

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。



暮らし

健康・福祉

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	「DV予防啓発講座」ココロもまもる護身術「WEN-DO」	7月16日(土)午後2時～4時	すみだ女性センター(押上2-12-7-111) 	内 自己防衛プログラム「WEN-DO」を学び、自分自身を守る技術を身に付ける 対 小学校4年生以上の女性 定 先着10人 費 無料 申 6月13日午前9時から、講座名、住所、氏名、電話番号、子どもの氏名・年齢・性別(6か月以上の未就学児の一時保育を希望する場合のみ)を、電話またはEメールで、すみだ女性センター☎5608-1771・✉SUZUKAKEKOUZA@city.sumida.lg.jpへ *一時保育を希望する場合は、7月6日までに申込みが必要 *詳細は区ホームページを参照
	星空フェスタ2022 プラネタリウム上映会7月	7月17日(日)▶1回目=午前11時～▶2回目=午後2時～▶3回目=午後4時～ *上映時間はいずれも30分～40分を予定	すみだ生涯学習センター(東向島2-38-7)	内▶1・2回目=「夏の星座をさがしてみよう」▶3回目=「夏の星雲・星団めぐり」(小学校4年生以上推奨の内容)【解説員】スターガーデンスタッフ 定 各先着70人 費▶中学生以下=各200円▶その他=各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	第2回さくらんぼの会(認知症家族介護者教室)	6月24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 認知症や介護に関する悩み・喜びの共有と情報交換 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
	スマートフォン相談会	6月30日(木)▶午前9時半～11時半▶午後1時～3時半 *実施時間中の30分ごとに受け付け *相談時間は30分	はなみずき高齢者支援総合センター(八広5-18-23)	内 スマートフォンの疑問や不安を相談する 対 60歳以上の方 定 各先着2人 費 無料 申 当日直接会場へ 問▶高齢者福祉課支援係☎5608-6168▶スマートフォン普及啓発事業事務局☎5348-2735 *受け付けは月曜日～金曜日の午前9時～午後5時(祝日を除く)
	「スマートフォンの基本操作を学ぶ」スマートフォン体験会	6月30日(木)▶午前の部=午前9時半～午後0時半▶午後の部=午後1時半～4時半		対 60歳以上の方 定 各20人(抽選) 費 無料 持 スマートフォン *希望者には貸出し可 申 電話で6月23日までにスマートフォン普及啓発事業事務局☎5348-2735へ *受け付けは月曜日～金曜日の午前9時～午後5時(祝日を除く) 問▶高齢者福祉課支援係☎5608-6168▶スマートフォン普及啓発事業事務局 *抽選結果は6月25日頃に連絡
	第2期健康づくり教室「健康習慣を身につけよう!「運動と食事」(全10回)	7月6日～9月21日の水曜日▶1時半コース=午後1時半～2時50分▶3時コース=午後3時～4時20分▶6時コース=午後6時～7時20分 *8月3日・10日を除く	すみだ福祉保健センター(向島3-36-7)	内 リズム体操を中心にボールや棒を使ったストレッチなどの実技と、食事や栄養についての講話 対 区内在住の20歳以上で、医師から運動を制限されていない方 定 各10人(抽選) 費 無料 申 6月20日までに、すみだ福祉保健センター☎5608-3729へ
	身体障害者向け「七夕フラワーアレンジメント教室」	7月7日(木)午前10時～正午		対 区内在住で身体に障害のある方 定 10人(抽選) 費 2000円 申 教室名・住所・氏名・年齢・ファクス番号を、直接または電話、ファクスで6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
ひきこもり等の当事者とその家族を応援する「すみだみんなのカフェ(居場所)」	7月21日、8月18日、9月15日いずれも木曜日午前10時半～正午	すみだ生涯学習センター(東向島2-38-7)	内 講座とグループワーク【テーマ】「ひきこもりとは」「コミュニケーションのコツ」「病気や障害」「現在の不安や心配」等 対 区内在住在勤在学で、ひきこもり等の状態の方やその家族 定 先着15人 費 無料 申 事前に電話で保健予防課精神保健係☎5608-6506へ	