

講座・教室・催し

□=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
暮らし	吾孺の里 陶芸教室「手びねりでいろいろな器をつくろう」(全6回)	5年1月8日・22日、2月12日・26日、3月12日・26日いずれも日曜日午前9時半～午後0時半	八広地域プラザ(八広4-35-17)	定 先着12人 費 6000円 持 雑巾、タオル、筆記用具 *汚れても構わない服装で参加 申 事前に八広地域プラザ☎6657-0471へ *受け付けは12月28日までの午前9時～午後8時(12月19日は休館)
	星空フェスタ2022「プラネタリウム上映会1月」 	5年1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)	【テーマ】▶1・2回目=[冬のお星さまと赤ちゃん星・おじいさん星] ▶3回目=[冬の星座と星の一生](小学校4年生以上推奨の内容) 【講師】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
	第5回エコライフ講座「省エネ・節電! “上手な電気の使い方を学ぼう!”」	5年1月31日(火)午後1時半～3時半 *午後1時20分に集合	区役所会議室123(12階) 	【講師】パナソニック株式会社エレクトリックワークス社 対 区内在住の勤在学の方 定 20人(抽選) 費 無料 持 筆記用具 申 講座名・住所・氏名・年齢・電話番号・ファクス番号・Eメールアドレスを、ファクスまたはEメールで5年1月16日(必着)までに環境保全課環境管理担当☎5608-6207・FAX5608-1452・E:kankyuu@city.sumida.lg.jpへ
健康・福祉	今こそストップ!薬物乱用「令和4年度薬物乱用防止ポスター・標語作品展」	12月12日(月)～16日(金)午前10時～午後4時	区役所1階アトリウム	内 薬物乱用防止をテーマに中学生が作成したポスターと標語の入賞作品の展示 費 無料 申 期間中、直接会場へ 問 生活衛生課生活環境係☎5608-6939
	第8回寸劇「認知症を正しく知ろう!!」	12月20日(火)午後2時～3時	ぶんか高齢者支援総合センター(文花1-29-5都営文花一丁目アパート5号棟1階)	内 寸劇を通して認知症を正しく学ぶ 対 区内在住で、認知症に関心がある方 定 先着20人 費 無料 申 事前に、ぶんか高齢者支援総合センター☎3617-6511へ
	ボランティア説明会“活動の紹介・注意点”	12月22日(木)午前10時～11時半	すみだボランティアセンター(東向島2-17-14)	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
	第5回さくらんぼの会(認知症家族介護者教室)	12月23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 弁護士による認知症あれこれ相談 対 認知症の方とその家族や支援者 定 先着10人 費 無料 申 事前に、うめわか高齢者支援総合センター(シルバープラザ梅若内)☎5630-6541へ
	高齢者向け「懐メロ健康体操教室」(全4回)	5年1月5日～26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 区内在住の60歳以上で、医師から運動を制限されておらず、全日程参加できる方 定 10人(抽選) 費 無料 申 12月16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
	第4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)	5年1月11日～3月15日の毎週水曜日▶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		内 リズム体操、ボールや棒を使ったストレッチ、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 12月20日までに、すみだ福祉保健センター☎5608-3729へ
	墨田区介護予防普及啓発事業「男性のための1から始める栄養教室」“調理経験のない方、食生活が気になる方へ”(全8回)	5年1月16日～3月13日の月曜日午前10時～11時半 *2月6日を除く *調理実習を行う1月30日、2月27日、3月13日は午前10時～正午	すみだ女性センター(押上2-12-7-111) *オンライン等での開催になる場合あり	内 日常生活に役立つ栄養の基礎知識についての講義、オリジナルの献立作り、調理実習等 対 区内在住の65歳以上で、個別の支援を必要としない男性 定 12人(抽選) 費 無料 *材料費は自己負担 申 教室名・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を、直接または電話、ファクスで5年1月6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
	文花・立花 大人の学校“新しい自分の発見”セカンドライフセミナー(全5回) 	5年1月16日(月)、2月3日(金)・18日(土)、3月1日(水)・18日(土)午前10時～11時半	ぶんか高齢者支援総合センター(文花1-29-5都営文花一丁目アパート5号棟1階)	【テーマ】▶1月16日=運動と栄養 ▶2月3日=スマホのステップアップ ▶2月18日=まちあるき ▶3月1日=仲間と話そう ▶3月18日=仲間とつながろう 対 文花・立花地区在住の勤在で、定年退職前後の方 *全日程参加できる方を優先 定 先着10人 費 無料 申 事前に、ぶんか高齢者支援総合センター☎3617-6511へ *受け付けは5年1月6日までの午前10時～午後5時(日曜日、祝日、年末年始を除く)
	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”	5年1月17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、病気や福祉制度等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へ☎3622-9137へ
子育て教育 地域福祉プラットフォームクリスマスイベント「布の絵本読み聞かせ・手あそび」	12月13日(火)・14日(水)午前11時半～正午	▶12月13日=地域福祉プラットフォーム京島(京島3-49-18) ▶12月14日=地域福祉プラットフォーム本所(本所1-13-4)	内 手作りの布絵本の読み聞かせ、歌に合わせた手遊びなど 対 区内在住の子どもとその保護者 定 先着5組程度 費 無料 申 当日直接会場へ 問 墨田区社会福祉協議会☎3614-3900 *内容等の詳細は墨田区社会福祉協議会のホームページを参照	

