

# 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、各会場で願う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	おたのしみお茶会(フラワーアレンジ講習会)	5月7日(土)午前9時~正午	本所地域プラザ(本所1-13-4)	内 母の日に贈るフラワーアレンジメントを作る 定 先着30人 費 3000円(材料費込み) 持 エプロン、ペンチまたはニッパー(針金が切れるもの)、ピンセットまたはラジオペンチ 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
	星空フェスタ2022 プラネタリウム上映会5月	5月15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~4時40分	すみだ生涯学習センター(東向島2-38-7)	内 【テーマ】春の星空とブラックホールのなぞ *3回目は小学校4年生以上推奨 【講師】岩上洋子氏(スターガーデン所属) 定 各回先着60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
健康・福祉	ユートリヤで健康な体になろう!(5月)	▶ヨーガ=5月2日(月)・16日(月)午後3時半~4時半 ▶歌うボイスエクササイズ=5月6日(金)・20日(金)午後3時~4時 ▶ボカールテクニッククラス=5月7日(土)・21日(土)午前10時~11時 ▶太極拳=5月12日(木)・26日(木)午後1時~2時		内 初級者向け健康講座 対 16歳以上の方 定 ▶ヨーガ=各日先着18人 ▶太極拳=各日先着25人 ▶その他=各先着20人 費 ▶ボカールテクニッククラス=各日800円 ▶その他=各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 *空きがあれば当日会場でも申込可
	ふくの会(なりひら認知症家族会)	5月7日(土)午後1時半~3時半	なりひらホーム(業平5-6-2)	内 認知症の家族を介護している方の悩みの共有・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
	高齢者のパソコンプログラミング入門教室「スクラッチ2.0を使って簡単なゲームを作成」(全4回)	5月12日~6月2日の毎週木曜日午後6時~8時	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、ウィンドウズ7以上のパソコンを持参し、文字入力ができるプログラミング初心者 定 10人(抽選) 費 無料 申 4月27日までの午前9時~午後5時に梅若ゆうゆう館☎5630-8630へ
	自分らしい生活を送るために「まるごと若がえり教室(支援強化型)」(全12回)	7月14日~10月13日の木曜日午後2時~3時半 *8月11日、9月15日を除く	すみだ生涯学習センター(東向島2-38-7)	内 リハビリテーション専門職等による面談やグループワーク、介護予防体操、栄養・口腔ケアに関する講話 *別途通知する日(6月を予定)に自宅等への訪問による現在の課題等の確認あり 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 *ほかにも条件あり 定 先着15人 費 4800円 申 事前に担当の介護支援専門員または高齢者支援総合センターへ *受け付けは5月13日まで 問 高齢者福祉課地域支援係(区役所4階)☎5608-6178
	子ども水泳教室「クロール息継ぎ特訓教室土曜コース/日曜コース」(各コース全4回)「幼児水慣れ教室」(全3回)	▶クロール息継ぎ特訓教室土曜コース=5月7日~28日の毎週土曜日午後1時~1時50分 ▶クロール息継ぎ特訓教室 日曜コース=5月8日~29日の毎週日曜日午前11時45分~午後0時35分 ▶幼児水慣れ教室=5月12日~26日の毎週木曜日午後3時~3時50分	両国屋内プール(横網1-8-1)	対/定 ▶クロール息継ぎ特訓教室=バタ足で5泳げる小学生/各コース先着10人 ▶幼児水慣れ教室=4歳以上の未就学児/先着15人 費 ▶クロール息継ぎ特訓教室=各コース4400円 ▶幼児水慣れ教室=3300円 申 4月21日午前10時から費用を持って直接、両国屋内プール☎5610-0050へ *詳細は問い合わせるか、両国屋内プールのホームページを参照
吾孺の里「走り方教室」	5月8日(日)午前10時~正午	八広地域プラザ(八広4-35-17)	内 速く走るための身体の使い方を学ぶ 対 小学生 定 先着30人 費 無料 持 室内用の運動靴、飲物 *動きやすい服装で参加 申 事前に八広地域プラザ☎6657-0471へ *受け付けは5月5日までの午前9時~午後8時	
キッズダンス(ヒップホップ)教室「小学生クラス」「幼児クラス」(各クラス全10回)	6月4日~8月6日の毎週土曜日▶小学生クラス=午後2時45分~3時45分 ▶幼児クラス=午後4時15分~5時		内 ダンスの練習、発表 対 ▶小学生クラス=小学生 ▶幼児クラス=3歳以上の未就学児 定 各クラス先着15人 費 各クラス5000円 持 飲物 *動きやすい服装で参加 申 事前に八広地域プラザ☎6657-0471へ *受け付けは5月29日までの午前9時~午後8時(5月16日は休館)	
文化・スポーツ	健康体力づくり教室「エアロビクス」の1回体験	4月23日~5月28日の毎週土曜日午前11時~正午	スポーツプラザ梅若(墨田1-4-4)	対 18歳以上の方 定 先着50人 費 510円 持 屋内用の運動靴、タオル、飲物 *動きやすい服装で参加 申 事前に直接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、スポーツプラザ梅若のホームページを参照
	「大人のカンフー」「ジュニア~大人のカンフー」コース型教室の1回体験	4月23日~6月25日の毎週土曜日▶大人のカンフー=午後3時半~4時半 ▶ジュニア~大人のカンフー=午後5時~6時		対 ▶大人のカンフー=18歳以上の方 ▶ジュニア~大人のカンフー=小学生以上 定 各先着8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 *内容等の詳細は問い合わせるか、スポーツプラザ梅若のホームページへ