



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の感染拡大に伴い、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、手洗いや、せきエチケットを心掛け、発熱等の症状がある方は参加をお控えください。

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	“足腰の筋トレ、踏み台昇降運動、姿勢改善トレーニングなど”コース型教室「シニアの筋トレ&ストレッチ」の1回体験	4月5日～26日の毎週水曜日午後1時半～2時半	スポーツプラザ梅若(墨田1-4-4)	対 60歳以上の方 定 各先着12人 費 1100円 *体験以降は残り回数×1100円 持 室内用の運動靴、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
	オレンジカフェすみだ	4月12日(水)・20日(木)午後2時～3時半	▶4月12日=八広はなみずき高齢者支援総合センター(八広5-18-23) ▶4月20日=本所地域プラザ(本所1-13-4)	内 認知症に関する情報交換や悩みなどの共有、交流 *個別相談もあり 対 認知症の方、認知症への不安がある方やその家族、ボランティアの方など 費 無料 申 当日直接会場へ 問 ▶4月12日=八広はなみずき高齢者支援総合センター☎3610-6541 ▶4月20日=同愛高齢者支援総合センター☎3624-6541
	「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	4月17日(月)午後2時～3時半	すみだボランティアセンター分館(亀沢3-20-11関根ビル4階)	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 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
	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)」	4月20日、5月18日、6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】「自己理解・他者理解とは?」「ひきこもりと精神疾患の関係」「ひきこもりの実態と医療へのつなげ方」等 対 区内内在住在勤在学中で、ひきこもり等の状態にある方やその家族 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
	弁護士による権利擁護法律相談	4月20日(木)午後1時半～4時半	すみだボランティアセンター(東向島2-17-14)	内 権利擁護相談、親族後見人相談、福祉サービス苦情相談 対 高齢者、知的障害・精神障害のある方とその関係者 定 先着3人 費 無料 申 事前に電話で、すみだ福祉サービス権利擁護センター☎5655-2940へ
	“笑顔セラピストによる”高齢者「笑顔健康体操教室」(全4回)	5月8日～29日の毎週月曜日午前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 4月7日までに、すみだ福祉保健センター☎5608-3721へ
	点訳の基本と点訳ソフトの使用方法を学ぶ「パソコン点訳ボランティア養成講座」(全7回)	5月9日～6月20日の毎週火曜日午前10時～正午		対 区内内在住在勤で、パソコンの基本操作ができ、講座終了後にボランティア活動をする意思がある方 定 5人(抽選) 費 1500円(点字器代) 申 講座名・住所・氏名・年齢・電話番号を、直接または電話、ファクスで4月7日までに、すみだ福祉保健センター☎5608-3721・FAX5608-3720へ
	高齢者向け「朗読教室」(全4回)	5月9日～30日の毎週火曜日午後1時半～3時半		対 区内内在住の60歳以上で、全日程参加できる方 定 10人(抽選) 費 無料 申 4月7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
	墨田区手話通訳者養成講座(全37回)	5月11日～6年3月28日の木曜日午前10時～正午 *日程の詳細は申込先へ	▶5月～8月=旧文花小学校(文花1-32-7) ▶9月～=亀沢のぞみの家(亀沢4-18-11)	対 次の全ての要件を満たす方▶区内内在住在勤で20歳以上である▶手話講習会上級コースを修了している、またはこれと同等の技量を有している▶手話通訳士の資格を持っていない▶墨田区以外の地域で登録通訳者として活動していない 定 10人程度(選考) *応募者が2人以下の場合は開催中止 費 無料 *テキスト代は自己負担 申 申込書を郵送またはファクスで4月17日(消印有効)までに墨田区障害者団体連合会事務局(〒131-0044文花1-32-7)☎・FAX3614-1001へ *申込書は申込先で配布しているほか、区ホームページからも出力可 問▶墨田区障害者団体連合会事務局▶障害者福祉課障害者給付係☎5608-6163
	呼吸リハビリテーション教室(全5回)	6月3日(土)・29日(木)、10月7日(土)・26日(木)、11月29日(水)午後2時～4時	区役所会議室131(13階)	内 息切れを減らす工夫や運動法を学んで、息苦しさを改善する 対 ぜん息疾患のある方 定 先着30人 費 無料 申 4月7日から左記コードの専用サイトで申込み 問 保健計画課保健計画担当☎5608-6190
子育て・教育	就学相談の手順や特別支援教育の内容等を説明します「就学相談および特別支援教育等説明会」	4月11日(火)午前10時～ *受け付けは9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)	対 6年4月または7年4月に小学校に入学予定で、心身に障害等があると思われる子どもの保護者 費 無料 申 当日直接会場へ 問 学務課給食保健・就学相談担当☎5608-6304 *詳細は区ホームページを参照 *就学相談の予約は4月12日午前9時から電話で問合せ先へ(6年4月に入学予定の保護者のみ)
	里親という家庭のカタチ「説明会&相談会」	▶4月15日(土)午前9時半～10時半、午前11時～正午 ▶4月24日(月)、5月12日(金)・27日(土)午前10時～11時、午後1時～2時、午後3時～4時	▶4月15日=曳舟文化センター(京島1-38-11) ▶4月24日=江東区こどもプラザ(江東区住吉1-9-8)▶5月12日=すみだ産業会館(江東橋3-9-10)▶5月27日=江東区産業会館(江東区東陽4-5-18)	内 都の里親制度についての説明・相談 対 墨田区または江東区在住の方 定 各先着2組 費 無料 申 事前に希望日時・氏名・電話番号を、電話またはEメールで江東児童相談所フォスターリング機関☎3640-5432・✉koto-foster@futaba-yuka.or.jpへ *受け付けは各開催日の3日前まで 問 子育て支援総合センター子ども・家庭支援連携担当☎5608-1582  東京都里親制度普及啓発キャラクター「さとペン・ファミリー」
	学童水泳教室(全6回)	5月11日(木)～29日(月)の毎週月・木曜日午後4時～5時半	両国屋内プール(横綱1-8-1)	対 区内内在住の小学生 定 先着80人 費 4800円 持 ゴーグル(任意)、水泳帽、水着、タオル *全て名前を記入 申 4月6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 *受け付けは4月26日まで *詳細は申込先へ
	“子育て支援員として必要な知識や技能等を学ぶ”「東京都子育て支援員研修(第1期)」地域保育コース	6月～ *日程等の詳細は、募集要項または申込先のホームページを参照	▶オンライン研修=参加者の自宅等▶集合研修=新宿、立川等	対 都内在住在勤で、今後子育て支援員として就業する意欲のある方 費 無料 *テキスト代等は自己負担 申 申込書を郵送で4月3日～17日(必着)に公益財団法人東京都福祉保健財団へ *詳細は子育て支援課(区役所4階)で配布する募集要項または左記コードの申込先のホームページを参照(申込みも可) 問▶地域保育コース=公益財団法人東京都福祉保健財団☎3344-8533▶研修全般=都福祉保健局少子社会対策部計画課☎5320-4121 *詳細は左記コードの都ホームページでも閲覧可▶募集要項の配布=子育て支援課子育て計画担当☎5608-6084
税金・国	税務署の職員からインボイス制度の基本的な仕組みを学ぶ「消費税インボイス制度説明会」	▶初級編=4月7日(金)・14日(金)・21日(金)・24日(月) ▶中級編=4月13日(木)・19日(水) *時間はいずれも午後2時～3時(4月7日は午後3時半～4時)	▶4月7・13・21日=本所法人会館(業平1-7-12) ▶4月14・19・24日=向島法人会館(東向島2-8-5) *5月以降の日程は左記コードの国税庁のホームページを参照	対 区内の事業者で▶初級編=新規・免税事業者▶中級編=課税事業者 定 ▶4月7日=40人▶4月13・21日=各50人▶4月14・19・24日=各20人 *いずれも先着 費 無料 申 事前に電話で▶4月7・13・21日=本所税務署法人課税第1部門☎3623-5171へ▶4月14・19・24日=向島税務署法人課税第1部門☎3614-5231へ *いずれも番号の後「2」を選択 問▶国税庁インボイスコールセンター☎0120-205-553▶税務課税務係☎5608-6008 *過去に実施した説明会は国税庁のYouTubeで閲覧可