢性化した腰痛の回復トレーニングを学ぶ 【講師】板倉尚子氏(理学療法士) 定 先着20人 費 無料 申 事前に講座名・住所・氏名・電話番号を、電話またはEメールで区総合体育館 ☎3623-7273・✉sumidagym@n-reco.co.jpへ *受け付けは7月29日まで *動きやすい服装で参加
	高齢者「筋肉を育む体操教室」(全4回)	8月6日~27日の毎週金曜日午後1時半~3時半	すみだ福祉保健センター(向島3-36-7)	対 区内在住の60歳以上で、全日程参加できる方 定 10人(抽選) 費 無料 申 7月17日までに、すみだ福祉保健センター ☎5608-3721へ
	第2回生きがい講座「住まいの防犯・防災を考える」	8月18日(水)午後1時半~3時半	すみだ女性センター(押上2-12-7-111)	内 災害への備えや、住まいの防犯対策を学ぶ 対 おおむね55歳以上の方 定 先着40人 費 無料 申 事前に電話で、てーねん・どすこい倶楽部事務局 ☎5631-2577へ *受け付けは月曜日~金曜日の午前10時~午後4時 問 高齢者福祉課支援係 ☎5608-6168
	こころの病がある方の家族の会 “家族同士で情報交換しませんか”	8月26日(木)午後1時半~3時半	向島保健センター(東向島5-16-2)	内 悩みの共有、病気や福祉制度などについての情報交換 対 区内在住で、こころの病がある方の家族 定 先着15人 費 無料 申 7月12日から電話で向島保健センター ☎3611-6193へ
	依存症状でお困りの方のための相談“ファミリーメンタル相談”	9月1日(水)午後 *時間の詳細は申込先へ		内 家族関係等の悩みについて専門医に相談する 対 区内在住の方 費 無料 申 7月12日から電話で向島保健センター ☎3611-6193へ
子育て・教育	キッズチアダンス、ジュニアチアダンスの1回体験	7月14日~9月29日の毎週水・金曜日 *日程の詳細は申込先へ	スポーツプラザ梅若(墨田1-4-4)	対 ▶キッズ=3歳以上の未就学児 ▶ジュニア=小学生 定 各先着10人~20人 費 各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 *内容等の詳細は申込先へ
	おもちゃサロン「好きなおもちゃでいっぱい遊ぼう」			内 子どもが自分の好きなおもちゃを選んで自由に遊ぶ *詳細は各施設のホームページを参照 対 未就学児とその保護者 費 無料
	▶八広地域プラザ開催分 *おもちゃドクターによる修理のみ	7月15日(木)午後1時~3時 *毎月第3木曜日に開催	八広地域プラザ(八広4-35-17)	申 当日直接会場へ 問 八広地域プラザ ☎6657-0471 *おもちゃの修理は1人1点まで(小さいおもちゃは2点まで修理できる場合あり)
	▶すみだボランティアセンター開催分	7月16日(金)・19日(月)午前10時半~11時半、午後1時半~2時半 *毎週金曜日と毎月第3月曜日に開催(祝日を除く)	すみだボランティアセンター(東向島2-17-14)	定 各先着2組 *おもちゃドクターによる修理は第2金曜日 *第1金曜日の午後と第3月曜日は、障害のある子どもとその保護者が対象 申 事前に電話で墨田区社会福祉協議会 ☎3614-3900へ
	▶本所地域プラザ開催分 *おもちゃドクターによる修理のみ	7月21日(水)午後1時半~3時 *毎月第3水曜日に開催	本所地域プラザ(本所1-13-4)	申 当日直接会場へ 問 本所地域プラザ ☎6658-4601 *おもちゃの修理は1人1点まで
▶みどりコミュニティセンター開催分	8月25日(水)・26日(木)、9月22日(水)午前10時半~11時半、午後1時半~2時半 *原則毎月第4水曜日に開催	みどりコミュニティセンター(緑3-7-3)	定 各先着4組 申 事前に電話で、みどりコミュニティセンター ☎5600-5811へ	

