

健康を維持するために 健康寿命UP大作戦!

区では、区民の皆さんの「健康寿命(健康で不自由なく暮らせる期間)」を伸ばして、いつまでも元気に過ごしていただくため、食事(野菜摂取量)と身体活動(歩数)の向上をめざす「健康寿命UP大作戦!」に取り組んでいます。

■「栄養(野菜)摂取量調査」の結果

区民の皆さんが、1日にどのくらいの野菜を食べているかを把握するため、平成28年10月に「栄養(野菜)摂取量調査」を実施しました。

その結果、墨田区の成人の1日あたりの野菜摂取量(推定値)は全体で252.3g(男性235.7g、女性262.9g)と、国が推奨する目標量350gに約100g足りていないことが分かりました。

がんや糖尿病、メタボリックシンドロームなどの生活習慣病を予防・改善するためにも、朝・昼・夕それぞれの食事で今より野菜を「+(プラス)30g」食べるようにしましょう。

【調査対象】28年9月1日現在、区内在住で20歳～59歳の方 **【対象者数】**約1000人 **【有効回答数】**約329人 **【回答率】**約33%

■「すみだウォーキングマップ」の配布

区内を楽しく歩き、健康づくりに役立てていただくため、「すみだウォーキングマップ」を作成しました。マップには区民の皆さんのご意見を基に作った7つのおススメコースと、各コースの見どころや消費カロリー、歩数等を掲載しています。生活習慣病を予防し、健康寿命をUPさせるためには適度な運動を続けることが大切です。マップを活用し、健康づくりに取り組みましょう。

【配布場所】保健計画課(区役所5階)、各出張所・保健センター、区総合体育館(錦糸4-15-1)等 *区ホームページからも出力可

【問合せ】保健計画課健康推進担当 ☎5608-8514

登録時の必要書類等が変わります 社会教育関係団体登録

4月から、社会教育関係団体の新規登録・継続登録時に、これまでの役員名簿に替わり、会員全員の名簿の提出が必要となります。

また、申請書等の提出時に、提出する方の身分証明書(運転免許証・保険証など)の提示が必要

区役所の窓口が混雑する時期に合わせて、臨時窓口を開設します 区役所臨時窓口の開設

【開設日時】4月2日(日)午前9時～午後5時 **【取扱業務等】**下表のとおり

階	課	取扱業務/問合せ先
1階	窓口課	▶住民の異動に関すること、印鑑登録に関すること、マイナンバーに関すること/窓口課住民異動係 ☎5608-6105 ▶住民票・戸籍の証明に関すること、印鑑証明に関すること/窓口課証明係 ☎5608-6104 ▶戸籍届出の相談/窓口課戸籍係 ☎5608-6107
2階	国保年金課	▶国民健康保険の資格取得・喪失、国民健康保険被保険者証の再交付/国保年金課こくほ資格係 ☎5608-6122 ▶国民健康保険料の納付/国保年金課こくほ保険料係 ☎5608-6125
	税務課	▶特別区民税・都民税の納付/税務課税務係 ☎5608-6140 ▶軽自動車税の納付、軽自動車税納税証明書の交付/税務課税務係 ☎5608-6134 ▶特別区民税・都民税の課税(非課税)証明書・納税証明書の交付/税務課税務係 ☎5608-6008 ▶特別区民税・都民税の納付相談/税務課納税係 ☎5608-6142
4階	子育て支援課	▶乳幼児医療証・子ども医療証の交付、児童手当の申請相談/子育て支援課児童手当・医療助成係 ☎5608-6160

●他の区市町村や関係機関への確認等を必要とする手続については、取り扱うことができない場合があります。詳しくは、あらかじめ平日の午前8時半～午後5時に各係へお問い合わせください。
●税証明書は、未申告の場合、交付できません。また、納税証明書には、最近1か月以内の納税額が反映されていない場合がありますが、領収書(コピー不可)をお持ちいただければ、証明書に反映できます。

となります。詳細は問い合わせるか、区ホームページをご覧ください。

【問合せ】生涯学習課生涯学習担当 ☎5608-6309 *申請書や会員名簿等の様式は、区ホームページから出力可

月曜日の開館時間を延長します 緑・立花・八広図書館

4月から、緑図書館(緑2-24-5)・立花図書館(立花6-8-1-101)・八広図書館(八広5-10-1-104)の月曜日の開館時間を、午後8時まで延長します。ぜひ、ご利用ください。

【4月からの緑・立花・八広図書館の開館時間】月曜日～土曜日の午前9時～午後8時 *日曜日・祝日は午前9時～午後5時 **【問合せ】**▶緑図書館 ☎3631-4621 ▶立花図書館 ☎3618-2620 ▶八広図書館 ☎3616-0846

10月1日から変更します ごみ処理手数料

10月1日から、ごみ処理手数料が1kgあたり40円(現在は36.5円)となります。これに伴い、事業系有料ごみ処理券の料金が変わります。変更後の料金のごみ処理券は10月1日から販売します。なお、現在お持ちのごみ処理券は10月31日までにご使用ください。

また、粗大ごみも処理手数料が10月1日から変更となります。ただし、現在の粗大ごみ処理券は今までどおり使用することができます。詳細はお問い合わせください。

【問合せ】すみだ清掃事務所 ☎5608-6213

利用の際は、ご注意ください 東駒形集会所

7月3日(月)から、東駒形集会所(東駒形4-14-1・東駒形コミュニティ会館内)の利用時間帯の一部を、学童クラブ室として使用しますので、集会所をご利用の際はご注意ください。

なお、学童クラブ室として使用する時間帯は、小学校の授業日によって変わりますので、詳細はお問い合わせください。

【問合せ】▶区民活動推進課区民活動推進担当 ☎5608-6200 ▶東駒形コミュニティ会館 ☎3623-1141

区ホームページ等でも配信します 墨田区防災行政無線

墨田区防災行政無線システムのデジタル化に伴い、4月1日から、防災行政無線で放送する内容を、区ホームページや区公式フェイスブック・ツイッター、緊急速報エリアメールでも同時にご確認いただけるようになります。詳細は問い合わせるか、区ホームページをご覧ください。

【問合せ】防災課防災係 ☎5608-6206

変更しますので、ご注意ください 区内循環バス停留所

■停留所の名称変更

停留所の名称を下表のとおり変更します。

ルート	旧停留所名称	新停留所名称
北東部	⑤すみだ中小企業センター前(香取神社入口)	⑤緑と花の学習園・香取神社入口
	⑥吾嬬神社入口	⑥吾嬬神社入口・明源寺前
南部	②⑥本所吾妻橋駅北(源森橋)	②⑥本所吾妻橋駅北(清雄寺入口)

■停留所の廃止・新設

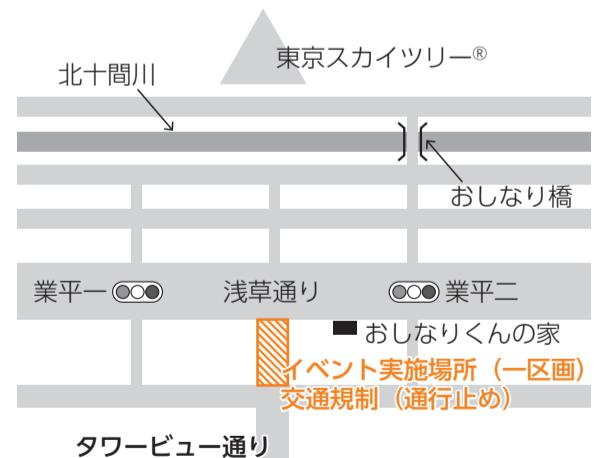
白鬚橋病院が東武スカイツリーライン曳舟駅前に移転することに伴い、北西部ルート14番「白鬚橋病院」停留所を廃止し、新たに北西部ルート14番として「セイコーミュージアム前・法泉寺入口(東向島3-9-7先)」停留所を新設します。この廃止・新設作業を行うため、3月31日(金)は北西部ルート14番停留所には停車しませんので、ご注意ください。

【変更・新設日】4月1日(土) **【問合せ】**観光課観光担当 ☎5608-6500


交通規制にご協力ください おしなり街角スカイカフェ

地元商店街と区が協力し、タワービュー通りの一部等を活用して実施する「おしなり街角スカイカフェ」の開催に伴い、交通規制を行います。

【交通規制の日程】3月26日(日)午前9時～午後5時 *催しは午前10時～午後4時に実施 *雨天中止 **【催しの内容】**オープンカフェ、ご当地キャラクターのステージ、ミニライブ等 **【問合せ】**産業経済課産業振興担当 ☎5608-6186



区の世帯と人口(3月1日現在)

世帯	14万5016 (+139)	
人口	26万5365 (+166)	
男	13万1834 (+74)	
女	13万3531 (+92)	*住民基本台帳による *()内は前月比