

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、各会場を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	「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	1月21日(金)午後2時～3時半	すみだボランティアセンター(東向島2-17-14)	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 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	1月25日(火)午前10時～11時半		内 ボランティア活動の紹介や活動時の注意点の説明 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 ☎3612-2940へ *詳細は墨田区社会福祉協議会のホームページを参照
	お口から認知症予防	1月25日(火)午後2時～3時半	すみだ福祉保健センター(向島3-36-7)	内 歯科衛生士から、口腔ケアによる認知症予防を学ぶ 対 認知症の方を介護している方、認知症に関心がある方 *認知症サポーター養成講座の受講者を優先 定 先着10人 費 無料 申 事前に電話で、こうめ高齢者支援総合センター ☎3625-6541へ
	感染症に負けない身体づくり 「今からできる!免疫力アップ大作戦」	1月27日(木)午後2時～4時	すみだ女性センター(押上2-12-7-111)	内 免疫力が向上する生活習慣と食生活の話や聞き、自宅でできる簡単な運動を学ぶ 対 区内在住在勤で、軽度の運動ができる方 定 先着30人 費 無料 申 1月12日午前8時半から電話で向島保健センター ☎3611-6135へ
	ローズティーの会(同愛認知症家族会)	1月28日(金)午後1時半～3時	本所地域プラザ(本所1-13-4)	内 介護の悩みや情報を共有する 対 認知症の家族を介護している方、介護経験がある方、認知症や介護に関心がある方 定 先着10人 費 無料 申 事前に電話で、同愛高齢者支援総合センター ☎3624-6541へ
	第9回さくらんぼの会(認知症家族介護者教室)	1月28日(金)午後1時半～3時	シルバープラザ梅若(墨田1-4-4都営住宅4号棟1階)	内 介護や認知症についての悩み・喜びの共有や情報交換 対 認知症の方を介護している方、認知症に関心がある方など 定 先着10人 費 無料 申 事前に電話で、うめわか高齢者支援総合センター ☎5630-6541へ
	高齢者「イスに座ってらくらく体操教室」(全5回)	2月2日～3月2日の毎週水曜日午前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)	内 体の機能向上をめざす体操 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 *初参加者を優先 定 15人(抽選) 費 無料 申 1月17日までに梅若ゆうゆう館 ☎5630-8630へ *受け付けは午前9時～午後5時
	身体障害者向け ▶バレンタインフラワーアレンジメント教室 ▶椅子に座ってできる筋力アップ体操教室(全4回)	2月9日(水)午前10時～正午 2月10日～3月3日の毎週木曜日午後1時半～3時半	すみだ福祉保健センター(向島3-36-7)	対 区内在住で身体に障害のある方 定 各教室10人(抽選) 費 ▶バレンタインフラワーアレンジメント=1800円 ▶椅子に座ってできる筋力アップ体操=無料 申 希望教室名・住所・氏名・ファクス番号を、直接または電話、ファクスで1月17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
	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」	2月16日(水)午後 *時間の詳細は申込先へ	向島保健センター(東向島5-16-2)	内 家族関係等の悩みを専門医に相談する 対 区内在住の方 費 無料 申 1月12日午前8時半から電話で向島保健センター ☎3611-6193へ
	本所歯科医師会による口腔ケア講習会	2月17日(木)午後2時～3時 *受け付けは午後1時半～	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 噛む、飲み込む、話すなどの口腔機能を維持・向上させる方法を学ぶ 対 区内在住で、原則65歳以上の方 定 先着40人 費 無料 持 筆記用具 申 事前に催し名・住所・氏名・年齢・電話番号・ファクス番号を、直接または電話、ファクスで高齢者福祉課地域支援係(区役所4階) ☎5608-6178・FAX5608-6404へ *参加者は後日送付する質問票に当日聞きたい内容を記入のうえ、同封の返信用封筒で2月3日までに返信
「身近な人の悩みに気づき支援するゲートキーパーについて学ぼう」ゲートキーパー養成講座	▶第1回(初級編)=2月18日(金) ▶第2回(中級編)=3月16日(水) *いずれも午後6時～8時	区役所会議室131(13階)	【テーマ】▶第1回=「大切な人の悩みに気づき、傾聴する」▶第2回=「傾聴、つなぎ、そして見守る」 対 区内在住在勤の方 定 各回先着30人 費 無料 申 事前に講座名・希望回・住所・氏名・電話番号を、電話またはファクス、Eメールで保健予防課精神保健係 ☎5608-6506・FAX5608-6507・E: HOKENYOBOU@city.sumida.lg.jpへ	
子育て・教育	幼保小中一貫教育フォーラム	1月24日(月)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 幼保小中一貫教育についての取組の発表 *展示もあり 定 先着10人 費 無料 申 1月11日午前9時から電話で、すみだ教育研究所 ☎5608-6621へ
	すみだキラキラママのつどい	1月26日(水)午前10時～午後3時	みどりコミュニティセンター(緑3-7-3)	内/定 ▶賢い子どもに育てるヒント/先着4組 ▶知育リトミック(0歳～2歳)/先着5組 ▶足裏リフレクソロジー/先着4人 ▶足形アート/先着9人 対 親子 *妊婦・母親のみの参加も可 費 各プログラム800円(材料費込み) 申 事前に希望プログラム名・氏名・子どもの年齢を、すみだキラキラママのつどい ☎kirakiramamasumida2010@gmail.comへ 問 みどりコミュニティセンター ☎5600-5811
	食育シンポジウム	1月29日(土)午後1時半～4時15分	浜離宮朝日ホール小ホール(中央区築地5-3-2朝日新聞東京本社新館2階)	内 幼稚園・保育所・こども園等での食育に関する取組の発表と基調講演 定 先着150人 費 無料 申 事前に電話で保健計画課保健計画担当 ☎5608-6517へ *受け付けは1月27日まで
	楽しい理科実験教室「親子で実験 DNAを取り出そう」	2月5日(土)午前10時～正午	本所地域プラザ(本所1-13-4)	内 果物からDNAを取り出す 対 小学校3年生～中学生とその保護者 定 先着6組 *2人1組 費 無料 申 事前に本所地域プラザ ☎6658-4601へ *受け付けは午前9時～午後8時(1月17日は休館)
仕事・産業	HACCPサポート講習会	1月26日(水)午後2時～3時半 *受け付けは午後1時半～	区役所会議室131(13階)	内 食品衛生法の改正によるHACCP義務化についての講義、衛生管理計画の作成 対 区内のパン製造業者 定 先着50人 費 無料 申 事前に店舗の住所・名称・電話番号、参加人数を、電話またはファクス、Eメールで生活衛生課食品衛生係 ☎5608-6943・FAX5608-6405・E: SEIKATUEISEI@city.sumida.lg.jpへ
	働き続けられる企業に出会える!すみだオンライン合同企業説明会	2月4日(金)午後4時半～6時半	自宅等 *オンライン会議システム「Zoom」を使用	内 Zoomを使用した、区内企業6社(予定)による合同企業説明会 *詳細は区ホームページを参照 対 Zoomを使用できる、子育て世代等の働きたい女性と39歳以下の若年求職者 *学生も可 費 無料 *通信料は自己負担 申 事前に、すみだ人材発掘・就労支援プログラム事業運営事務局のホームページから申込み 問 ▶すみだ人材発掘・就労支援プログラム事業運営事務局(株式会社HRP内) ☎3222-1801 ▶経営支援課経営支援担当 ☎5608-6185

健康・福祉

子育て・教育

仕事・産業



すみだ人材発掘・就労支援プログラム事業運営事務局

