まちゼミ 第5回 すみだ まちゼミ 講座一覧 受付開始日：8月9日

50講座

※QRコードは(株)デンソーウェーブの登録商標です

食べる

全4講座

食・グルメに関する講座です。すみだの「おいしい」情報が詰まっています。

1 チョコレートの世界を体験しよう! 食
8/20(水) 8/23(土) 8/27(水) 10:00〜10:40

カカオ豆からチョコレートができるまで、工房の中をご案内。産地の違うチョコレートのご試食付きです!

対象▶どなたでも
定員▶各6名
会場▶SUNNY CHOCOLATE
講師▶伴野智映子
材料費▶300円(チョコレート代)
持ち物▶無し
WEB申込フォーム

SUNNY CHOCOLATE 京島3-57-4-4階
[受付]sunnychocolate.info@gmail.com [受付時間]11:00〜17:00 [休日]日〜火

2 災害時にも役立つ! 美味しいごはんの炊き方 食
8/20(水) 9/7(日) 10:30〜12:00

災害時に炊飯器が使えなくてもごはんを炊く方法を教えます。水もムダにしない自然にやさしい炊飯方法です。

対象▶小学生が参加の場合は保護者同伴／おとな一人の参加も可
定員▶各5組(最大10名)
会場▶エコロクッキングスクール
講師▶山藤真子・柴崎富子
材料費▶1,000円／1組(食材代)
持ち物▶エプロン・三角巾・お子様用の室内履き
WEB申込フォーム

エコロクッキングスクール 両国3-24-10エコロビル3階
[受付]QRコードより [受付時間]10:00〜17:00 [休日]土・日・祝

3 こうじ水で美味しく健康美ライフ 食
9/9(火) 9/28(日) 10:30〜12:00

こうじ水の健康効果を管理栄養士から学び、実際に作ってお持ち帰りいただけます。

対象▶どなたでも
定員▶各20名
会場▶エコロクッキングスクール
講師▶石井尚美
材料費▶1,000円(瓶・食材代)
持ち物▶エプロン・三角巾
WEB申込フォーム

エコロクッキングスクール 両国3-24-10エコロビル3階
[受付]QRコードより [受付時間]10:00〜17:00 [休日]土・日・祝

4 蔵元直送の日本酒を飲んでみよう 食
9/15(月祝) 9/23(火祝) 11:00〜14:00

秋田県、岩手県、富山県の蔵元より直送!日本酒3種類を飲み比べてみよう!好みは甘め?辛め?すっきり?

対象▶20歳以上
定員▶無し
会場▶たこ焼き こんこん(京島3-52-3)
講師▶一木保宏
材料費▶1,000円(酒・おつまみ代)
持ち物▶無し

アイレクスゴリラズ 京島3-52-3
[受付]080-1301-4341 info.ilexgorillas@gmail.com [受付時間]9:00〜17:00 [休日]無し

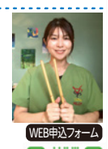
健康

全4講座

健康・身体に関する講座です。身体と心を元気にするコツを教えます。

5 足裏の冷え or ほてりを改善する足揉み体験 健
8/20(水) 8/31(日) 9/28(日) 10:00〜11:00
8/20(水) 9/28(日) 13:00〜14:00

『足裏の地図』を見ながら一緒に足揉み。足裏の冷えやほてりを改善してぐっすり眠れる方法を伝授します!



対象▶どなたでも
定員▶各3名
会場▶HilotTokyo(ヒロットトーキョー)
講師▶村上綾沙美
材料費▶無し
持ち物▶無し
WEB申込フォーム

HilotTokyo(ヒロットトーキョー) 押上1-48-19-301 リバーサイド押上
[受付]asami18692@gmail.com [受付時間]いつでも可 [休日]水・金

6 血管を元気に! 輝く明日へ! 健
8/26(火) 14:00〜15:00 9/6(土) 11:00〜12:00
9/20(土) 17:00〜18:00

血管の健康が全身の健康につながること、血管と深い関係の病気やその予防法を学べます。

対象▶どなたでも
定員▶各15名
会場▶明治安田生命 スカイツリー前営業所
講師▶木村真由美
材料費▶無し
持ち物▶無し

明治安田 スカイツリー前営業所 押上1-1-2 東京スカイツリーイーストタワー17階
[受付]kumie.toshima0212@ad.meijiyasuda.co.jp [受付時間]9:30〜18:30 [休日]土・日・祝

7 正しい足の爪切り講座 &フットケアミニ体験 健
9/1(月) 9/5(金) 9/17(水) 10:00〜11:00
9/27(土) 13:00〜14:00

正しい爪切りを学び、タコ・魚の目のケアをプチ体験!

対象▶どなたでも
定員▶各3組
会場▶巻き爪・フットケアあい
講師▶大野藍
材料費▶100円(ヤスリ代)
持ち物▶爪切り・ヤスリ(ある方)
WEB申込フォーム

巻き爪・フットケアあい 墨田区京島3丁目 (詳細は予約時にお伝えします)
[受付]090-7281-8319 [受付時間]10:00〜19:00 [休日]土・日・祝

8 自分でできる歪みチェック &セルフケア講座 健
8/17(日) 8/24(日) 8/31(日) 10:00〜11:00
9/7(日) 9/14(日) 9/21(日) 9/28(日) 10:00〜11:00

肩こり・腰痛の原因"ゆがみ"を知り、自宅でできるセルフケアを体験できます(筋膜インフレート式)。

対象▶どなたでも
定員▶各6名
会場▶整体サロン Plus L 東向島
講師▶相良達也
材料費▶無し
持ち物▶タオル

整体サロン Plus L 東向島 東向島4-25-15 DWELL101
[受付]03-3610-6015 info@seitai-plusl.com [受付時間]10:00〜21:00 [休日]月・火

学ぶ

全14講座

新しい発見がある講座です。すみだの知識人が人生をすこし豊かにする情報を発信。

9 Made in SUMIDAを知る! 学
8/29(金) 8/30(土) 11:00〜11:30

すみだは、江戸時代からの職人文化と近代工業が発展した「ものづくりのまち」として知られています。そんな「ものづくりのまちすみだ」を知ろう!すみだの「ものづくりの名産品」を揃えた"コネクトすみだ まち処"でMade in SUMIDAの商品を実際に見ながらご紹介。何気なく使っているものが墨田区産なんてことも!

対象▶どなたでも
定員▶各5名
会場▶コネクトすみだ[まち処]
講師▶店舗スタッフ
材料費▶無し
持ち物▶無し

コネクトすみだ[まち処] 向島1-23-9 東京ミズマチE03
[受付]03-6658-5481 [受付時間]10:30〜18:00 [休日]火

10 これ何の形? 名前の漢字のルーツを探ろう! 学
8/16(土) 8/23(土) 8/30(土) 9/6(土) 9/13(土)
9/20(土) 9/27(土) 14:00〜15:00

自分の名前の漢字は、古代文字だったらどんな形かな?ハンコヤが使う重〜い字典で調べて書いてみよう!

対象▶漢字で自分の名前が書ける方
定員▶各2名
会場▶慶文堂
講師▶増澤かんな
材料費▶無し
持ち物▶無し

慶文堂 墨田1-14-23
[受付]annackbd@gmail.com [受付時間]10:00〜17:00 [休日]日・祝

11 名刺は分身! 印象に残る名刺とは? 学
8/20(水) 8/27(水) 9/3(水) 19:30〜21:00

はじめての方も安心!名刺の歴史やデザインの基本、印象に残る名刺の作り方を解説します。

対象▶夜間の開催のため未成年者は参加不可
定員▶各3名
会場▶有限会社エースプリント
講師▶村方龍太
材料費▶無し
持ち物▶筆記用具
WEB申込フォーム

有限会社エースプリント 太平2-16-11-1F
[受付]QRコードより [受付時間]10:00〜18:00 [休日]日・祝

12 知らないと損? ふたつの"そうぞく" 学
8/26(火) 11:00〜12:00 9/6(土) 17:00〜18:00
9/20(土) 14:00〜15:00

あなたの知らないふたつの"そうぞく"とは?今から準備できる事とは?

対象▶どなたでも
定員▶各5名
会場▶明治安田生命 スカイツリー前営業所
講師▶矢田竜也
材料費▶無し
持ち物▶無し

明治安田 スカイツリー前営業所 押上1-1-2 東京スカイツリーイーストタワー17階
[受付]kumie.toshima0212@ad.meijiyasuda.co.jp [受付時間]9:30〜18:30 [休日]土・日・祝

13 被災に備える勉強会2025 学
8/17(日) 8/21(木) 19:00〜20:30

すみだで被災を想定したら何が必要?生き残った後の生活は?わかりやすくリアルに解説していきます。

対象▶どなたでも
定員▶各10名
会場▶ねこづき
講師▶大竹元樹
材料費▶500円(会場で食べる非常食代)
持ち物▶無し
WEB申込フォーム

厚焼きホットケーキのお店「ねこづき」 太平3-14-2
[受付]QRコードより [受付時間]11:00〜17:00 [休日]月・金

14 SNSやWEBサイトは何をやればいい? 学
9/1(月) 9/8(月) 19:00〜20:30

【初級編】集客・求人など今はSNSで行う事も増えました。今更聞けないSNSやWEBサイトのお話です。

対象▶企業向け
定員▶各10名
会場▶現場喫茶
講師▶菊池和貴
材料費▶無し
持ち物▶無し

現場喫茶(株式会社高橋工業) 押上1-45-1
[受付]kikuchi@takahashi-bousui.com [受付時間]10:00〜17:00 [休日]土・日・祝

15 分譲マンションの管理組合向け勉強会 学
9/2(火) 9/9(火) 19:00〜20:30

理事長歴10年の講師が、長期修繕計画など修繕の話をメインに話題の談合から資産価値について話します。

対象▶分譲マンション所有者
定員▶各10名
会場▶株式会社高橋工業
講師▶菊池和貴
材料費▶無し
持ち物▶無し

株式会社高橋工業(現場喫茶) 押上1-45-1
[受付]kikuchi@takahashi-bousui.com [受付時間]10:00〜17:00 [休日]土・日・祝

16 【初級]誰でも簡単 ChatGPT活用講座 学
8/18(月) 8/25(月) 9/1(月) 13:00〜14:00

ChatGPTの基本操作から日常や仕事での活用法までを丁寧に解説。

対象▶どなたでも
定員▶各9名
会場▶こどもひろばアカシア(菊川1-1-11-101)
講師▶福田慎也
材料費▶無し
持ち物▶パソコン・スマートフォン
WEB申込フォーム

CreativePocket株式会社 墨田区菊川1-1-11 プレシャス101
[受付]090-5347-6993 s.fukuda@creativepocket.jp [受付時間]10:00〜17:00 [休日]店舗のスケジュールをご確認ください

17 【20代女性限定】転職・キャリア相談会 学
8/16(土) 17:30〜18:30 19:30〜20:30
8/27(水) 9/15(月祝) 19:30〜20:30

「キャリア×人生×私〜未来戦略Lab〜」ビジョンの描き方、恋愛、就活なんでも気軽に相談OK!

対象▶20代・女性
定員▶各3組
会場▶ANGEL PATRONAGE
講師▶牧野裕美子
材料費▶500円(茶菓子代)
持ち物▶無し
WEB申込フォーム

ANGEL PATRONAGE 両国2-18-4
[受付]QRコードより [受付時間]開始日以降、いつでも可 [休日]土・日

18 小さな居場所のつくり方 学
9/2(火) 19:30〜21:00
8/28(木) 9/23(火祝) 10:00〜11:30

自宅や集会所、空き店舗など、ちょっとしたスペースを使った小さな居場所のつくりかたを学べます。

対象▶どなたでも
定員▶各6名
会場▶よりみち自由室
講師▶山口まこと
材料費▶無し
持ち物▶無し
WEB申込フォーム

よりみち自由室 押上2-28-3
[受付]090-3804-2259 yorimichi-jiyu@ymail.ne.jp [受付時間]24時間 [休日]不定期

19 対話の場のつくり方 学
8/27(水) 10:00〜11:30
9/1(月) 9/17(水) 19:30〜21:00

ワークショップや読書会など、目的に合わせた「対話の場」づくりについて一緒に考えてみましょう!

対象▶どなたでも
定員▶各6名
会場▶よりみち自由室
講師▶山口まこと
材料費▶無し
持ち物▶無し
WEB申込フォーム

よりみち自由室 押上2-28-3
[受付]090-3804-2259 yorimichi-jiyu@ymail.ne.jp [受付時間]24時間 [休日]不定期

20 女性向けAI活用講座! 時短で定時に帰ろう 学
9/9(火) 9/16(火) 19:30〜20:30

ChatGPTで簡単時短!Excelも文章作成もラクラク!AI活用講座。

対象▶女性
定員▶各6名
会場▶すみまめカフェ
講師▶木田・藤巻
材料費▶無し
持ち物▶パソコン
WEB申込フォーム

すみまめカフェ 京島3-39-8
[受付]info@nanoni.online [受付時間]11:00〜17:00 [休日]月・火・木・金

21 保育士に子どもの発達を相談してみよう! 学
8/26(火) 9/2(火) 9/9(火) 9/16(火) 14:00〜15:00

地域で子育て支援施設を運営している保育士に、お子さんの発達について相談してみませんか?

対象▶お子さんのいる保護者の方
定員▶無し
会場▶こどもひろばアカシア
講師▶華井磨耶
材料費▶無し
持ち物▶無し
WEB申込フォーム

こどもひろばアカシア 菊川1-1-11 プレシャス101
[受付]QRコードより [受付時間]10:00〜17:00 [休日]スケジュールをご確認ください

22 小さいお店/会社もホームページを持とう! 学
8/31(日) 15:30〜16:30
※多数の申し込みがあればZOOMにて開催

・今回はホームページをお持ちでない方限定
・企業ホームページの概要と疑問の解消
・リーズナブルサイトとは?

対象▶ホームページをお持ちでない方限定
定員▶8名
会場▶押上文庫(押上3-10-9)
講師▶渡邉翔
材料費▶無し
持ち物▶各自
WEB申込フォーム

デザインスタジオウイング 太平4-20-5
[受付]sumida.biz.info@gmail.com [受付時間]10:00〜17:00 [休日]土・日・祝

体験

全6講座

様々な体験に出会える講座です。目から鱗の体験から生活を楽しくさせる体験まで。

23 楽しい新日本舞踊 験
8/17(日) 13:30〜14:30 15:00〜16:00
8/31(日) 13:30〜14:30 15:00〜16:00

敷居が高いと思われる日本舞踊を身近に!着物じゃなくて、カジュアルな服装で、体験できる新日本舞踊。初めての方でも、楽しく学べる、優しいレッスンです。

対象▶どなたでも
定員▶各5名
会場▶なりひら神明橋集会所一階和室(東平5-6-2)
講師▶新日本舞踊 松若流 家元 松若瑞峰
材料費▶無し
持ち物▶無し

新日本舞踊 松若流
[受付]090-6136-4624 buyoukai007mm@gmail.com [受付時間]10:00〜18:00 [休日]土・日・祝

24 革靴を磨いてみよう 験
8/24(日) 9/21(日) 12:00〜13:00

革靴を長持ちさせるお手入れから光沢の出し方まで、靴磨きが楽しくなる体験をしてみませんか?

対象▶どなたでも
定員▶各3名
会場▶フィボナッチ紳士洋品店
講師▶郷間裕
材料費▶無し
持ち物▶磨きたい革靴

フィボナッチ紳士洋品店 墨田5-4-7
[受付]info@fibonacci.tokyo.jp [受付時間]12:00〜20:00 [休日]木

25 三角折りたたみパズル 験
8/17(日) 13:00〜14:00 14:00〜16:00
8/24(日) 8/31(日) 9/6(土) 9/13(土) 9/20(土) 9/27(土) 19:30〜21:00

オリジナルのパズル台紙を白線で折り畳み圧縮レベルから小学校各学年別に課題をクリアしてゆくパズルです。

対象▶7歳以上
定員▶各8名
会場▶発明家ショップトキメキ
講師▶関場純
材料費▶無し
持ち物▶無し

発明家ショップトキメキ 吾妻橋1-14-7
[受付]03-6658-8092 info@hirameki.co.jp [受付時間]10:00〜18:00 [休日]無し

26 初心者・家族参加歓迎! ボードゲーム体験会 験
8/17(日) 10:00〜11:30
8/25(月) 9/3(水) 19:00〜20:30

家族でもカップルでも、500以上のゲームの中から参加者の好みに合うゲームをセレクトして楽しみましょう。

対象▶どなたでも
定員▶各8名
会場▶よりみち自由室
講師▶山口まこと
材料費▶無し
持ち物▶無し
WEB申込フォーム

よりみち自由室 押上2-28-3
[受付]090-3804-2259 yorimichi-jiyu@ymail.ne.jp [受付時間]10:00〜23:00 [休日]無し

27 投げて、蹴って走っていい汗かきませんか 験
9/15(月祝) 9/23(火祝) 10:00〜11:00 14:00〜15:00

ボールを投げて、取って、走って、蹴っていい汗かいてみませんか?選手が身につけてる道具も触ってみよう!

対象▶どなたでも
定員▶各10名
会場▶キラキラ会館(京島3-52-8)
講師▶一木保宏
材料費▶無し
持ち物▶動ける格好

アイレクスゴリラズ 京島3-52-3
[受付]080-1301-4341 info.ilexgorillas@gmail.com [受付時間]9:00〜17:30 [休日]無し

28 蓄音機を聴いてみよう。 験
8/16(土) 13:00〜14:00 8/31(日) 13:30〜14:30
9/9(火) 15:00〜16:00

アナログの究極の蓄音機で押上文庫が持つ膨大なレコードの中からいろんな分野の音楽をお聴きいただきます。

対象▶どなたでも
定員▶無し
会場▶押上文庫
講師▶竹下文庫
材料費▶500円(蓄音機の針代)
持ち物▶無し

押上文庫 押上3-10-9
[受付]oshiagebunco@gmail.com [受付時間]13:00〜18:00 [休日]月・火

作る

全5講座

作品制作に関する講座です。職人のまちすみだの技術と知識に触れてみましょう。

29 SDGsてづくりおもちゃひろば 学
8/21(木) 8/28(木) 12:30〜13:30
9/4(木) 9/11(木) 9/18(木) 9/25(木) 12:30〜13:30

保育士・おもちゃコンサルタントの先生と一緒に廃材や100均材料などを使っておもちゃを作ろう!

対象▶お子さんのいる保護者の方
定員▶無し
会場▶こどもひろばアカシア
講師▶華井磨耶
材料費▶300円(材料代)
持ち物▶作品を持ち帰る袋
WEB申込フォーム

こどもひろばアカシア 菊川1-1-11 プレシャス101
[受付]QRコードより [受付時間]10:00〜17:00 [休日]スケジュールをご確認ください

30 バルーン(風船)アートを作ってみよう! 作
9/13(土) 11:00〜12:00 13:00〜14:00
9/27(土) 11:00〜12:00 13:00〜14:00

商店街イベントで見かけるバルーンアートを自分の手で作ってみませんか?作品はお持ち帰りいただけます。

対象▶どなたでも
定員▶各3組
会場▶下町人情キラキラ橋商店街事務局
講師▶椎名康博
材料費▶無し
持ち物▶無し

下町人情キラキラ橋商店街事務局 京島3-49-1
[受付]03-3612-2258 [受付時間]10:00〜17:00 [休日]日・祝

31 オリジナルのお菓子パッケージを作ろう! 学
8/23(土) 9/23(火祝) 10:30〜11:30

プロデザイナー直伝!色と模様で気持ちを伝えるデザイン体験ワークショップ!

対象▶小学生(※保護者同伴)
定員▶各6組(1組2名)
会場▶すみまめカフェ
講師▶木田・藤巻
材料費▶100〜300円(材料費)
持ち物▶パソコン
WEB申込フォーム

すみまめカフェ 京島3-39-8
[受付]info@nanoni.online [受付時間]11:00〜17:00 [休日]月・火・木・金

32 香るネイルオイル作り 作
9/3(水) 18:30〜19:30 9/6(土) 11:00〜12:00

高品質なエッセンシャルオイルを使ってネイルオイルを作ります。ぬか漬けとフレーバードリンクの試食付き。

対象▶どなたでも
定員▶各2名
会場▶ぬか漬けと古道具 やまちゃん
講師▶山本由香
材料費▶500円(オイル・材料代)
持ち物▶無し
受付開始日 8/12

ぬか漬けと古道具 やまちゃん 向島3-41-8
[受付]03-6658-5226 [受付時間]13:00〜18:00 [休日]土・日・祝(他不定休あり)

33 デオドラントシートを手作りしてみよう! 作
8/27(水) 18:30〜19:30 8/30(土) 11:00〜12:00

高品質なエッセンシャルオイルを使って汗拭きシートを作ります。ぬか漬けとフレーバードリンクの試食付き。

対象▶どなたでも
定員▶各2名
会場▶ぬか漬けと古道具 やまちゃん
講師▶山本由香
材料費▶500円(オイル・材料代)
持ち物▶無し
受付開始日 8/12

ぬか漬けと古道具 やまちゃん 向島3-41-8
[受付]03-6658-5226 [受付時間]13:00〜18:00 [休日]土・日・祝(他不定休あり)

美容

全1講座

美・綺麗を追求する講座です。外側だけではなく内側からも美しくなれる健康的な内容。

34 毎日スプーン1杯 アマニ油の驚くべきパワー 美
9/15(月祝) 11:00〜12:00 13:00〜14:00
9/23(火祝) 14:00〜15:00

亜麻仁油の基礎知識から、毎日の暮らしへの取り入れ方までを分かりやすく解説します。

対象▶どなたでも
定員▶各4名
会場▶ANGEL PATRONAGE
講師▶村瀬杏奈
材料費▶500円(亜麻仁油・材料代)
持ち物▶無し
WEB申込フォーム

ANGEL PATRONAGE 両国2-18-4 1F
[受付]goutoregym@gmail.com [受付時間]13:00〜19:00 [休日]土・日・祝

親子

全11講座

親子で参加できる講座です。親と子で楽しく有意義な時間を過ごすことができます。

35 親子で始める! ドローン体験からの知育教育 子
9/3(水) 18:30〜20:00

ドローンで親子の絆を深め合い、お子さんの新たな知育教育の可能性を広げる講座と体験会です。

対象▶お子様は2〜12歳まで推奨
定員▶3組
会場▶厚焼きホットケーキのお店「ねこづき」(太平3-14-2)
講師▶橋本ピッツァ
材料費▶無し
持ち物▶無し

ねこづき 太平3-14-2(18:30〜20:30(イベント開催))
[受付]hashimotalk@gmail.com [受付時間]10:00〜18:00 [休日]月・金

36 親子で英語を楽しもう! 子
8/24(日) 10:00〜11:00 14:00〜15:00
9/10(水) 10:00〜11:00 14:00〜15:00

EQWEL式の英語で学びながら、親子一緒に楽しめるイベントです!

対象▶10:00〜11:00(0歳-2歳) 14:00〜15:00(3歳-6歳)
定員▶各3組
会場▶EQWELチャイルドアカデミー両国教室
講師▶岩永・遊馬・小出
材料費▶無し
持ち物▶無し

EQWELチャイルドアカデミー両国教室 両国2-17-17 両国STビル7F
[受付]03-3634-6212 eqwel-ryogoku@outlook.jp [受付時間]9:00〜18:00 [休日]日・月

37 親子で学ぼう!お金のしくみ 子
8/26(火) 17:00〜18:00 9/6(土) 14:00〜15:00
9/20(土) 11:00〜12:00

お金を大切にする大人になるために、今からお金のしくみを学びましょう。

対象▶小学生とその保護者
定員▶各4組
会場▶明治安田生命 スカイツリー前営業所
講師▶矢田竜也
材料費▶無し
持ち物▶無し

明治安田 スカイツリー前営業所 押上1-1-2 東京スカイツリーイーストタワー17階
[受付]kumie.toshima.0212@ad.meijiyasuda.co.jp [受付時間]9:30〜18:30 [休日]土・日・祝

38 親子で護身術! グレイシー柔術体験 子
8/16(土) 8/23(土) 9/6(土) 9/13(土) 15:00〜15:45
8/27(水) 17:00〜17:45

親子でグレイシー柔術を体験!受ける我が子を暴力の犠牲者にしたくない!親子で楽しみながら護身術を体験しよう。

対象▶小学生以上の子供と保護者のペア(両親共に、複数の兄弟も可)
定員▶各回2組(先着順)
会場▶ホイス・グレイシー柔術アカデミー東京
講師▶増澤 Max 慶介
材料費▶無し
持ち物▶ボタンやチャックのついていないトレーナーなどの運動着 飲み物(ペットボトルは持ち帰りください)
WEB申込フォーム

ホイス・グレイシー柔術アカデミー東京 緑4-34-1 野尻ビル1階
[受付]QRコードより [受付時間]10:00〜19:00 [休日]日・祝

39 身近なものを使ってアゲハ蝶を育ててみよう 子
8/24(日) 9/7(日) 10:30〜11:30

アゲハ蝶の卵から羽化までを楽しく学ぶ育成講座!

対象▶どなたでも
定員▶各3組
会場▶巻き爪・フットケアあい
講師▶大野藍
材料費▶無し
持ち物▶無し
WEB申込フォーム

巻き爪・フットケアあい 墨田区京島3丁目 (詳細は予約時にお伝えします)
[受付]090-7281-8319 [受付時間]10:00〜16:00 [休日]土・日・祝

40 初めての子育て! おうちモンテの始め方 子
8/16(土) 13:30〜14:30 15:30〜16:30
9/21(日) 13:30〜14:30 15:30〜16:30

モンテッソーリ教育で非認知能力UP?基本を知って子育てが楽しくなるティータイム勉強会。

対象▶未就学児
定員▶各6組
会場▶両国駅前会館和室(両国2-20-12-101)
講師▶牧野裕美子
材料費▶1,500円(会場代・お菓子代)
持ち物▶無し
WEB申込フォーム

ANGEL PATRONAGE 両国2-18-4
[受付]QRコードより [受付時間]いつでも可 [休日]土・日・祝

41 未来ノートを作ろう! 〜親子で考える未来〜 子
8/23(土) 10:30〜11:30

親子で未来を描きながら学ぶ、夢とお金の体験講座。

対象▶どなたでも
定員▶10組
会場▶第一生命保険株式会社 押上営業オフィス
講師▶村井
材料費▶無し
持ち物▶無し

第一生命保険 押上営業オフィス 吾妻橋3-3-2-6階
[受付]050-3782-2210 [受付時間]9:30〜17:00 [休日]土・日・祝

42 家族会議をしてみよう! 子
8/16(土) 11:00〜12:30 8/27(水) 18:30〜20:00
9/15(月祝) 10:00〜11:30

家庭内の決め事にお子さんの意見は反映されてますか?みんな納得の家族会議をゲーム感覚で体験できます。

対象▶小学4年生以上推奨
定員▶各3組
会場▶よりみちスコーレ
講師▶山口まこと
材料費▶無し
持ち物▶無し
WEB申込フォーム

よりみちスコーレ 押上2-28-3
[受付]090-3804-2259 yorimichi-jiyu@ymail.ne.jp [受付時間]24時間 [休日]不定期

43 自分に合う学習方法を見つけよう! 子
8/20(水) 9/21(日) 10:00〜11:30
9/8(月) 18:30〜20:00

人はそれぞれ情報を処理しやすい感覚(視覚・聴覚など)があります。自分に最適な学習法を見つけましょう!

対象▶小学4年生以上推奨
定員▶各3組
会場▶よりみちスコーレ
講師▶山口まこと
材料費▶無し
持ち物▶無し
WEB申込フォーム

よりみちスコーレ 押上2-28-3
[受付]090-3804-2259 yorimichi-jiyu@ymail.ne.jp [受付時間]24時間 [休日]不定期

44 こどもの強みのみつけ方 子
8/16(土) 9:00〜10:30 8/25(月) 10:00〜11:30
9/10(水) 18:30〜20:00

人は自分の強みには、なかなか気付けないものです。自分の強みを知って、楽に生きる方法を見つけましょう!

対象▶小学4年生以上推奨
定員▶各3組
会場▶よりみちスコーレ
講師▶山口まこと
材料費▶無し
持ち物▶無し
WEB申込フォーム

よりみちスコーレ 押上2-28-3
[受付]090-3804-2259 yorimichi-jiyu@ymail.ne.jp [受付時間]24時間 [休日]不定期

45 【自由研究】クラフトビールってどう作る? 子
8/17(日) 13:00〜14:30

見て触れて学べる!クラフトビールのひみつを解明!エンジェルパトロナージュ×ポパイだから安心。

対象▶小学生の親子
定員▶10組
会場▶麦酒倶楽部ポパイ
講師▶城戸弘隆
材料費▶1,500円(ビール・菓子代)
持ち物▶筆記用具
WEB申込フォーム

麦酒倶楽部ポパイ 両国2-18-7
[受付]QRコードより [受付時間]受付可能日以降いつでも可 [休日]日

コラボ

全5講座

会場の共同利用や複数店舗での共同開催をおこなう講座です。

46 【ポカンロ】10歳までにできるお口の体操 コラボ
8/18(月) 8/25(月) 9/1(月) 11:00〜12:00

遊び感覚で楽しく学べる、子どものためのお口の発達体操講座。子連れでも大歓迎!おむつ替えの場所もご用意あります。

対象▶0〜10歳までのお子様を持つご家庭
定員▶各5組
会場▶こどもひろばアカシア(菊川1-1-11-101)
講師▶福田慎也
材料費▶無し
持ち物▶ハンカチ
WEB申込フォーム

CreativePocket株式会社 墨田区菊川1-1-11 プレシャス101
[受付]090-5347-6993 s.fukuda@creativepocket.jp [受付時間]10:00〜17:00 [休日]店舗のスケジュールをご確認ください

47 未来を見据えた生前整理 断捨離のススメ コラボ
8/30(土) 9/6(土) 16:00〜17:00
9/28(日) 14:00〜15:00

1 生前整理・断捨離の基本知識
2 実践的な整理術
3 カテゴリー別整理のコツ
4 費用

対象▶どなたでも
定員▶各4名
会場▶ぬか漬けと古道具 やまちゃん(向島3-41-8)
講師▶高梨健太郎
材料費▶無し
持ち物▶無し

ねこの手
[受付]090-9389-6495 info@nekonote2222.com [受付時間]8:00〜20:00 [休日]無し

48 時代に左右されない食の選択講座 コラボ
8/26(火) 19:00〜20:00

今の食の選択は将来どんな影響が!?実際に食材を見たり比べたりして何を選ぶかゲームしながら学びます。

対象▶どなたでも
定員▶10名
会場▶厚焼きホットケーキのお店「ねこづき」(太平3-14-2)
講師▶関笑(ビオマイスター)
材料費▶無し
持ち物▶無し
WEB申込フォーム

"家族の未来"をまもるサロン Smile Plus Bio
[受付]090-7392-8706 emi.seki.s@gmail.com [受付時間]24時間 [休日]日・祝

49 レイキ体験講座: 心身を調える日本の智慧 コラボ
8/30(土) 9/6(土) 14:00〜15:00
9/28(日) 11:00〜12:00

大正時代の日本発祥の気功の一種レイキは、いまや世界で数百万人が実践!心身を調える体験をお届けします!

対象▶15歳以上
定員▶各4名
会場▶ぬか漬けと古道具 やまちゃん(向島3-41-8)
講師▶大川真智子
材料費▶500円(気の流れを調える簡易アチューメント代)
持ち物▶無し

たなごころ塾
[受付]tanagokoro.reiki@gmail.com [受付時間]メールにて随時受付 [休日]無し

50 家計簿見直し会 コラボ
9/16(火) 19:00〜20:00

家計簿を見直して、使っていないけど払い続けてるものや、安くで済むものに高く払ってる項目を見つけよう!

対象▶家計に携わる人
定員▶10名
会場▶厚焼きホットケーキのお店「ねこづき」(太平3-14-2)
講師▶関笑
材料費▶無し
持ち物▶家計簿などわかるもの(無くても可)
WEB申込フォーム

"家族の未来"をまもるサロン Smile Plus Bio
[受付]090-7392-8706 emi.seki.s@gmail.com [受付時間]24時間 [休日]日・祝

すみだまちゼミ 公式ホームページ

ゼミ(講座)を選ぶ
チラシから受けたいゼミをお選びください。講座の内容について質問があれば直接お店に問い合わせてみましょう。

お店へ直接申し込む
受けたいゼミのお店に直接お申し込みください。電話、Eメール、WEBなど、お店ごとに申し込み方法が指定されています。対象者や持ち物、材料費などの条件をよくご確認ください。

参加する
時間と場所をお間違えないようご参加ください。
おまちしています!

注意事項

■講座は8種類にわかれています。各講座の色でどのジャンルの講座か区別しています。
■お申し込み・各講座の内