

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	“江戸城の情景模型を作成する”シニアから始める模型教室(全4回)	11月9日～12月7日の水曜日 午後5時半～7時半 *11月23日を除く	梅若ゆうゆう館(墨田1-4-4・シルバープラザ梅若内)	【講師】オオゴシ トモエ氏(プロモデラー) *見本は申込先に展示および左記コードの梅若ゆうゆう館のホームページに掲載 対区内在住の60歳以上で、全日程参加できる方 定8人(抽選) 費2700円(模型・工具代) 申10月21日までの午前9時～午後5時に梅若ゆうゆう館 ☎5630-8630へ
	高齢者「歌謡教室」(全4回)	11月14日～12月5日の毎週月曜日午後2時～4時	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30人(抽選) 費無料 申10月17日までに、すみだ福祉保健センター ☎5608-3721へ *当選者にはがきを送付
	「すみだ女性センター講座委員会企画運営講座」知ってびっくり・やってみて納得 本当はすごいラジオ体操	11月14日(月)午後2時半～4時	すみだ女性センター(押上2-12-7-111)	内正しいラジオ体操を学びつつ、体をほぐすコツを知る 対区内在住の勤労者の方 定先着20人 費無料 申10月12日午前9時から電話で、すみだ女性センター ☎5608-1771へ *左記コードの専用サイトからも申込可 *事前申込みによる1歳児～未就学児の一時保育あり(定員制/受け付けは11月2日午後5時まで) *詳細は区ホームページを参照
	“筋力アップ運動、栄養バランスや口腔ケアについて学ぶ”要介護状態にならないために「まるごと若がり教室(運動特化型)」(全12回)	11月15日～5年2月7日の火曜日午前10時～11時半 *5年1月3日を除く	本所地域プラザ(本所1-13-4)	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 *ほかにも要件あり 定先着10人 費4800円 申事前に各高齢者支援総合センターまたは担当の介護支援専門員へ *受け付けは10月25日まで 問高齢者福祉課地域支援係 ☎5608-6178
	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”	11月15日(火)午前10時～正午	本所保健センター(東駒形1-6-4)	内参加者同士で日頃の悩みを話し合い、病気や福祉制度などについて情報交換する 対区内在住で、こころの病がある方の家族 定先着16人 費無料 申事前に電話で本所保健センター ☎3622-9137へ
	“日本スポーツ協会の公認指導員による、膝、腰、肩の痛みを緩和して日常の動作を楽しむための講義と実践”健康百年ランド	11月16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)	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
身体障害者向け「パソコン教室」“オリジナルの年賀状を作しましょう”(全2回)	11月17日(木)・18日(金) 午前10時～正午	すみだ福祉保健センター(向島3-36-7)	対区内在住で、上肢や下肢・内部に障害のある方 定5人(抽選) 費200円 申教室名・住所・氏名・電話番号・ファクス番号を、直接または電話、ファクスで10月17日までに、すみだ福祉保健センター ☎5608-3723・FAX5608-3720へ	
子育て・教育	おもちゃサロン「好きなおもちゃでいっぱい遊ぼう」			内子どもたちが自分の好きなおもちゃを選んで自由に遊ぶ 対未就学児とその保護者 *すみだボランティアセンターの第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 費無料
	▶すみだボランティアセンター開催分	10月14日(金)・17日(月)▶午前10時半～11時半 ▶午後1時半～2時半 *金曜日、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)	申事前に電話で墨田区社会福祉協議会 ☎3614-3900へ *専用サイトからも申込可 *おもちゃドクターによる修理は第2金曜日(予約制)
	▶本所地域プラザ開催分	10月19日、11月16日、12月21日いずれも水曜日午前10時～午後3時半 *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 *おもちゃドクターによる修理は午後1時半～3時 *子どもと親のための心の相談コーナーは午後1時～5時
	▶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	10月20日、11月17日、12月15日いずれも木曜日午後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(小さいものは2点まで修理できる場合あり)
	▶みどりコミュニティセンター開催分	10月26日、11月16日、12月28日いずれも水曜日▶午前10時半～11時半 ▶午後1時半～2時半 *第4水曜日に開催(11月は第3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6組 申事前に電話で、みどりコミュニティセンター ☎5600-5811へ *おもちゃドクターによる修理もあり(予約制)
	すみだキラキラママのつどい	10月26日(水)午前10時～午後2時		内/定▶知育リトミック0歳～2歳/先着5組 ▶1歳半からのトイトレに向けたおむつ外し講座/先着5人 ▶足裏リフレクソロジー/先着4人 対親子 *妊婦・母親のみの参加も可 費各1000円(材料費込み) 申事前に参加希望のプログラム名・氏名・子どもの年齢を、Eメールで、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
	ジュニア育成初心者アーチェリー教室	10月30日(日)、11月6日(日) 午前9時15分～11時15分	区総合体育館(錦糸4-15-1)	対区内在住の小学生5年生～高校生で、アーチェリー初心者 定20人(抽選) *小学生は保護者の同伴が必要 費無料 申住所・氏名(フリガナ)・生年月日・性別・電話番号・学校名・学年・参加希望日を、ファクスまたは郵送で10月20日(必着)までに墨田区アーチェリー協会事務局 岡安俊典(〒130-0004本所1-31-7) ☎3625-1874・FAX3625-1860へ
子ども水泳教室「水慣れ教室」「クロール息継ぎ特訓教室土曜コース/日曜コース」(各全4回)	▶水慣れ教室=11月3日～24日の毎週木曜日午後3時～▶クロール息継ぎ特訓教室土曜コース=11月5日～26日の毎週土曜日午後1時～▶クロール息継ぎ特訓教室日曜コース=11月6日～27日の毎週日曜日午前11時45分～ *時間はいずれも50分	両国屋内プール(横綱1-8-1)	対/定▶水慣れ教室=4歳以上の未就学児/先着15人 ▶クロール息継ぎ特訓教室=バタ足で5m進める小学生/各先着10人 費各4400円 持水泳帽・水着・タオル・ゴーグル(任意) 申▶水慣れ教室=10月15日午前10時から▶クロール息継ぎ特訓教室土曜コース=10月13日午前10時から▶クロール息継ぎ特訓教室日曜コース=10月14日午前10時から 直接両国屋内プール ☎5610-0050へ *申込開始と同時に定員以上になった場合は、その場で抽選を実施	
すみだ自然観察会「池辺の生きもの観察」	11月5日(土)午後1時半～2時半 *雨天中止	大横川親水公園万華池(石原4-13地先)	内昆虫などの生き物観察を楽しみながら接し方を学ぶ 対区内在住の小学生以下 *小学校3年生以下は保護者の同伴が必要 定先着20人 費無料 持虫取り網・バケツ・プラスチックの虫かご(お持ちの方のみ)、帽子、筆記用具、タオル、飲み物 *汚れても構わない服装・靴で参加 申10月12日午前9時から環境保全課緑化推進担当(区役所12階) ☎5608-6208へ	