

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
健康・福祉	 第2回セカンドステージセミナー	9月1日(水)午後2時～4時	すみだリバーサイドホール2階イベントホール(区役所に併設)	内 ウクレレ演奏の鑑賞、ストレッチ体操 【出演】ヴィンテージクラブ(ウクレレ演奏グループ) 【講師】吉野百香氏(作業療法士) 対 おおむね55歳以上の方 定 先着100人 費 無料 申 事前に講座名・開催日・住所・氏名・電話番号・ファクス番号を、電話またはファクスで、てーねん・どすこい倶楽部事務局 ☎5631-2577・FAX5631-2578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
	身体障害者向け「ストレッチ体操教室」(全4回)	9月2日～30日の木曜日午前10時～正午 *9月23日を除く	すみだ福祉保健センター(向島3-36-7)	対 区内在住で身体に障害のある方 定 各教室10人(抽選) 費 無料 申 教室名・住所・氏名・ファクス番号を、直接または電話、ファクスで8月7日までに、すみだ福祉保健センター ☎5608-3723・FAX5608-3720へ *申込時に手話通訳・磁気ループの希望可
	身体障害者向け「声出し脳トレーニング教室」(全4回)	9月3日～24日の毎週金曜日午前10時～正午		
	運動と食の健康習慣づくり! 「すみだテイクテン教室」(各会場全8回)	9月7日・21日、10月5日・19日、11月2日・9日・30日、12月14日いずれも火曜日午後2時～3時半	すみだ生涯学習センター(東向島2-38-7)	内 運動強度が弱めのやさしい体操、栄養についての講話 対 区内在住の65歳以上で、医師から運動を制限されていない本教室未受講者 *ほかにも要件あり 定 各会場25人(抽選) 費 無料 申 教室名・希望会場・住所・氏名・年齢・電話番号・ファクス番号を、直接または電話、ファクスで8月25日までに高齢者福祉課地域支援係(区役所4階) ☎5608-6178・FAX5608-6404へ *1人1会場のみ申込可
	認知症サポーターステップアップ教室(全4回)	9月15日、10月20日、11月17日、12月15日いずれも水曜日午後1時半～3時半	▶9月15日=すみだ福祉保健センター(向島3-36-7) ▶10月20日=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) ▶11月17日=区役所会議室122(12階) ▶12月15日=区役所会議室123(12階)	内 認知症についての講義、認知症カフェの模擬体験等 対 区内在住在勤の認知症サポーター養成講座修了者で、原則全日程参加でき、教室修了後にボランティアとして活躍するためのステップアップをめざす方 定 先着10人 費 無料 申 事前に電話で高齢者福祉課地域支援係 ☎5608-6502へ *受け付けは9月6日まで
子育て・教育	スポーツ寺子屋 	令和4年3月までの毎週水曜日午後3時～5時 *雨天中止	区総合運動場(堤通2-11-1)	内 バスケットボール、バレーボール、バドミントン、ストラックアウトなど 対 小・中学生 費 無料 持 飲物、タオル *動きやすい服装で参加 申 当日直接会場へ 問 フクシ・エンタープライズ墨田フィールド(区総合運動場) ☎3611-9070 *内容等の詳細は問い合わせるか、フクシ・エンタープライズ墨田フィールドのホームページを参照
	夏休みすみだ環境プログラム			申 希望回、プログラム名(複数申し込む場合は優先順位も)、参加者(第6回は保護者も)の住所・氏名・年齢・電話番号を、はがきで8月10日(必着)までに〒130-8640環境保全課環境管理担当 ☎5608-6207へ *抽選結果は後日郵送 *申込みは1人1回、1通につき1人(1組)まで
	▶第6回「サバイバルトイレをつくろう」 	8月21日(土)午後1時半～3時半	本所地域プラザ(本所1-13-4)	内 牛乳パックで、持ち運び可能な災害時に利用できるトイレを作る 【講師】高橋朝子氏・柴早苗氏(NPO法人雨水市民の会所属) 対 区内在住在学の小学校4年生～中学生 *小学生は保護者の同伴が必要(2人1組) *参加者、保護者以外の入室不可 定 12組24人(抽選) 費 200円(材料費) 持 空の1リットルの牛乳パック1個、ポリ袋1枚、内側が銀色の空き袋1枚(お持ちの方のみ)
	▶第7回「雨の恵みで草木染め“オリジナルハンカチをつくろう”」 	8月27日(金)午後1時半～3時半	すみだ生涯学習センター(東向島2-38-7)	内 雨水と身近な植物を使い、模様や絵を描いて、オリジナルのハンカチ染めを体験する 【講師】上鈴木真弓氏(NPO法人雨水市民の会所属) 対 区内在住在学の小学校3年生～中学生 定 20人(抽選) *参加者以外の入室不可 費 400円(材料費) 持 玉ねぎの皮(お持ちの方のみ) *汚れても構わない服装で参加
地域福祉プラットフォーム夏休み特別企画第2弾「スノードームを作ろう」	8月30日(月)・31日(火) ▶第1部=午後1時～ ▶第2部=午後2時～ *所要時間は約30分	▶8月30日=ガランドール(石原4-11-12) ▶8月31日=キラキラ茶家(京島3-49-18)	内 身近な材料を使ったスノードーム作り 対 区内在住在学の小・中学生 *小学校3年生以下は保護者の同伴が必要 定 各先着5人 費 無料 申 事前に墨田区社会福祉協議会(東向島2-17-14) ☎3614-3900へ *受け付けは各開催日の前日までの午前9時～午後5時(土・日曜日、祝日、振替休日を除く)	
文化・スポーツ	“この夏こそ苦手克服!” プールプライベートレッスン	8月31日(火)まで *1回30分～45分(日程の詳細は申込先へ)	両国屋内プール(横網1-8-1)	対 小学生以上 費 ▶1人=3000円(30分) ▶2人1組=5000円(45分) *別途施設利用料が必要 申 事前に電話で両国屋内プール ☎5610-0050へ
	ZUMBA GOLD®	令和4年3月までの毎週木曜日午後7時半～8時半	区総合運動場(堤通2-11-1)	内 ダンス・エアロビクス初心者でも楽しく簡単にできるエクササイズ 対 中学生以上で、足・腰・膝に疾患がなく有酸素運動ができる方 *中学生は保護者の同伴が必要 定 先着20人 費 各日500円(トレーニング室2時間利用料込み) 持 室内用の運動靴、飲物、タオル *動きやすい服装で参加 申 当日直接会場へ *受け付けは午後5時半～ 問 フクシ・エンタープライズ墨田フィールド(区総合運動場) ☎3611-9070 *内容等の詳細は問い合わせるか、フクシ・エンタープライズ墨田フィールドのホームページを参照