

墨田区のお知らせ2014.10.21 NO.1762
(毎月1日・11日・21日発行)

すみだ

発行：墨田区(広報広聴担当) 公5608—1111代表 〒130—8640墨田区吾妻橋一丁目23番20号

2つの矩形が寄り添うシンボルは、
墨田区在住・在勤者、企業やNPOなどと、
区および区職員との協働・協治を表すものです。

- 2面以降の主な内容
- 2面…年末調整等合同説明会
- 3・4面…講座・教室・催し

すみだと全国の旬間歳時記

●柿

「桃栗三年、柿八年…」といわれるように、実が採れるまで長い年月を要する。熟すに従い渋みが抜ける甘柿と、熟しても実が軟化するまで渋みが残る渋柿があり、甘柿は日本特産の品種である。



<http://www.city.sumida.lg.jp/>

すみだのものづくりを伝えて30年 すみだ3M運動

区では、すみだの“ものづくり”の素晴らしさをPRするため、「すみだ3M運動」を展開しています。今年は事業開始30年目を迎えることを記念して、その魅力を一堂に集めたイベント「すみだ3M運動 30周年祭」を実施します。すみだが誇る“ものづくり”の魅力を、ぜひ、体感してください。

本物の職人に出会う 伝承の技を体験する

区では、区内産業の魅力や“ものづくり”の素晴らしさを広く伝えるために、昭和60年から「すみだ3M運動」を実施しています。事業開始から30年目を迎える今年は、記念イベントとして「すみだ3M運動 30周年祭」を実施します。

このイベントでは、3M運動を構

成する「小さな博物館」、「すみだマイスター」、「工房ショップ」が一堂に集まり、すみだの職人の技や製品・作品を“観る”、伝統とこだわりの製品を“買う”、ものづくりを“体験する”ことができます。この「すみだ3M運動 30周年祭」で、すみだの“ものづくり”の奥深い魅力を堪能してみませんか。

【問合せ】産業経済課産業振興担当
公5608—6186

すみだ3M運動 30周年祭

【とき】11月15日(土)・16日(日)午前10時～午後4時【ところ】すみだ産業会館
サンライズホール(江東橋3—9—10)【入場料】無料【申込み】当日直接会場へ



3M運動の3Mとは、次の3つの取組の頭文字を表しています

- ▶ **小さな博物館 (Museum)**
区の産業や文化に関するコレクションを紹介する工場・工房・民家等
- ▶ **すみだマイスター (Meister)**
付加価値の高い製品をつくる技術者として認定された職人
- ▶ **工房ショップ (Manufacturing Shop)**
工房と店舗を一体化し、消費者ニーズに即応した製品をつくるお店

展 示



「小さな博物館」所蔵の、産業・文化に関連する製品・道具・文献・資料などのコレクションや、「工房ショップ」でつくられた製品・作品を展示します。

各博物館・工房ショップに行かなければ見られないものや、普段は展示していない特別な品を、一度に見ることができる貴重な機会です。ぜひ、ご覧ください。

実 演



優れた技術で、付加価値の高い製品を生み出す技術者「すみだマイスター」による、制作の実演を行います。すみだの産業を支えてきた伝統の技を、ぜひ、ご覧ください。

会場では「すみだマイスター」が制作した製品の販売も行いますので、実演を見て、興味を持った製品を、その場で購入することができます。

体 験



「すみだマイスター」や、「工房ショップ」の職人から手ほどきを直接受けながら、革やガラス製品づくり等を体験できるプログラムを、多数ご用意しています。すみだが誇る伝統の技で、自分だけのオリジナル作品をつくってみませんか。

なお、体験プログラムへの参加には、参加費が必要です。



従業員の技術力向上などにお役立てください

工業振興スクール

■経営コース「知っておきたい発想法」

【とき】11月13日(木)午後6時～

8時半【内容】アイデア創出のた

めの発想法 (SCAMPER、

ブレインストーミング等)につ

いて学ぶ【対象】区内中小企業の

経営者・従業員【定員】先着30人

【費用】無料

■パソコンコース「Excel VBA実践」(全2回)

【とき】11月13日(木)・20日(木)

午後6時～9時【内容】VBAの

オブジェクト、関数、イベント

などについて学ぶ【対象】区内中

小企業の経営者・従業員でエク

セルの基本操作・関数を習得し
ている方【定員】先着10人【費用】
7900円(テキスト代込み)

.....

【申し込み】すみだ中小企業セン

ター(文花1-19-1)【申込み】

10月22日から講座名・住所・氏

名、勤務先の名称・所在地・電

話番号・ファクス番号・業種を

電話または、ファクス、Eメー

ルで、すみだ中小企業センタ

△3617-4351・FAX 36

17-4340・☐school@

techno-city.sumida.tokyo.jp

へ *申込みは11月5日まで



受講生を募集します

すみだ地域学セミナー「英語で学

ぼう!すみだの魅力」(全3回)

【とき】11月29日、12月6日・13

日いずれも土曜日午後2時～3

時半【申し込み】すみだ生涯学習セ

ンター(東向島2-38-7)【対

象】中学校で学ぶ程度の英語で

会話ができる方【定員】30人(抽

選) *本講座未受講者を優先

(9月実施の英語講座と同一内

容)【費用】500円(資料代込

み) *区内在住在勤在学者は

400円【申込み】講座名・住所・

氏名(ふりがな)・年齢・電話

番号・ファクス番号・メールア

ドレスを往復はがき、または、

ファクス、Eメールで11月10日

(必着)までに、すみだ学習ガ

デン事務局(〒131-0032東

向島2-38-7) FAX 5247-

2007・☐tkg.seminar@

sumida-gg.or.jp へ *すみだ

学習ガーデンのホームページか

らも申込可 *11月11日午後4

時から、すみだ生涯学習セン

ターで公開抽選を実施 *抽選

結果は11月14日までに返信【問

合せ】生涯学習課生涯学習担

当△5608-6309 ▼す

みだ学習ガーデン事務局△52

47-2009



みんなエコ・フレンド♪集って、つながろう!

ふれあい館まつり2014

【催し名・とき等】下表のとおり

【入場料】無料【申込み】▼関野

吉晴トークショー&展示ガイド

ツアー 10月21日午前10時から

直接または電話、Eメールで問

合せ先へ *受付は午前10時～

午後5時(月・水曜日を除く)

▼その他の催し 当日直接会場

へ【問合せ】すみだ環境ふれあい

館(文花1-32-9)△3611

-6355・☐kankyofureai

kan@song.ocn.ne.jp

催し名	とき/定員
文花かえっこめぐーる (おもちゃ・鉢植え・ 植物の種の交換会等)	▶11月8日(土)午前11時 ～午後4時 ▶11月9日 (日)午前10時～午後3時
有機野菜販売「すみだ 青空市ヤッチャバ」	11月8日(土)午前11時～ *売り切れ次第終了
関野吉晴トークショー& 展示ガイドツアー「関 野吉晴から学ぶ「自然 と暮らす人々」	11月9日(日)午後1時～3 時/先着50人 *小学 校3年生以下は保護者の 同伴が必要



年末調整の準備を始めよう 年末調整等合同説明会

年末調整の仕方や法定調書・

給与支払報告書の作成と提出の

方法について、区と税務署の合

同説明会を開催します。また、

当日は年末調整等の関係用紙類

の配布も行います。

【とき・ところ・対象地域】下表の

とおり【申込み】当日直接会場へ

【問合せ】税務課課税係△56

08-6135 ▼本所税務署

△3623-5171 ▼向島

税務署△3614-5231

とき	ところ	対象地域
11月4日(火) 午後1時半～4 時	曳舟文 化セン ター (京 島 1-38 -11)	両国、千歳、菊川、錦糸、 向島、東向島、堤通、 京島
11月5日(水) 午前9時半～ 正午		江東橋、亀沢、東駒形、 吾妻橋、太平、横川、 文花、八広、立花
11月5日(水) 午後1時半～4 時		緑、立川、横網、石原、 本所、業平、墨田、押上、 東墨田

①対象地域以外の地域の説明会にも参加できます。
②車・自転車での来場は、ご遠慮ください。

墨田区のお知らせ「す みだ」のスマートフォ ン対応

今号から、墨田区のお知
らせ「すみだ」が、スマー
トフォンで読みやすくなり
ました。ぜ
ひ、ご活用く
ださい。

【問合せ】広 報
広聴担当△56
08-6223



梅若橋集会所の一時休館

梅若橋集会所(堤通2-
9-1)は、施設改修のため、一時休館します。ご
了承ください。

【休館期間】12月1日(月)～
22日(月)【問合せ】区民活
動推進課区民活動推進担
当△5608-6201



困ります!自転車置きざり知らんぷり

駅前放置自転車クリーンキャンペーン

都と区では、10月22日(水)～

31日(金)を「第31回 駅前放置

自転車クリーンキャンペーン」

の実施期間としています。駅周

辺の放置自転車は歩行者の通行

の妨げとなり、特に高齢者や障

害者の安全な通行を困難にして

います。また、救急車等の緊急車

両の通行や、災害時の避難・救助
活動を妨げるほか、まちの景観
を損なう等、社会問題となっ
ています。一人ひとりが自転車
利用のルールとマナーを守り、
放置自転車をなくしましょう。
【問合せ】土木管理課交通安全担
当△5608-6203



子どもと遊ぶのが好きな方を募集します 放課後子ども教室「見守りボランティア」

【活動場所/時間】区内小学校/
授業終了後～午後5時半ごろ

【内容】遊びの見守り、遊び道具

の準備・片付け、交流イベント

の企画等 *ボランティア登録

後に活動【対象】放課後の子ども
たちの見守り活動に協力してく
ださる方【問合せ】生涯学習課青
少年担当△5608-6311

特別区民税・都民税(第3期分) の納付

平成26年度特別区民税・都民税(普
通徴収分)の第3期分の納期限は10月
31日(金)です。税務課(区役所2階)、
各出張所・金融機関・コンビニエンス
ストアで納めてください。また、口座
振替をご利用の場合は10月31日が振
替日(引き落とし日)です。前日
までにご入金ください。

【問合せ】税務課課税係△5608-6133

区職員などを名乗る詐欺にご注意 ください

電話で区など行政機関の職員を名乗
り、「医療費の還付がある」などと言っ
てATMを操作させ、お金をだまし取
る詐欺が多発しています。還付金受け
取りのため、ATMの操作をお願いす
ることはありません。十分にご注意く
ださい。

【問合せ】安全支援課安全支援係△5608
-6199

すみだ

スタートから15分
未来につながる
やさしいまち

すみだ
やさしいまち
宣言

毎月25日は
すみだ 家庭の日

区の世帯と人口(10月1日現在)	
*住民基本台帳による	
世帯	13万8488(+274)
人口	25万7588(+326)
男	12万8792(+233)
女	12万8796(+93)
*()内は前月比	

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	高齢者の初心者向けパソコン教室「年賀状を作ってみましょう！」(全4回)	11月19日～12月10日の毎週水曜日午前10時～正午	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、パソコンの基本操作(文字入力)ができ、ノートパソコンを持参できる方 *前回受講者を除く 定 10人(抽選) 費 無料 申 10月25日までに梅若ゆうゆう館 ☎5630-8630へ *受付は午前9時～午後5時
	介護のはなし「明日から、10歳若返る!お話と体操」	11月20日(木)午後2時～4時	八広地域プラザ(八広4-35-17)	内 介護予防に関する講義と体操 定 先着40人 費 無料 持 タオル、飲物 申 10月21日午前9時から八広地域プラザ ☎6657-1549へ *申込みは11月18日まで *動きやすい服装で参加
	身体障害者向けパソコン教室「インターネットを学びましょう」(全3回)	11月26日(水)～28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 区内在住の18歳以上で、パソコンの基本操作ができ、上肢・下肢に障害のある方または内部障害のある方 定 10人(抽選) 費 100円 申 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10月27日までに、すみだ福祉保健センター ☎5608-3723・FAX5608-3720へ
 子ども	おもちゃサロン	10月22日、11月26日、12月24日いずれも水曜日午前10時～午後3時半	みどりコミュニティセンター(緑3-7-3)	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 子どもとその保護者 *すみだボランティアセンターの毎月第1金曜日・第3月曜日の午後は、障害のある子どもとその保護者のみが対象 費 無料 申 当日直接会場へ 問 ▶みどりコミュニティセンター ☎5600-5811 ▶墨田区社会福祉協議会 ☎3614-3900
		10月24日(金)午前10時～午後3時半 *毎週金曜日と毎月第3月曜日午後1時～3時半(祝日を除く)に開催	すみだボランティアセンター(東向島2-17-14)	
	もちもちマーケット	11月1日(土)・16日(日)午前10時～正午	子育て支援総合センター(京島1-35-9-103)	内 使わなくなった衣類や、おもちゃ等の交換会 費 無料 申 当日直接会場へ 問 子育て支援総合センター ☎5630-6351
	子宝カフェ「食生活アドバイザーが話す“楽しく元気になる食事と生活のヒント”」	11月1日(土)午前10時15分～正午 		対 親子 費 無料 申 事前に催し名・住所・氏名・年齢・電話番号・メールアドレス、子どもの氏名・年齢を、ファクス、またはEメールで、すみだkomachi 荘 司 ☎090-4619-0449・FAX5630-6352・✉sumida_komachi@yahoo.co.jpへ 問 子育て支援総合センター ☎5630-6351
 文化・スポーツ	すみだファミリー・サポート・センターの「サポート会員(有償ボランティア)」の事業説明会	11月7日(金)午後2時～3時	すみだボランティアセンター(東向島2-17-14)	内 地域で子育てを支援するサポート会員についての説明 対 区内在住の20歳以上で、子育て支援に理解と熱意があり、心身ともに健康な方 定 先着20人 費 無料 申 事前に電話で、すみだファミリー・サポート・センター ☎5608-2020へ 問 ▶すみだファミリー・サポート・センター ▶子育て支援総合センター ☎5630-6351
	第61回墨田区文化祭「展示部門」	11月1日(土)～3日(祝)午前10時～午後5時 *最終日は午後4時まで	すみだリバーサイドホール1階・2階(区役所に併設)	内 書道・花道・写真・俳句・水墨画・陶芸・絵画等 *期間中、無料の茶席コーナーを設置 【入場料】無料 申 期間中、直接会場へ *出展者の募集は終了 問 生涯学習課生涯学習担当 ☎5608-6309
	墨田・葛飾・江戸川3区連携企画事業 道から歴史を探る「曳舟川通り・佐倉道を歩く」(全2回)	▶講座・野外調査1=11月8日(土)午前9時～午後5時(予定) ▶野外調査2=11月16日(日)午前9時～午後4時(予定)	▶講座・野外調査1=葛飾区郷土と天文の博物館(葛飾区白鳥3-25-1)～業平橋 ▶野外調査2=亀有駅～市川広小路 *集合場所・時間の詳細は申込先へ	内 ▶講座=地域のつながり・歴史について学ぶ ▶野外調査=近世の曳舟川通り・元佐倉道と推定されている道の散策、文化財や史跡の見学 *野外調査1の歩程約5km、野外調査2の歩程約6.5km 定 先着20人 費 300円(資料代) 持 ▶野外調査2=昼食 申 事前に電話で、すみだ郷土文化資料館 ☎5619-7034へ
	第3回ソフトテニス研修会・大会 	11月24日(祝)午前10時～午後5時 *受付は午前9時半～	錦糸公園テニスコート(錦糸4-15-1)	費 ▶研修会のみ=1人400円(中学生、高校生は300円) ▶研修会・大会=1人800円(中学生、高校生は400円) 持 テニスシューズ、テニスウェア(運動着) *ラケットの無料貸出しあり 申 住所・氏名・年齢(学年)・電話番号を電話または、はがき、ファクスで11月14日(必着)までに墨田区ソフトテニス連盟事務局 猪飼直茂(〒131-0041八広2-12-11) ☎080-5415-5461・FAX3617-4123へ
 イベント	ときどきあーと展2014	10月23日(木)～28日(火)午前10時～午後7時	産業観光プラザ すみだ まち処(押上1-1-2東京ソラマチ®5階)	内 すみだ作る創るの会「パルティール」による、すみだ水族館とコラボレーションした屏風や革工芸、べっ甲などの作品展示・販売 【入場料】無料 申 期間中、直接会場へ 問 産業経済課産業振興担当 ☎5608-6186
	わんぱくまつり	10月26日(日)午前10時～午後3時 *焼き芋の無料配布(先着300人)は午後2時頃～	わんぱく天国(押上1-47-8) *小雨決行	内 サツマイモの収穫体験、わんぱく天国の自然に関するクイズ大会、竹棒の先端にパンを巻きつけて炭火で焼く「遊ぼうパン」等 【入場料】無料 申 当日直接会場へ 問 わんぱく天国 ☎3612-1456
	第29回すみだボランティアまつり	10月26日(日)午前10時半～午後2時半	第四吾嬬小学校(京島3-64-9)	内 ボランティア活動体験、チャリティーバザー等 【入場料】無料 申 当日直接会場へ 問 すみだボランティアセンター ☎3612-2940
	荒川クリーンエイド2014「荒川河川敷をみんなできれいに!」	11月1日(土)午前8時半～10時半 *雨天中止	【集合場所】荒川河川敷自由広場(四ツ木橋と新四ツ木橋との間)	内 荒川河川敷(八広野球場～荒川四ツ木橋緑地競技場の約1km)の清掃 費 無料 申 当日直接会場へ 問 スポーツ振興課スポーツ施設担当 ☎5608-6588
	みどりピアまつり	11月1日(土)午前10時半～午後2時	すみだふれあいセンター(緑4-35-6)、すみだ障害者就労支援総合センター(緑4-25-4)	内 施設公開、作業・訓練の公開と体験、模擬店、バザー、自主生産品販売、スタンプラリー(参加者に記念品を進呈)等 【入場料】無料 申 当日直接会場へ 問 ▶すみだふれあいセンター ☎5600-2001 ▶すみだ障害者就労支援総合センター ☎5600-2004
	伊豆高原荘「伊豆らんらん倶楽部バスツアー」	▶12月9日(火)～11日(木) ▶12月17日(水)～19日(金) *いずれも2泊3日	【宿泊先】伊豆高原荘 *区役所正面玄関前に午前9時集合または、ロケーションホテル錦糸町(錦糸4-6-1)前に午前9時10分集合	内 ▶12月9日出発=御殿場のアウトレットモールの散策、沼津港深海水族館の見学等 ▶12月17日出発=横浜中華街の散策、百笑の湯(伊豆市)での入浴等 *区内在住在勤の方は100円引き *昼食代は別途自己負担 定 各先着40人 費 各2万2640円 申 10月21日午前9時から電話で伊豆高原荘 ☎0557-54-1108へ

 **人が輝く 講座・教室・催し**

暮らし

健康・福祉

子ども

仕事・産業

税金・国保

文化・スポーツ

イベント

区政その他

ほけっと(区主催以外)

内=内容

種=種別

対=対象

定=定員

費=費用

持=持ち物

申=申込み

問=問合せ

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	夜間特別プログラム「見上げてみよう、すみだの夜空。月のクレーターを観察しよう！」	11月1日(土) 午後6時半～8時 *雨天時は、屋内で月についての解説を実施	すみだ環境ふれあい館(文花1-32-9)	定 先着40人 *中学生以下は保護者の同伴が必要 費 無料 持 双眼鏡(お持ちの方のみ) 申 事前に催し名、参加者全員の氏名・年齢、代表者の電話番号を直接または電話、Eメールで、すみだ環境ふれあい館 ☎3611-6355・✉ kankyou-fureaikan@song.ocn.ne.jpへ *受付は午前10時～午後5時(月・水曜日を除く)
	消費者講座「事例より学ぶ悪質商法とエンディングノートの書き方」	11月4日(火)・5日(水) ▶午前10時半～正午 *受付は午前10時～ ▶午後2時～3時半 *受付は午後1時半～ *いずれも同一内容	すみだ消費者センター(押上2-12-7-215)	内 悪質商法の事例を学ぶとともに、万一の時に備えて、介護・延命措置・葬儀などに関する希望を記入しておくエンディングノートを作成する *特製のエンディングノートを進呈 対 区内在住在勤の方 定 各日各回先着30人 費 無料 申 10月22日午前9時から電話で、すみだ消費者センター ☎5608-1516へ
	たのしい水墨画教室(全3回)	11月7日・14日・21日いずれも金曜日午後1時半～3時半	社会福祉会館(東墨田2-7-1)	内 来年の干支「未」などを描く 対 区内在住在勤の方 定 先着20人 費 2000円(材料費込み) 申 10月21日午前9時から電話で社会福祉会館 ☎3619-1051へ *申込みは10月31日まで
	ママのための積ん読読解消読書会!	11月9日(日)午後2時～4時	ひきふね図書館(京島1-36-5)	【テーマ】今の自分に必要な本から、はじめの一歩を踏み出す 対 母親 定 先着16人 費 無料 持 今、読みたい本1冊または2冊(ビジネス書・実用書等) *読んでいなくても可 申 事前に講座名・氏名・電話番号を電話またはEメールで、ひきふね図書館 ☎5655-2350・✉ HIKIFUNE@city.sumida.lg.jpへ
	クリスマスリース講習会「今話題の枯れない花ブリザードを使ってリースを作ってみませんか」	11月11日(火)・17日(月)午後1時～4時	家庭センター(亀沢3-24-2)	定 各日先着5人 費 各日2000円 *10月31日までに直接、申込先へ支払 *別途、材料費3000円が必要(当日支払) 申 10月21日午前9時から家庭センター ☎3625-5177へ
	リサイクル手作り講座「初春を祝う未の飾り絵馬」	11月13日(木)午後1時～3時 	すみだ環境ふれあい館(文花1-32-9)	対 区内在住在勤在学の中中学生以上 定 20人(抽選) 費 300円(材料費込み) 持 両面テープ、ボンド、目打ち、筆記用具など 申 住所・氏名・年齢・電話番号を往復はがきで11月1日(必着)までに、すみだリサイクル活動センター(〒130-0003横川5-10-1-111) ☎5611-7740へ *抽選の結果は11月6日ごろに返信
	第4回エコライフ講座「がすてなーに ガスの科学館」見学会	11月14日(金)午後1時～5時 *区役所1階アトリウムに午後0時50分集合 *バスで移動	がすてなーに ガスの科学館(江東区豊洲6-1-1)	内 ガスの役割や特長を楽しみながら学ぶ 対 区内在住在勤の方 定 先着20人 費 無料 申 10月21日午前9時から環境保全課環境管理担当(区役所14階) ☎5608-6207へ
	消費者講座「相続について学ぶ」	11月14日(金) 午後1時半～3時半 *受付は午後1時～	すみだ女性センター(押上2-12-7-111)	内 相続税・遺産分割・生前贈与などについて学ぶ 対 区内在住在勤の方 定 先着100人 費 無料 申 10月23日午前9時から電話で、すみだ消費者センター ☎5608-1516へ
 健康・福祉	NPO ステップアップ講座(未来のすみだを語るワールドカフェ)	11月15日(土) 午後1時～4時半	区役所会議室131(13階)	定 先着60人 費 無料 申 事前に氏名・電話番号を直接または電話、Eメールで区民活動推進課区民活動推進担当(区役所14階) ☎5608-6202・✉ KATSUDOSUISHIN@city.sumida.lg.jpへ
	立花ゆうゆう館まつり	▶10月25日(土)午前9時半～午後4時 ▶10月26日(日)午前9時半～午後2時	立花ゆうゆう館(立花6-8-1-102)	内 絵画等の作品展示会、模擬店、体験教室等 *体験教室の日程・費用等については問合せ先へ 【入場料】無料 申 当日直接会場へ 問 立花ゆうゆう館 ☎3613-3911 *問合せは午前9時～午後5時
	たちばな祭	10月30日(木)～11月2日(日) *各日の開催時間は問合せ先へ	たちばなホーム(立花3-10-1)	内 作品展、ダンスフェスティバル(11月1日のみ)、模擬店(11月2日のみ)等 【入場料】無料 申 期間中、直接会場へ 問 たちばなホーム ☎3613-8718
	ふくの会(なりひら認知症家族会)	11月1日(土) 午後1時半～3時半	なりひらホーム(業平5-6-2)	内 参加者同士の悩みの共有と情報交換 対 区内在住で、認知症の方を介護している方 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(なりひらホーム内) ☎5819-0541へ
	介護の日記念行事			
	▶“11月11日は介護の日”記念展示	11月6日(木)～11日(火)午前9時～午後5時	区役所1階アトリウム	内 介護施設の情報や介護に役立つ情報等の展示 【入場料】無料 申 期間中、直接会場へ 問 介護保険課管理・計画担当 ☎5608-6924
	▶認知症を知る・支えるセミナー第3・4回「在宅療養について」	11月8日(土) ▶第3回=午前10時～正午 ▶第4回=午後2時～4時	すみだリバーサイドホール1階ギャラリー(区役所に併設)	内 在宅で使えるサービスについて学ぶ 対 区内在住在勤で認知症に関心のある方など 定 各回先着100人 費 無料 申 事前に高齢者福祉課相談係(区役所4階) ☎5608-6174へ
	みかんの会(認知症家族会)	11月6日(木) 午後1時半～3時半	たちばなホーム(立花3-10-1)	内 介護に関する悩みや思いを語り合う 対 認知症の方を介護している方など 定 先着10人 費 無料 申 事前に、たちばな高齢者支援総合センター(立花3-2-9) ☎3617-6511へ
	高齢者初心者向け自彊術教室(全4回)	11月7日～28日の毎週金曜日午前10時～正午	すみだ福祉保健センター(向島3-36-7)	内 日本最初健康体操で、肩こり・生活習慣病を予防する 対 区内在住で60歳以上の方 定 15人(抽選) 費 無料 持 タオル、飲物 申 10月27日までに、すみだ福祉保健センター ☎5608-3721へ
	健康づくり教室「初心者向けヨガ教室」(各コース全6回)	11月12日～12月17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 ▶6時コース=午後6時～7時20分		対 区内在住在勤の成人で、医師から運動を制限されていない方 定 各コース15人(抽選) 費 無料 申 10月29日までに、すみだ福祉保健センター ☎5608-3729へ
	介護予防のための「腰痛(膝痛)予防講演会」(全2回)	11月19日(水)・20日(木)午後2時～3時半	すみだ中小企業センター(文花1-19-1)	対 区内在住の65歳以上で、全日程参加できる本講演会未受講者 定 先着60人 費 無料 申 10月22日午前9時から電話で高齢者福祉課相談係 ☎5608-6178へ