

墨田区のお知らせ

No.2152

2025年
(令和7年)

8/21

毎月1日・11日・21日発行

◆2面以降の主な内容

2・3面・・・高齢者等家賃等債務保証
制度等

3～6面・・・講座・教室・催し・募集



ひと、つながる。

墨田区

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT
GOALS

墨田区は持続可能な開発目標(SDGs)を支援しています。

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

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

備えていますか？ ペット防災



飼い主の皆さん、災害時にペットと一緒に避難する準備はしていますか？

区内の全ての指定避難所は、ペットを連れて避難する「同行避難」ができますが、人とペットは分かれて生活します。そのため、ペットの飼い主同士が協力し、避難所に配置される設営キットを使って、自分たちで動物救護所(ペット用スペース)を開設・運営する必要があります。なお、大きな動物や危険な動物、特別な管理が必要な動物は受入れできないため、事前に預け先を探しておきましょう。

【問合せ】生活衛生課生活環境係(横川5-7-4すみだ保健子育て総合センター2階) ☎5608-6939

各避難所に「動物救護所(ペット用スペース)設営キット」を配置します

8月末～9月中旬に、災害時の避難所となる施設へ、動物救護所を開設するための「動物救護所(ペット用スペース)設営キット」を配置します。キットの内容は、ブルーシートやペン、テープ等の



事務用品と清掃用品です。餌は含まれないため、普段から準備しておくことが特に重要です。右記のチェックリストを使って、災害時でもペットが安心して過ごせるように備えましょう。

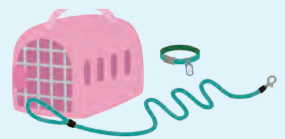
準備があると
安心だね。
ご主人、
ありがとう！

チェック！

身元表示
していますか？適切なしつけ
していますか？

ペットの防災用品チェックリスト

災害時には、ペット用品も手に入りにくくなります。ペットの命を守るため、日頃から準備しましょう。また、すぐに持ち出せる場所での保管も大切です。

☐ キャリーケース、ケージ(おり)
避難所でのペットハウスになります。☐ 首輪、リード(ひも)、ハーネス☐ 最低5日分(できれば7日分)の餌と水☐ 食器、水入れボウル☐ トイレ用品(ふん取り袋、ペットシート、猫砂)☐ 常備薬、救急用品☐ 飼い主と一緒に映った写真
はぐれてしまったときに役立ちます。

開催予定のイベント

「動物たちの写真展」の写真募集

条件 四つ切り(254mm×305mm)程度の写真または電子データ(3MB以下、JPEG形式)で、合成加工等をしていないもの

申込み 区HPを参照

期限 8月29日(必着) *写真は原則1人1点まで(返却不可) *写真は、区の事業や広報活動等に使用する場合があります



「動物たちの写真展」

とき 9月19日(金)～25日(木)の午前8時半～午後9時 *初日は正午～、最終日は正午まで

ところ 区役所1階アトリウム

費用 無料

申込み 期間中、直接会場へ *展示写真は区HPでも閲覧可 *期間中、区HPで展示写真の人気投票を実施(投票結果は後日、区HPと問合せ先で発表)

犬のしつけ方教室

とき 10月26日(日) 午後1時半～4時
ところ すみだ生涯学習センター(東向島2-38-7)

定員 先着100人 *ペットを連れての参加は不可

費用 無料

申込み 詳細は本紙9月11日号に掲載予定



エスディージーズ

SDGsは、私たちがこの地球で暮らし続けていくために、2030年(令和12年)までに達成をめざす世界共通の17の目標です。1面に掲載する事業がめざす目標をアイコンでお知らせします。

3 すべての人に
健康と福祉を11 住み続けられる
まちづくりを



初回保証料の一部を助成します 高齢者等家賃等債務保証制度

高齢者世帯等が民間賃貸住宅に入居した際、保証会社に支払う初回保証料のうち半額を助成します(最大3万円)。ただし、更新時の保証料を除きます。

【対象】次のいずれかに該当する世帯▶65歳以上の一人暮らしである ▶65歳以上の方を含み、全ての世帯員が60歳以上の方で構成される ▶身体障害者手帳1級～4級、精神障害者保健福祉手帳1級～3級、愛の手帳1度～3度をお持ちの方がいる ▶18歳未満の児童を扶養するひとり親である**【要件】**次の全ての要件を満たす方▶区内に1年以上居住している ▶区内の民間賃貸住宅へ転居する ▶緊急連絡先(親族、知人等)がある ▶保証人がいない ▶生活保護法に規定する扶助、または「中国残留邦人等の円滑な帰国の促進並びに永住帰国した中国残留邦人等及び特定配偶者の自立の支援に関する法律」に規定する給付を受けていない ▶区が定める条件を保証会社が満たしている**【申込み】**随時、直接、住宅課居住支援担当(区役所9階) ☎5608-2816へ *詳細は区HPを参照



立ち退きなどで住宅にお困りの方へ 高齢者等住宅あっせん事業

立ち退きなどのため住宅に困っている方に、民間賃貸住宅への入居を支援します。

【対象】次のいずれかに該当する世帯▶65歳以上の一人暮らしである ▶65歳以上の方を含み、全ての世帯員が60歳以上の方で構成される ▶身体障害者手帳1級～4級、精神障害者保健福祉手帳1級～3級、愛の手帳1度～3度をお持ちの方がいる ▶18歳未満の児童を扶養するひとり親である**【要件】**次の全ての要件を満たす方▶家賃の支払いができる ▶区内に1年以上居住している ▶立ち退き等を要求され、住宅に困っている▶自力で日常生活を送れる ▶緊急連絡先がある**【申込み】**随時、直接、住宅課居住支援担当(区役所9階) ☎5608-2816へ *詳細は区HPを参照



最新号を発行しました 墨田区男女共同参画情報誌 「すみなか」

男女共同参画情報誌「すみなか」の最新号の特集は、「アンコンシャス・バイアス 無意識の思い込み」です。無料で配布していますので、ぜひ、ご覧ください。

【配布場所】すみだ共生社会推進センター(押上2-12-7-111)、区民情報コーナー(区役所1階)、各出張所・図書館ほか *区HPでも閲覧可**【問合せ】**すみだ共生社会推進センター☎5608-1771



巻頭インタビューは、タレントの関根麻里氏

区の世帯と人口(8月1日現在)

世帯	17万2061 (+157)
人口	28万8743 (+187)
男	14万2016 (+20)
女	14万6727 (+167)



*住民基本台帳による
*()内は前月比



協定を締結しました 自殺対策SNS等地域連携 包括支援事業

区は4月に、自殺対策支援センターライフリンクと自殺対策SNS等地域連携包括支援事業における「連携自治体事業」協定を締結しました。今後、自殺対策の取組を更に推進していきます。詳細は区HPをご覧ください。



■自殺対策企画展示「そこにいるのがつらいなら“かくれてしまえばいいのです”もうひとつの居場所」
“生きるのがしんどい人”のためのウェブサイト「かくれてしまえばいいのです」の紹介展示等を行います。

【とき】8月22日(金)～9月17日(水)の開館時間中**【ところ】**ひきふね図書館(京島1-36-5)**【費用】**無料**【申込み】**期間中、直接会場へ



【問合せ】保健予防課保健予防係☎5608-6506



手続のご案内を送付します 避難行動要支援者名簿

災害発生時や、災害が発生するおそれがあるときに備え、避難の支援が必要な方(避難行動要支援者)の名簿を作成し、平時から避難支援等関係者(区内の警察署・消防署・消防団・民生委員・社会福祉協議会)に情報提供を行っています。新しく対象となる方に、平時の情報提供の意向確認書を送付しますので、内容を確認し、9月12日(必着)までにご返送ください。

【対象】7月1日時点で、次のいずれかに該当する方▶世帯全員が75歳以上である(一人暮らしを含む)▶要介護3～5の認定を受けている(施設入所者を除く)▶第1種身体障害者または第1種知的障害者である 等**【問合せ】**▶コールセンター☎5608-1180 *受け付けは9月19日まで▶防災課防災係☎5608-6206 *詳細は区HPを参照



ご利用ください 墨田区若年がん患者在宅療 養支援事業

39歳以下のがん患者が住み慣れた環境で安心して療養生活を送れるように、在宅介護サービスや福祉用具貸与等の在宅療養に掛かる費用の一部を助成します。また、区と協定を結んだ事業者のケアマネジャーがケアプランの作成等を行います。支援内容や申込み等の詳細は問い合わせるか、区HPをご覧ください。



【対象】次の全てに該当する方▶申請時点で墨田区に住民登録がある▶39歳以下である▶がん患者(介護保険制度で特定疾病としてのがんを原因に認定を受ける場合と同等の状態)である▶ほかの制度では同等の助成・給付を受けられない**【問合せ】**健康推進課地域保健担当☎5608-8514



ご注意ください すみだ郷土文化資料館の臨 時休館

すみだ郷土文化資料館(向島2-3-5)は、貴重な資料を虫害などから守る殺虫消毒等を行うため、9月8日(月)～11日(木)の間休館します。

【問合せ】すみだ郷土文化資料館☎5619-7034



一人で悩まないで 全国一斉「こどもの人権相談」 強化週間

学校でのいじめや体罰、不登校、家庭内での虐待など、学校生活や日常生活で悩みがある方は、一人で悩まず相談してください。保護者等からの相談も受け付けています。秘密は厳守します。下記の強化週間中は時間を延長して電話相談を受け付けます。



また、「LINE じんけん相談」でも相談できます。詳細は法務省HPをご覧ください。

【相談先】こどもの人権110番ダイヤル☎0120-007-110**【強化週間中の受付時間】**8月27日(水)～9月2日(火)の▶月曜日～金曜日＝午前8時半～午後7時▶土・日曜日＝午前10時～午後5時 *強化週間以外は、月曜日～金曜日の午前8時半～午後5時15分**【問合せ】**東京法務局人権擁護部第二課☎0570-011-000**【担当課】**すみだ人権同和・男女共同参画事務所



ご利用ください すみだ就職相談室

すみだ就職相談室(区役所1階)では、就職支援コーナーすみだと、就職・仕事カウンセリングルームを開設しています。

■就職支援コーナーすみだ

【内容】ハローワークの求人検索、就職相談、職業紹介**【とき】**月曜日～金曜日の午前9時～午後5時 *祝休日を除く**【申込み】**当日直接会場へ

■就職・仕事カウンセリングルーム

【内容】39歳以下の方とその家族や、子育て世代等の女性向けのキャリアカウンセリング、応募書類の添削、面接対策等**【とき】**月・火・木・金曜日午後1時～5時、水曜日午後3時～7時 *祝休日を除く**【申込み】**事前にオンライン申請



【ところ】すみだ就職相談室(区役所1階)**【費用】**無料**【問合せ】**▶就職支援コーナーすみだ☎5608-6298▶就職・仕事カウンセリングルーム☎5608-6834▶経営支援課経営支援担当☎5608-6185 *詳細は区HPを参照



12月22日まで受け付けています 令和7年トカラ列島近海を 震源とする地震災害義援金

トカラ列島近海を震源とする地震で被災された方を支援するため、義援金を受け付けています。お預かりした義援金は、日本赤十字社を通じて、全額を被災地に送金します。

【受付期間】12月22日(月)まで**【口座振替・振り込みでの受け付け】**▶ゆうちょ銀行＝00180-9-393290 *口座加入者名は「日赤R7トカラ地震義援金」 *受領証を希望する方は、通信欄に「受領証希望」と記載のうえ、氏名・住所・電話番号を記載▶三井住友銀行すずらん支店＝2787526▶三菱UFJ銀行やまびこ支店＝2105521▶みずほ銀行クヌギ支店＝0620707 *いずれも普通預金口座で、名義は「日本赤十字社」 *振込手数料が掛かる場合あり *詳細は日本赤十字社HPを参照**【窓口での受け付け】**義援金を持って直接、問合せ先へ**【問合せ】**地域活動推進課地域活動推進担当(区役所14階)☎5608-6705

ご注意ください

税・健康保険の各種手続の一時停止

住民情報システムの更新作業の実施に伴い、作業期間中は、区税の申告等の一部手続の受け付けを休止します。また、一定の期間、国民健康保険の療養費等の支払いが遅れることがあります。対象となる業務や影響がある期間の詳細は区HPをご覧ください。

【問合せ】▶税＝税務課税務係 ☎5608－6008
▶健康保険＝国保年金課こくほ庶務係 ☎5608－6120

ご注意ください

日曜窓口の休止

9月14日(日)はシステム改修作業のため、毎月第2・4日曜日に実施している日曜窓口(一部業務の窓口開設)を休止します。詳細は区HPをご覧ください。

【問合せ】▶住民異動届・住民票等＝戸籍・住民票

コールセンター☎5608－6912 ▶マイナンバー＝マイナンバーカードコールセンター☎5608－6370 ▶国民健康保険の資格取得・喪失＝国保年金課こくほ資格係☎5608－6121 ▶国民健康保険料の納付＝国保年金課こくほ保険料係☎5608－6126 ▶住民税等の納付・証明＝税務課税務係☎5608－6008 ▶子ども医療証の交付、児童手当の相談＝子育て支援課児童手当・医療助成係☎5608－6160**【担当課】**行政経営担当

納期限は9月1日です

特別区民税・都民税・森林環境税(第2期分)

令和7年度特別区民税・都民税・森林環境税(普通徴収分)第2期分の納期限は9月1日(月)です。納期限までに税務課(区役所2階)、各出張所・金融機関・コンビニエンスストア、モバイルレジ、スマートフォン決済アプリで納付をお願いします。また、インターネット経由でクレジットカード納付も可能です。口座振替の場合は9月1日が振替日(引き落とし日)のため、前日までに入金してください。なお、これか

ら口座振替を申し込む方は、第3期分から引き落としを開始します。詳細は区HPをご覧ください。

【問合せ】▶税額＝税務課課税係☎5608－6135
▶納付方法等＝税務課税務係☎5608－6133
▶納税相談＝税務課納税係☎5608－6142

届出等が必要です

飲料用自動販売機の設置の届出と回収容器の設置

空き缶等の再利用を促進し、地域を清潔に保つため、飲料用自動販売機(以下、自販機)の管理者等には、自販機の設置の届出と回収容器の設置が義務付けられています。区に自販機の設置を届け出ていない場合や届出内容に変更があった場合は、必ず届け出てください。

届出後は、区が交付する「届出済証」を自販機の見やすい位置に貼付し、回収容器を必ず設置してください。

【問合せ】すみだ清掃事務所分室☎3613－2229

年 月 日
第 号

墨田区地産物の減価及び処理に関する条例
第12条の規定による

届 出 済 証

市 場 所
番 号
電話番号

墨田区

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

担

=担当課

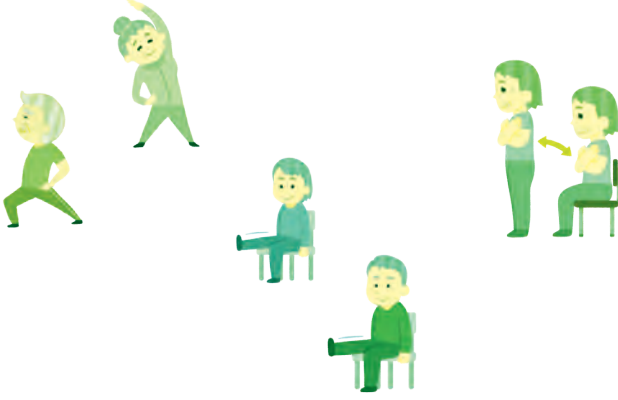
区分	名称	とき	ところ	対象・定員・費用・申込み・問合せ等
暮らし	司法書士による法律(登記等)相談	8年3月26日までの木曜日 午後2時～4時 *祝休日、 年末年始を除く	すみだ区民相談室(区 役所1階)	内 不動産や会社の登記、相続、遺言、成年後見制度等の相談 定 各先着 8組 費 無料 申 相談日の2週間前(土・日曜日、祝休日、年末年始の 場合は翌開庁日)から電話で、すみだ区民相談室☎5608-1616へ
	行政書士によるくらしと事業の 手続相談	8年3月31日までの火曜日 午後1時～4時 *祝休日、 年末年始を除く	区民相談コーナー(区 役所1階)	内 遺言・相続手続、許認可・ビザ申請、パートナーシップ、マイナンバー カード、事業承継、成年後見制度等の相談 費 無料 申 当日直接会場 へ 問 ▶すみだ区民相談室☎5608-1616▶東京都行政書士会墨田 支部☎080-3596-7830
	税理士による税務相談	8月28日、9月11・25日いづれ も木曜日午後1時～4時 *第 2・4木曜日に開催(祝休日、年 末年始、8年3月12日を除く)	すみだ区民相談室(区 役所1階)	内 税金に関する相談 定 各先着5組 費 無料 申 希望日の前 月1日(土・日曜日、祝休日、年末年始の場合は翌開庁日)から 電話で、すみだ区民相談室☎5608-1616へ
	すみだ防災フェア2025「Let's 防災! “備えて安心”」	9月1日(月)～7日(日)の午 前9時～午後5時 *初日は午 後1時～、最終日は正午まで	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 防災に関するパネル展示や関係機関の取組の紹介、防災に関する体 験【協力】▶1日=本所消防署▶2日=東京都総務局総合防災部防災 計画課▶3日=墨田区復興支援組織▶4日=東京土建墨田支部・自 主防災組織「ハンマーズ」▶5日=墨田区防災士ネットワーク協議会 ▶6日=東京都住宅政策本部民間住宅部マンション課 費 無料 申 期 間中、直接会場へ 問 防災課防災係☎5608-6206
	▶初期消火AR体験	9月1日(月)午後1時半～3時半		
	▶風水害VR体験“マイタイム ラインを作ろう”	9月2日(火)正午～午後4時		
	▶見て納得!地震の揺れと液 状化体験	9月3日(水)正午～午後4時		
	▶防災体験型ゲームで学ぼう!	9月4日(木)午後1時～5時		
	▶防災資器材組み立ての実演 と体験	9月5日(金)午前10時～午 後4時		
	▶東京とどまるマンション補 助金相談コーナー	9月6日(土)午前9時半～ 正午		
社会保険労務士による年金・労 務相談	9月3日(水)・17日(水)午 後1時～4時半 *第1・3水 曜日に開催(祝休日、年末年 始を除く)	区民相談コーナー(区 役所1階)	内 人事・労務管理、社会保険制度、労務問題全般に関する相談 費 無 料 申 当日直接会場へ 問 ▶すみだ区民相談室☎5608-1616 ▶東京都社会保険労務士会墨田支部☎5638-6080	
町会・自治会広報活動PR展「ま ちの話題で心がほっこり!わがま ち広報室」	9月4日(木)～9日(火)の 午前8時半～午後5時15分 *最終日は午後3時まで	区役所1階アトリウム	内 町会・自治会が作成した、活動の内容や魅力が分かる広報紙などの パネル展示 費 無料 申 期間中、直接会場へ 問 地域活動推進課地域 活動推進担当☎5608-6200	
“日常生活で抱える問題にアドバ イスします”4土業による合同相 談会	9月5日(金)午後1時～4時	区民相談コーナー(区 役所1階)、区役所1階 アトリウム	内 行政書士、司法書士、税理士、社会保険労務士による合同相談会 費 無料 申 当日直接会場へ 問 ▶すみだ区民相談室☎5608-1616 ▶東京都行政書士会墨田支部☎080-3596-7830	
美顔塾	9月12日(金)午後2時～3 時半	本所地域プラザ(本所 1-13-4)	内 夏の終わりに適したスキンケアや自分らしいアイメイクを学ぶ 定 先着 10人 費 500円(材料費) 申 事前に本所地域プラザ☎6658-4601 へ *受け付けは9月8日までの午前9時～午後8時 担 地域活動推進課	
空き家にしない!空き家を活か す!空き家の活用と相続対策セ ミナー&相談会 東京都空き家 フォーラムin墨田	9月13日(土)▶セミナー1 =午前10時半～11時半 ▶セミナー2=午後1時～2 時 *個別相談会も実施 (午前10時～午後3時)	すみだリバーサイド ホール1階会議室(区役 所に併設)	【テーマ】 ▶セミナー1=「自宅や実家を空き家にしない!世代をつなぐ不動 産活用法」▶セミナー2=「人任せは厳禁!!“空き家”“空き室”を売るとき の注意点」 対 空き家所有者・予定者 *区内在住の方、区内の空き家 所有者を優先 定 ▶セミナー=各先着30人 費 無料 申 8月21日午前 10時からオンライン申請、電話で、ネクスト・アイズ株式会社 ☎0120-406-212へ *個別相談会は空きがあれば当日会 場でも申込み可(空きがない場合は後日) 担 安全支援課	

講座・教室・催し				
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	吾孀の里 料理教室(各全4回)	▶水曜クラス＝9月17日、10月15日、11月19日、12月17日いずれも水曜日午前10時～午後1時 ▶木曜クラス＝9月25日、10月23日、11月27日、12月25日いずれも木曜日午前10時～午後1時	八広地域プラザ(八広4-35-17)	内 季節感がある家庭料理を作る 対 16歳以上の方 定 各先着15人 費 各6400円(材料費込み) 持 エプロン、三角巾(バンダナ等も可)、マスク、布巾、手拭きタオル 申 事前に八広地域プラザ☎6657-0471へ * 受け付けは9月10日までの午前9時～午後8時 担 地域活動推進課  
	地域活動スキルアップ講座(全2回) 	10月5日(日)・12日(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 地域活動に役立つグラフィックレコーディング(会議や講演を視覚的にリアルタイムで記録する手法)を学ぶ 定 20人(抽選) * 区内在住在勤在学の方を優先 費 500円 申 オンライン申請か、講座名・氏名(ふりがな)・住所・年齢・電話番号を往復はがきで、9月26日(必着)までに、すみだ生涯学習センター事業課(〒131-0032東向島2-38-7)☎5247-2010へ 担 地域活動推進課 
 健康・福祉	スマートフォンの疑問や不安についての相談会	8月22日(金)・27日(水)、9月3日(水)午前9時半～午後4時半 * 午後0時半～1時半を除く * 相談時間は1人30分以内	▶8月22日＝区民相談コーナー(区役所1階) ▶8月27日、9月3日＝すみだ生涯学習センター(東向島2-38-7)	対 60歳以上の方 定 各日先着22人 費 無料 申 当日直接会場へ 問 スマートフォン普及啓発事業事務局☎6374-7746 * 受け付けは月曜日～金曜日の午前9時～午後5時 担 高齢者福祉課
	ユートリヤで健康な体になろう！ 	▶ヨーガ＝9月1日(月)・29日(月)午後3時半～4時半 ▶ボイスエクササイズ＆テクニック＝9月5日(金)・19日(金)午後2時20分～4時 ▶太極拳＝9月18日(木)午後2時～3時半	すみだ生涯学習センター(東向島2-38-7)	内 初級者向け健康講座 対 16歳以上の方 定 ▶ヨーガ＝各先着24人 ▶その他＝各先着30人 費 ▶ヨーガ＝各700円 ▶ボイスエクササイズ＆テクニック＝各1200円 ▶太極拳＝1000円 申 事前にオンライン申請か、直接または電話で、すみだ生涯学習センター事業課☎5247-2010へ * 空きがあれば当日会場でも申込み可 * 動きやすい服装で参加 担 地域活動推進課 
	男性介護者教室「認知症と診断されたら、薬は？これからの生活は？」	9月4日(木)午後1時半～3時半	すみだ福祉保健センター(向島3-36-7)	内 認知症の症状・治療方法や安心して過ごすためのヒントを学び、参加者同士で情報や思いを共有する 対 区内在住の男性 費 無料 申 事前に、うめわか高齢者支援総合センター(墨田1-4-4・シルバープラザ梅若内)☎5630-6541へ 担 高齢者福祉課
	ふくの会(なりひら認知症家族会)	9月6日(土)午後1時半～3時半	なりひらホーム(業平5-6-2)	内 悩みの共有、情報交換 対 区内在住で認知症の家族を介護している方 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 担 高齢者福祉課
	健康フェア	9月9日(火)	立花ゆうゆう館(立花6-8-1-102)	内 ▶認知症サポーター養成講座＝認知症の方のサポーターになるために、認知症の知識と認知症の方への理解を深める ▶出張プラットフォーム＝生活の悩みを相談する ▶顔ツボ＝ベトナム医道ディエンチャンの施術師によるセラピーを受ける 対 区内在住で60歳以上の方 定 ▶すみだ花体操＝各20人 ▶カラオケ＝各15人 ▶歩いて健康チェック＝20人 ▶認知症サポーター養成講座＝5人 ▶顔ツボ＝各8人 ▶脳トレサロン＝予約席15人、当日席15人 ▶卓球・ボッチャ体験＝10人 ▶体力測定＝20人 * いずれも先着 費 無料 * 購入費は自己負担 持 個人登録証(お持ちでない方は本人確認書類) * 栄養士による健康相談は筆記用具、薬剤師によるお薬相談はお薬手帳・検査結果等のデータも持参 * すみだ花体操、歩いて健康チェック、体力測定は、動きやすい服装で参加 申 ▶顔ツボ、脳トレサロン＝事前に問合せ先へ ▶その他＝当日直接会場へ 問 立花ゆうゆう館☎3613-3911 * 受け付けは午前9時～午後5時 担 高齢者福祉課 
	▶すみだ花体操	▶午前9時半～9時45分 ▶午前9時45分～10時		
	▶カラオケ	▶午前9時半～正午 ▶午後1時～4時		
	▶栄養士による健康相談	▶午前9時半～正午 ▶午後1時半～4時		
	▶薬剤師によるお薬相談			
	▶歩いて健康チェック	午前10時～11時半		
	▶認知症サポーター養成講座			
	▶出張プラットフォーム(包括)	▶午前10時～正午 ▶午後1時～3時		
	▶顔ツボ	▶午前10時～正午 ▶午後1時半～3時半 * 1人15分		
	▶脳トレサロン	午前11時～11時45分		
	▶焼き菓子の販売(さんさん会)	午前11時～午後2時		
	▶卓球・ボッチャ体験	午後1時～4時		
	▶体力測定	午後1時半～3時半 * 1人15分		
	吾孀の里 健康教室「フレイル予防体操」“たのしく そなえる 元気な未来”	9月14日(日)午前10時～11時半	八広地域プラザ(八広4-35-17)	内 加齢に伴う体力低下を予防するためのトレーニング方法を学ぶ 定 先着20人 費 無料 持 飲物 * 動きやすい服装で参加 申 事前に八広地域プラザ☎6657-0471へ * 受け付けは9月12日までの午前9時～午後8時 担 地域活動推進課
	笑顔でつながる認知症本人の会	9月16日(火)午後2時～3時	すみだリバーサイドホール1階会議室(区役所に併設)	内 認知症の方同士で普段の出来事や趣味を共有し、日頃の思いや希望を語り合う 対 認知症の方 * 家族の同伴可 費 無料 持 飲物 申 事前に電話で、高齢者福祉課地域支援係☎5608-6178へ
	“調理実習あり”毎日10分の簡単な運動と食事でカラダとココロを健康に!!すみだテイクテン教室(全9回)	9月16日～11月18日の火曜日午後2時～3時半 * 9月23日を除く	すみだ共生社会推進センター(押上2-12-7-111)	内 フレイル予防のための軽い運動と調理実習 * 受講後も継続した介護予防活動を行うためのサポートあり 対 区内在住で65歳以上の本教室未受講者 定 25人(抽選) 費 無料 持 筆記用具 * 動きやすい服装で参加 申 氏名・住所・電話番号を直接または電話、ファクス、Eメールで、9月5日までに高齢者福祉課地域支援係(区役所4階)☎5608-6178・FAX5608-6404・✉kourei hukusi@city.sumida.lg.jpへ
	認知症健康教室「医師から学ぶ“認知症治療の今とこれから”」	9月17日(水)午後2時～3時半	すみだ福祉保健センター(向島3-36-7)	内 認知症の基礎知識や治療の現状、早期診断の大切さを学ぶ 対 区内在住在勤の方 定 先着15人 費 無料 申 事前に、こうめ高齢者支援総合センター(すみだ福祉保健センター内)☎3625-6541へ 担 高齢者福祉課

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 担＝担当課



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	認知症普及啓発講座「栄養と認知症予防」	9月30日(火)午後2時～3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)	内 認知症予防を栄養学の観点から学び、食生活を考える 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 担 高齢者福祉課
	介護予防サポーターによる「げんき応援教室(後期)」(各全10回)	10月～8年3月		内 介護予防体操、脳トレ、体力測定等を行う *受講後は自主グループとしての継続をめざす 対 区内在住の65歳以上で、医師から運動を制限されていない方 *初参加者を優先 *ほかにも要件あり 定 ▶本所地域プラザ・立花四丁目集会所・八広はなみずき高齢者支援総合センター実施分＝各20人(抽選) ▶その他＝各15人(抽選) 費 無料 申 教室名・希望会場(1人1会場のみ)・氏名・住所・年齢・電話番号を直接または電話、ファクスで、9月11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
	▶みどり高齢者支援総合センター実施分	第2・4水曜日午前10時～11時	みどり高齢者支援総合センター(緑1-11-2両国M-1Garden2階)	
	▶梅若橋コミュニティ会館実施分	第2・4木曜日午前10時～11時	梅若橋コミュニティ会館(堤通2-9-1)	
	▶すみだ共生社会推進センター実施分	第2・4木曜日午後2時～3時	すみだ共生社会推進センター(押上2-12-7-111)	
	▶すみだ生涯学習センター実施分	第2・4金曜日午前10時～11時	すみだ生涯学習センター(東向島2-38-7)	
	▶本所地域プラザ実施分	第2・4月曜日午前10時～11時	本所地域プラザ(本所1-13-4)	
	▶立花四丁目集会所実施分	第2・4火曜日午後2時～3時	立花四丁目集会所(立花4-8-10)	
 子育て・教育	▶八広はなみずき高齢者支援総合センター実施分		八広はなみずき高齢者支援総合センター(八広5-18-23)	
	脳を活性化させる!「まるごと若がり教室(認知症予防型)」(全12回)	10月8日～12月24日の毎週水曜日午前10時～11時半	すみだ共生社会推進センター(押上2-12-7-111)	内 筋力アップ運動、認知症予防トレーニング、栄養バランスや口腔ケアの講義 対 介護保険の要介護認定で要支援1・2と認定された方、基本チェックリストで事業対象者と判定された方 *ほかにも要件あり 定 先着10人 費 4800円 申 事前に各高齢者支援総合センターまたは担当の介護支援専門員へ *受け付けは9月16日まで 問 高齢者福祉課地域支援係 ☎5608-6178
	▶ 			
 子育て・教育	たちばな縁日	8月30日(土)午前11時半～午後3時	立花図書館(立花6-8-1-101)	内 毛糸の流しそうめん遊びと絵本釣り *詳細は墨田区立図書館HPを参照 対 対象の本を借りた小学生以下 費 無料 申 当日直接会場へ 問 立花図書館 ☎3618-2620 
	“子育てを応援する団体等が大集合!”すみだ子育てメッセ2025「このまちには、あいがある」 	9月28日(日)午前10時～午後3時 *開場は午前9時45分	八広地域プラザ(八広4-35-17)	内 ワークショップ、料理教室、歌・ダンスのステージなど *詳細はイベント公式HPを参照 対 子育て中の方、これから子育てを考えている方など 費 無料 *一部有料の催しあり 申 当日直接会場へ 問 ▶イベント公式HPの問合せフォーム ▶すみだ子育てメッセ2025実行委員会 ☎090-7007-4201 担 子育て支援総合センター 
	ぜん息児デイキャンプ	11月9日(日)・30日(日) *時間等の詳細は問合せ先へ	▶9日＝八広地域プラザ(八広4-35-17) ▶30日＝茨城県立中央青年の家(茨城県土浦市永井987)	内 フットサルやハイキングを行い、ぜん息に負けない体力を付ける 対 区内在住で、ぜん息の症状がある小・中学生 定 各先着30人 費 無料 申 事前にオンライン申請 問 保健予防課保健予防係 ☎5608-6190 
 仕事・産業	食品表示法講習会	9月11日(木)午後2時～4時 *受け付けは午後1時半～	すみだ保健子育て総合センター(横川5-7-4)	内 ▶11日＝食品表示法の概要や最新情報を学ぶ ▶18日＝HACCPに沿った衛生管理や食中毒対策を学ぶ 対 区内の食品関係事業者等 定 各先着100人 費 無料 持 ▶11日＝筆記用具、電卓(携帯電話等の電卓機能でも可) 申 事前にオンライン申請か、催し名、店舗の名称・所在地・電話番号、参加人数を、直接または電話、ファクス、Eメールで、生活衛生課食品衛生係(すみだ保健子育て総合センター2階) ☎5608-6943・FAX5608-6507・✉seikatueisei@city.sumida.lg.jpへ 
	食品衛生講習会(一般飲食店) 	9月18日(木)午後2時～3時半 *受け付けは午後1時半～	 墨田区食品衛生キャラクター「すみだこ」	11日 
	生涯現役セミナー「シニア期に向けた暮らしと働き方」	9月26日(金)午後1時～3時45分 *開場は午後0時半	すみだ産業会館(江東橋3-9-10)	内 シニア期に向けたライフプランから今後の働き方を考える 対 55歳以上で、求職中の方やこれから就職活動を考えている方 定 先着30人 費 無料 持 筆記用具 申 事前にオンライン申請か、8月22日から電話で、セミナー予約専用ダイヤル ☎5422-1399へ *電話での受け付けは月曜日～金曜日の午前9時～午後5時(祝休日を除く) 問 東京しごとセンターシニアコーナー ☎5211-2335 担 経営支援課 
 文化・スポーツ	健康体力づくり教室「背骨すっきり体操」「からだいきいき体操」	8月22日～9月19日の毎週金曜日▶背骨すっきり体操＝午前9時45分～10時45分 ▶からだいきいき体操＝午前11時～正午	スポーツプラザ梅若(墨田1-4-4)	内 ▶背骨すっきり体操＝簡単な体操で体のゆがみを取る ▶からだいきいき体操＝軽い筋力トレーニングと柔軟体操 対 18歳以上の方 定 各先着80人 費 各550円 持 室内用の運動靴(からだいきいき体操のみ)、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 *詳細は問い合わせるか、申込先HPを参照 担 スポーツ振興課 

☎＝電話 FAX＝ファクス ✉＝Eメール HP＝ホームページ

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 担 = 担当課

区分	名称	とき	ところ	対象・定員・費用・申込み・問合せ等
文化・スポーツ	ワントタイムレッスン「レズミルズピラティス」 	8月22日～9月26日の毎週金曜日午前11時15分～正午	スポーツプラザ梅若(墨田1-4-4)	内呼吸と体の可動域に重点を置き、ゆっくりした動きで特定の筋肉を強化する 対高校生以上 定各先着12人 費各600円(トレーニングルーム利用料込み) 持室内用の運動靴(トレーニングルーム利用時のみ)、タオル、飲物 *動きやすい服装で参加 申当日直接会場へ *各開始30分前から整理券を配布 問スポーツプラザ梅若 ☎5630-8880 *詳細は問い合わせるか、問合せ先HPを参照 担スポーツ振興課
	墨田区交流都市紹介展	8月26日(火)～9月1日(月)の午前8時半～午後5時 *初日は正午～	区役所1階アトリウム	内友好都市や姉妹都市など、交流がある都市のパネル展示 費無料 申期間中、直接会場へ 問文化芸術振興課都市交流・国際担当 ☎5608-1459
	林家あんご落語会	9月13日(土)午後2時～2時半	八広図書館(八広5-10-1-104)	対中学生以上 定先着50人 費無料 申8月25日午前9時からオンライン申請か、直接または電話で、八広図書館 ☎3616-0846へ
	区民スポーツ祭「ライフル射撃大会」	▶エアーライフルの部=9月14日(日)午前9時半～午後4時 *受け付けは午前9時～ ▶小口径の部=9月21日(日)午前9時～午後4時 *受け付けは午前8時半～	▶エアーライフルの部=台東リバーサイドスポーツセンター(台東区今戸1-1-10) ▶小口径の部=千葉県総合スポーツセンター射撃場(千葉県千葉市若葉区小間子町4-3)	費各1000円 申▶直接=費用を持って ▶郵送=事前に費用を振り込み、希望の部・氏名・住所・年齢・電話番号を 各申込期間に墨田区ライフル射撃連盟 梁瀬(〒131-0033向島5-24-11) ☎3622-0357へ *振込先は、ゆうちょ銀行00170-0-718428(名義は「墨田区ライフル射撃連盟」) 【申込期間】▶エアーライフルの部=8月24日～9月7日 ▶小口径の部=8月31日～9月14日 担スポーツ振興課
	区民スポーツ祭「アーチェリー大会」	9月21日(日)午前9時45分～午後5時 *受け付けは▶20mダブル=午前9時15分～ ▶その他=午後0時15分～	ひがしんアリーナ(区総合体育館)(錦糸4-15-1) 	種男女別20m・30mダブル、男女混合50m+30m 費無料 申種別・氏名・住所・年齢・電話番号をファクス、Eメールで、9月1日～14日午後6時に墨田区アーチェリー協会事務局 ☎3625-1874・FAX3625-1860・✉active-okayasu@lily.ocn.ne.jpへ *Eメールの件名は「区民スポーツ祭」 担スポーツ振興課
	吉田裕氏講話会「いま、あらためてあの戦争を考える 日本軍兵士の大量死をめぐって」	9月21日(日)午後2時～3時	ひきふね図書館(京島1-36-5)	内吉田裕氏(「日本軍兵士」著者)による講話、アジア・太平洋戦争の考察と意見交換 定先着30人 費無料 申8月22日午前9時からオンライン申請か、直接または電話で、ひきふね図書館 ☎5655-2350へ
	吾孺の里 三味線コンサート	9月27日(土)午後2時～3時	八広地域プラザ(八広4-35-17)	内津軽三味線や民謡を鑑賞する 対20歳以上の方 定先着60人 費3000円 申事前に八広地域プラザ ☎6657-0471へ *受け付けは9月21日までの午前9時～午後8時(9月16日を除く) 担地域活動推進課
	もっと知りたい!すみだのミュージアム“郵政博物館編”	10月4日(土)午後1時半～3時	すみだ生涯学習センター(東向島2-38-7)	内郵政博物館と郵便の歴史・文化を学ぶ 定30人(抽選) *区内在住在勤在学の方を優先 費無料 申オンライン申請か、催し名・氏名(ふりがな)・住所・年齢・電話番号を往復はがきで、9月20日(必着)までに、すみだ生涯学習センター事業課(〒131-0032東向島2-38-7) ☎5247-2010へ 担地域活動推進課
イベント	区民スポーツ祭「空手道大会」 	11月2日(日)午前9時～午後6時 *受け付けは午前8時半～	ひがしんアリーナ(区総合体育館)(錦糸4-15-1)	種▶組手(幼年、小学生、中学生、一般、有級) ▶形(幼年、小学生、中学生、一般、マスタース40歳以上) *組手は小学生以上、形は一般が男女別 対区内在住在勤在学の方 費3000円 申種別・氏名・住所・年齢(学年)・性別・電話番号をEメールで、9月8日～30日に墨田区空手道連盟事務局 東 ☎090-2670-3613・✉bokuren@outlook.jpへ 担スポーツ振興課
	駅からハイキング「相撲の街”すみだ”を巡る」 	9月6日(土)～13日(土) *受け付けは午前10時～正午 *所要時間は約2時間 *雨天決行	【受付場所】両国観光案内所(JR両国駅西口[-両国-江戸NOREN]1階)	内専用アプリや受付場所配布するハイキングコースの地図を基に大相撲ゆかりの各スポットを散策する *詳細は「JR東日本駅からハイキング」HPを参照 *中学生以下は保護者等の同伴が必要 費無料 申期間中、直接会場へ 問駅からハイキング事務局 ☎6386-9503 *受け付けは午前9時～正午 担観光課
	“人気の2人による落語会”ひきぶん 演芸館 vol.4「蝶花楼桃花・桂宮治 二人会」 	10月4日(土)午後5時～ *受け付けは午後4時半～	曳舟文化センター(京島1-38-11)	定先着582人 *未就学児は入場不可 費3600円(全席指定) *区内在住在勤の方は3200円、小学生～高校生・大学生等は2500円、障害のある方は3000円 申事前に曳舟文化センター ☎3616-3951へ *3600円で購入の場合はオンライン申請も可 *空きがあれば当日会場でも申込み可(4000円) 担文化芸術振興課

募集

内 = 内容 種 = 種別 対 = 対象 定 = 定員 選 = 選考方法 費 = 費用 持 = 持ち物 申 = 申込み 問 = 問合せ 担 = 担当課

区分	名称	内容・対象等	申込み・問合せ等
健康・福祉	手話通訳者登録試験(手話通訳者全国統一試験)	【とき】12月6日(土)午前10時～午後4時半(予定) 対次の全ての要件を満たす方▶区内在住在勤在学中で、登録時(8年4月1日)に20歳以上である ▶墨田区手話通訳者養成講座の修了者または同等の技術と知識を有する ▶合格後に墨田区登録手話通訳者として活動できる ▶墨田区以外の地域で登録手話通訳者として活動していない 選筆記試験(手話通訳者に必要な基礎知識・国語)、実技試験(場面通訳)	費6000円 申必要書類を郵送で、9月11日(必着)までに墨田区障害者団体連合会事務局(〒130-0014亀沢4-18-11亀沢のぞみの家)へ *必要書類は申込先で配布しているほか、区HPからも出力可 *試験会場は申込者に通知 問障害者福祉課障害者給付係 ☎5608-6163
子育て	「未来のすみだ 絵画コンクール」作品の募集	内「10年後も住みたい未来のすみだ」がテーマの絵画の募集 *入選者には副賞を贈呈するほか、応募者全員に参加賞を進呈 対区内在住在学の小・中学生	申作品の裏面に応募用紙を貼付し、直接または郵送で、9月26日(必着)までに〒130-8640政策担当(区役所7階) ☎5608-6231へ *応募用紙は申込先、各図書館・児童館で配布しているほか、区HPからも出力可