

 **一人暮らしの体験の場を提供します
自立生活体験事業**

精神障害のある方で、自分らしい暮らし方を探
す・目指す人を支援する「自立生活体験事業」を実
施しています。一人暮らしに向けた体験や気分転
換、休息など、様々な目的で利用できます。
【ところ】区内グループホーム内【対象】墨田区に住
民登録がある18歳以上で、精神科へ通院・入院し
ている方 *ほかにも要件あり【費用】▶1泊=250
円 *最長6泊7日 ▶日帰り=100円【相談・見
学の申込み】事業名・氏名・住所・電話番号を、電
話かEメールで、自立支援センターふるさと
☎5819-3254・✉info-gh@hurusatonokai.jp
へ *相談・見学後に利用申請(結果は別途通
知) *実施場所等の詳細は申込先へ【問合せ】
保健予防課保健予防係☎5608-6506

 **ご利用ください
東京リカレントナビ**

「東京リカレントナビ」は、社会人のスキルアッ
プやキャリアチェンジ、高齢者の学び直
しにつながる記事や動画、講座情報を掲
載した都のウェブサイトです。
【費用】無料 *一部、有料講座あり【問合せ】都
総務局総務部企画計理課☎5388-2288【担当
課】地域活動推進課

より良い区報を目指して **8月25日まで**
**区報に関するアンケートに
ご協力ください!** 回答はコチラから▶

 **ご利用ください
墨田区民営自転車駐車場運
営支援助成金制度**

駅周辺で駐輪需要がある場所に民営駐輪場を
設置する土地所有者等に対して、設置費
と管理運営費の一部を助成します。詳
細は区HPをご覧ください。
【対象駅】各線両国駅・押上駅・曳舟駅・本所吾
妻橋駅・菊川駅・錦糸町駅【問合せ】土木管理課
交通安全担当☎5608-6203

 **義務教育を修了していない方へ
中学校卒業程度認定試験**

文部科学省では、中学校卒業程度認定試験を実
施しています。合格者には高等学校の入学資格が

与えられます。
【とき】10月15日(木)【ところ】東京都教職員研修
センター(文京区本郷1-3-3)【対象】やむを得な
い理由で義務教育を修了していない方【科目】国
語、社会、数学、理科、外国語(英語)【申込み】願
書等を簡易書留で、8月21日(消印有効)までに
文部科学省総合教育政策局生涯学習推進課認定
試験第二係(〒100-8959千代田区霞が関3-
2-2)へ *願書は都教育庁地域教育支援部義
務教育課小中学校担当(新宿区西新宿2-8-1
東京都庁第二本庁舎16階北側)で配布 *詳細
は文部科学省HPを参照【問合せ】▶学務課事務
担当☎5608-6303 ▶文部科学省総合教育政
策局生涯学習推進課認定試験第二係☎5253-
4111(内線2643・2024) ▶都教育
庁地域教育支援部義務教育課小中学
校担当☎5320-6752 

区政情報番組
ウィークリー すみだ
8月の番組表

 キャスター
大山美佳さん

毎日、午前9時、正午、午後4・8時から
地上デジタル11チャンネルで放送してい
ます(各15分間)。なお、放送終了後は
区HPで ご覧になれます。
【問合せ】広報広聴担当☎5608-6220

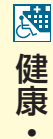
 =特集  =歩いてみよう!すみだでオフタイム  =サルゴリラのすみだ銭湯巡礼

放映日	午前9時	正午	午後4時	午後8時
8月2日(日)~8日(土)	 横川エリア(再放送)			
8月9日(日)~15日(土)	 すみだマイスター 「花かんざし 宮あき子氏」	 横川エリア(再放 送)	 すみだマイスター 「花かんざし 宮あき子氏」	 横川エリア(再放 送)
8月16日(日)~22日(土)	 千歳エリア			
8月23日(日)~29日(土)	 千歳エリア	 すみだマイスター 「花かんざし 宮あき子氏」	 千歳エリア	 すみだマイスター 「花かんざし 宮あき子氏」
8月30日(日)~9月5日(土)	 さくら湯			

*内容が一部変更になる場合あり *ケーブルテレビへの加入・問合せは、J:COMカスタマーセンター☎0120-999-000へ

講座・教室・催し

 =内容 =種別 =対象 =定員 =費用・入場料 =持ち物 =申込み =問合せ =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	VOCALボイトレ“魅力的な歌い 手へ”	8月2・16・23日いずれも日 曜日午前10時~ 11時40分	すみだ生涯学習セン ター(東向島2-38-7)	 課題曲(Lemon)の歌唱力向上に取り組む  各先着30人  各1200 円 *別途楽譜代が必要  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 *動きやすい服装で参加 *途中参加も可  地域活動推進課
	“4月から会場を変更しました”マ ンション管理士による無料相談会	8月8日(土)午後1時~4時 *相談時間は30分以内 *毎月第2土曜日に開催	東京都マンション管理 士会墨田支部(石原2- 26-7)	 管理組合の運営や大規模修繕工事、管理規約の改定などマンション の維持管理に関する相談  区内分譲マンションの区分所有 者等  オンライン申請か電話で、8月7日正午までに住宅課 計画担当☎5608-6215へ
	千葉工業大学公開講座「まもなく 打ち上げ!火星衛星 探査計画“MMX”ト ークライブ」	8月22日(土)午後2時~3 時半	千葉工業大学東京スカイツ リータウン®キャンパス(押 上1-1-2東京ソラマチ®8 階イーストヤード12番地)	 先着80人  無料  事前にオンライン申請  ▶千葉工業大学 惑星探査研究センター✉koukaikouza@perc.it-chiba.ac.jp ▶行政経営担当☎5608-6230
	すみなか講座「大人のための触れ るだけで安心が伝わるハンドケ アセラピー」	8月29日(土) 午前10時半~ 11時半	すみだ共生社会推進セ ンター(押上2-12- 7-111)	 ハンドケアセラピーの体験  先着30人  無料  バス タオル *大きいタオルも可  8月1日午前9時からオンライン 申請か電話で、すみだ共生社会推進センター☎5608-1771へ
 健康・福祉	ふれあい半額入浴デー	8月11日、9月21・23日、 10月12日、11月3・23日い ずれも祝日 *各公衆浴場 の営業時間中	区内の公衆浴場 *詳 細は区HPを 参照	 にここに入浴証をお持ちの方と、一緒に入場する家族  通常の入 浴料金の半額  当日直接会場へ  高齢者福祉課支援係☎5608- 6168
	オレンジカフェすみだ	8月12日(水)・20日(木) 午後2時~3時半	▶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) ▶20日=本所地域プラ ザ(本所1-13-4)	 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  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 ア等  無料  当日直接会場へ  ▶12日=八広はなみずき高齢 者支援総合センター☎3610-6541 ▶20日=同愛高齢者支援総合セン ター☎3624-6541  高齢者福祉課
	「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	8月24日(月)午後2時~3 時半	すみだボランティアセン ター分館(緑4-4-12メ ゾンベール錦糸町1階)	 家事援助などの活動(有償ボランティア)に関心がある18歳以上の方  無料  事前に電話で、すみだハート・ライン21事業室☎5638- 0511へ *有償ボランティアの登録方法の詳細は申込先へ
	“カフェ形式で参加者と交流する” ぶんか・みかんの会(認知症の人 と家族の会)	8月25日(火)午前10時~ 11時	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)	 認知症の方とその家族、認知症の方の介護経験者、認知症に関心があ る方  先着10人  無料  事前に、ぶんか高齢者支援総合セン ター☎3617-6511へ  高齢者福祉課
	“参加者同士の交流、情報交換”第 3回さくらんぼの会(認知症家族 介護者教室)	8月26日(水)午後1時半~ 3時	シルバープラザ梅若 (墨田1-4-4都営住宅 4号棟1階)	 認知症の方を介護している方やその家族、介護サービス事業に従事し ている方  先着10人  無料  事前に、うめわか高齢者支援総合 センター(シルバープラザ梅若内)☎5630-6541へ  高齢者福祉課

☎ = 電話 FAX = ファクス ✉ = Eメール HP = ホームページ

お知らせ 区役所1・2階の受付時間は、月~金曜日9~16時半(第1・3水曜日19時まで)、第2日曜日9~16時半です【問合せ】窓口課庶務係☎5608-6100

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	“生成AIや東京アプリ等の使い方を学ぶ”スマートフォン教室(ステップアップコース)	8月27日(木)▶午前の部＝午前9時半～午後0時半 ▶午後の部＝午後1時半～4時半	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20人(抽選) 費 無料 持 スマートフォン *希望者には貸出し可 申 電話で、8月20日までにスマートフォン普及啓発事業事務局 ☎6316-3169へ *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) *抽選結果は8月24日までに電話で通知 担 高齢者福祉課
	認知症普及啓発講座「認知症の人への対応と共生社会」	9月1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文花一丁目アパート5号棟1階)	内 認知症の進行段階別の対応方法を学ぶ 対 認知症の症状や認知症の方への支援等を学びたい方 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
	“認知症に関する知識を学ぶ”認知症サポーター養成講座	9月2日(水)・29日(火)午前10時～11時半	▶2日=いきいきプラザ(文花1-32-2) ▶29日=立花ゆうゆう館(立花6-8-1-102)	対 区内在住在勤の方 定 ▶2日=先着20人 ▶29日=先着15人 費 無料 申 事前に、ぶんか高齢者みまもり相談室(文花1-29-5都営文花一丁目アパート5号棟1階) ☎3614-6511へ *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) 担 高齢者福祉課
	身体障害者向け「七宝焼講座」(全3回)	9月2・9・16日のいずれも水曜日午前10時～正午	すみだ福祉保健センター(向島3-36-7)	対 区内在住で身体に障害のある方 定 10人(抽選) 費 2000円 申 講座名、氏名、住所、電話番号、ファクス番号、手話通訳・ヒアリング(磁気)ループの希望(必要な方のみ)を直接か電話、ファクスで、8月7日までに、すみだ福祉保健センター ☎5608-3721・FAX5608-3720へ
	認知症健康教室「認知症になっても安心して暮らせる町づくり」(全2回)【講師】主任ケアマネジャー、訪問診療医ほか	▶第1回=9月2日(水) ▶第2回=9月29日(火) *時間はいずれも午後2時～3時半		【テーマ】▶第1回=忘れても自分らしく！ケアマネジャーと学ぶ介護保険 ▶第2回=家で医療や看護が受けられる？“訪問診療や訪問看護ができること” 対 区内在住在勤の方 定 先着20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
	裸足で踊ろう！高齢者向け「はじめてのフラダンス教室」(全4回)	9月4日～25日の毎週金曜日午後1時半～3時半		対 区内在住の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 15人(抽選) 費 無料 申 8月10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
	障がい者水泳教室(各全3回)	9月13・20・27日のいずれも日曜日▶午前9時～9時50分 ▶午前10時～10時50分	両国屋内プール(横網1-8-1)	対 区内在住在勤在学中で、愛の手帳(療育手帳)か精神障害者保健福祉手帳、身体障害者手帳をお持ちの方 *着替え、トイレの介助が必要な場合は介助者の同伴が必要 定 各先着10人 費 無料 持 記名済みの水着・水泳帽・タオル 申 8月1日午前10時から教室名、氏名、住所、年齢、性別、電話番号、手帳の種類・番号・障害等級、介助者の有無を直接か電話、ファクスで、両国屋内プール ☎5610-0050・FAX5610-0054へ 担 スポーツ振興課
	“高齢者の健康づくりと社会参加を支えるために”墨田区介護予防リーダー養成講座(全7回)	▶事前説明会=9月14日(月)午前10時～正午 ▶講座=9月28日～10月26日の月曜日午前10時～午後4時 *10月12日を除く ▶フォローアップ教室=11月2日(月)・9日(月)午後2時～4時	ルネサンス両国(両国2-10-14)	内 運動、脳トレ等の介護予防の基礎と実践プログラムを習得する 対 区内在住で、受講後、区の介護予防教室(主に月曜日～金曜日に開催)や地域の介護予防自主グループで体操指導等ができる方 定 15人(抽選) 費 無料 申 オンライン申請か、氏名・住所・年齢・電話番号・ファクス番号を直接または電話、ファクスで、9月1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
	いきいきプラザ「健康体操」(全16コース)	10月2日(金)～9年3月26日(金) *各コース1時間 *いずれも休館日を除く	いきいきプラザ(文花1-32-2)	対 区内在住の65歳以上で、全日程参加できる方 定 各10人(抽選) 費 無料 持 ▶Q-ren体操=タオル、飲物 ▶その他=滑り止め付きの靴下、タオル、飲物 *動きやすい服装で参加 申 希望のクラス(第2希望まで)・氏名(ふりがな)・住所・年齢・性別・電話番号・登録番号(未登録の方は「未登録」と記入)を往復はがきで、8月17日(必着)までに、いきいきプラザ(〒131-0044文花1-32-2) ☎3618-0961へ *申込みは1人1通 *インクが消えるボールペンで記載されたものや記入に不備がある場合は不受理 *抽選結果は9月7日までに通知 担 高齢者福祉課
	▶さわやか体操(中・上級)	第1・3金曜日▶中級=午前9時半～ ▶上級=午前10時45分～		
	▶のびのび体操(椅子)	第1・3金曜日午後2時半～		
	▶のびのび体操(立位とマット)	第1・3金曜日午後3時45分～		
	▶Q-ren体操(初級・マット)	第1・3火曜日▶午前9時半～ ▶午前10時45分～		
	▶よいしょ体操(中・上級)	第1・3火曜日▶中級=午後2時半～ ▶上級=午後3時45分～		
	▶元気体操(中級)	第2・4金曜日▶午前9時半～ ▶午後2時半～		
	▶元気体操(上級)	第2・4金曜日▶午前10時45分～ ▶午後3時45分～		
	▶ストレッチ体操(椅子)	第2・4火曜日▶午前9時半～ ▶午後2時半～		
	▶ストレッチ体操(立位)	第2・4火曜日▶午前10時45分～ ▶午後3時45分～		
	いきいきプラザ「健康麻雀教室・初心者向けクラス」(全6クラス)	10月5日(月)～9年3月24日(水) *各クラス2時間		
	▶A1クラス	第1・3月曜日午前10時～		対 区内在住の65歳以上で、全日程参加できる麻雀初心者 定 各16人(抽選) 費 無料 持 蓋付きの飲物 申 希望のクラス(第1希望のみ)・氏名(ふりがな)・住所・年齢・性別・電話番号・登録番号(未登録の方は「未登録」と記入)を往復はがきで、8月17日(必着)までに、いきいきプラザ(〒131-0044文花1-32-2) ☎3618-0961へ *申込みは1人1通 *インクが消えるボールペンで記載されたものや記入に不備がある場合は不受理 *抽選結果は9月7日までに通知 *当選者は9月24日までに申込先で受講案内の受け取りが必要 担 高齢者福祉課
	▶A2クラス	第1・3月曜日午後1時～		
	▶B1クラス	第2・4月曜日午前10時～		
	▶B2クラス	第2・4月曜日午後1時～		
	▶C1クラス	第2・4水曜日午前10時～		
	▶C2クラス	第2・4水曜日午後1時～		

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
子育て・教育	コース型教室「ヒップホップダンスA・B」の1回体験	8月6日～9月24日の毎週木曜日▶A=午後4時半～5時半▶B=午後5時45分～6時45分	スポーツプラザ梅若(墨田1-4-4)	対小・中学生 定各先着15人 費各1200円 *2回目以降は残り回数×1200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 *詳細は申込先HPを参照 担スポーツ振興課
	夏休み親子点字教室	8月9日(日)午後3時～4時半 *開場は午後2時45分	八広図書館(八広5-10-1-104)	内点字入りの名前カードを作る 対小学生とその保護者 定先着5組 費無料 申事前に八広図書館☎3616-0846へ *詳細は墨田区立図書館HPを参照
	林家あんこ 子ども落語教室	8月11日(祝)午後2時～2時45分 *開場は午後1時45分		対小学校1年生～4年生とその保護者 定先着10組 費無料 申事前にオンライン申請か、直接または電話で、八広図書館☎3616-0846へ
	子育て講座「はじめての英語おはなし会」	8月21日(金)午前11時～11時半	すみだ保健子育て総合センター(横川5-7-4)	内英語絵本の読み聞かせ、歌、手遊び等 対区内在住の未就学児とその保護者 費無料 申当日直接会場へ 問子育て支援総合センター子育て事業担当☎3622-1150
	“都の里親制度の説明・相談”里親って?「里親制度説明会」  東京都里親制度 普及啓発キャラクター「さとべん・ファミリー」	▶会場=8月22日(土)午後2時～3時▶オンライン=9月15日(火)、10月20日(火)午後5時～6時	▶会場=森下文化センター(江東区森下3-12-17)▶オンライン=オンライン会議システム「Zoom」を使用	対墨田区・江東区在住の方 定各先着10組 費無料 申事前にオンライン申請か電話で、江東児童相談所フォスタリング機関☎3640-5432へ *受け付けは各開催日の前日まで *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) 問子育て支援総合センター子ども・家庭支援連携担当☎5608-1582
	一哲和菓子道場(夏休み特別企画)	8月23日(日)▶第1部=午後1時～2時半▶第2部=午後3時～4時半	梅若橋コミュニティ会館(堤通2-9-1) 	対小学生～高校生 *小学生は保護者の同伴が必要(参加も可) 定各先着30人 費各500円(材料費) 持エプロン、三角巾(バンダナも可)、手拭きタオル 申事前に費用を持って直接、梅若橋コミュニティ会館☎3616-1101へ *受け付けは8月19日までの午前9時～午後5時 *詳細は申込先HPを参照 担地域活動推進課
	第19回夏休み すみなかキッズプログラム“子どもから大人まで楽しめるクラシックコンサート”	8月24日(月)午後2時～ *開場は午後1時半 	すみだ共生社会推進センター(押上2-12-7-111)	内新日本フィルハーモニー交響楽団員を中心とした弦楽四重奏 対小学生以下とその保護者 定先着100人 費無料 申事前にオンライン申請(左記コード)か電話で、すみだ共生社会推進センター☎5608-1771へ
仕事・産業	すみサポビジネスセミナー		すみだビジネスサポートセンター(区役所1階)	対区内中小企業の経営者・従業員、区内で創業を希望する方 定各先着5人 費無料 持筆記用具 申事前にオンライン申請か、催し名、事業所の名称・所在地、参加者の氏名・電話番号・EメールアドレスをEメールで、すみだビジネスサポートセンター☎5608-6360・✉info@sumisapo.jpへ *電話での問合せは月曜日～金曜日の午前9時～午後5時 問経営支援課
	▶PL法の基礎知識と製品強度のお話	8月28日(金)午後2時～3時半		
	▶簿記がわからなくても大丈夫!利益はどう作るかを学ぶ財務講座	9月3日(木)午後2時～4時		
	▶ゼロから学べる三次元測定機“測定の基礎と3Dデータ化の流れ”	9月8日(火)午後2時～4時		
	女性しごと応援キャラバンinすみだ 自分に合う求人の探し方	9月3日(木)▶セミナー=午前10時～正午▶個別相談会=午後0時15分～1時20分 *1人30分	すみだ共生社会推進センター(押上2-12-7-111)	内企業が求める人物像と自分の強みの接点を考え、自分に適した仕事を見付けるコツを学ぶ 対就職を希望する女性 定▶セミナー=先着50人▶個別相談会=先着12人 費無料 申8月4日午前9時からオンライン申請か電話で、女性しごと応援キャラバン運営事務局☎4550-0973へ *事前申込みによる生後6か月以上の未就学児の一時保育あり(定員制/受け付けは8月27日まで) *希望者にはキャリアコンサルタントによる個別相談会を実施 問すみだ共生社会推進センター☎5608-1771
	“デザインの考え方を学ぶ”社会人向け講座「すみだ・千葉大学driデザインスクール」(全8回)	9月4日～12月11日の隔週金曜日午後6時半～8時半	千葉大学墨田サテライトキャンパス(文花1-19-1)	対次の全ての要件に該当する方▶原則全日程参加できる▶企業・団体等に勤務している▶地域の課題発見や資源活用に興味があり、デザインの知識習得・実践に意欲がある 定20人(選考) 費無料 申8月16日までにオンライン申請 問行政経営担当☎5608-6230
	“泳ぎのお悩み、解決しませんか?”プールプライベートレッスン	9年3月31日(水)まで *実施時間・内容は申込時に調整	両国屋内プール(横網1-8-1)	対小学生以上 費▶1人=3800円(30分)▶2人=5800円(45分) *いずれも別途、施設使用料が必要 持水着、水泳帽、ゴーグル、タオル 申事前に電話で、両国屋内プール☎5610-0050へ 担スポーツ振興課
文化・スポーツ	健康体力づくり教室「ゆるやかヨガ」[健美操](各全8回)	8月5日～9月30日の水曜日▶ゆるやかヨガ=午前9時45分～10時45分▶健美操=午前11時～正午 *いずれも9月23日を除く	スポーツプラザ梅若(墨田1-4-4)	内▶ゆるやかヨガ=呼吸に合わせて体全体をほぐす▶健美操=ゆったりした動作で呼吸を整える 対18歳以上の方 定各先着80人 費各2800円 持靴下(健美操のみ/お持ちの方は5本指のもの)、タオル、飲物 *動きやすい服装で参加 申事前に直接、スポーツプラザ梅若☎5630-8880へ *詳細は申込先HPを参照 担スポーツ振興課
	フィールドナイトヨガ 	8月20日(木)・27日(木)午後7時半～8時15分	フクシ・エンタープライズ墨田フィールド(区総合運動場)(堤通2-11-1)	内人工芝の上で、運動が苦手でもできるヨガを行い、心と体を整える 対足や腰、膝に疾患がなく、有酸素運動ができる中学生以上 *中学生は保護者の同伴が必要 費各500円 持ヨガマット(26人まで貸出し可)、タオル、飲物 *動きやすい服装で参加 申当日直接会場へ *雨天時は屋内で実施(各先着10人) 問フクシ・エンタープライズ墨田フィールド☎3611-9070 *詳細は問合せ先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	区民スポーツ祭「バレーボール大会」 	8月30日、9月27日、10月11日いずれも日曜日午前9時～午後9時	ひがしんアリーナ(区総合体育館)(錦糸4-15-1)	種男女別6・9人制、家庭婦人、混合6人制、中学生6人制 対区内在住勤在学の方で構成するチーム 費1チーム各7000円 *混合6人制は1チーム3000円 *8月18日(火)午後7時から東京東信用金庫両国本部10階会議室(両国4-35-9)で実施する代表者会議で支払い 申8月13日までにスポーツ振興課スポーツ振興担当(区役所14階) ☎5608-6312へ *代表者会議への出席をもって正式申込み
	“参加者同士でチームを作って、競う!”墨フィー秋の大運動会	9月26日(土)午前11時～午後3時	フクシ・エンタープライズ墨田フィールド(区総合運動場)(堤通2-11-1)	対有酸素運動ができる、高校生～60歳の方 *高校生は保護者による申込みが必要 費500円 申事前にオンライン申請 *2・3人での申込みは同チーム確定 問フクシ・エンタープライズ墨田フィールド☎3611-9070 *詳細は問合せ先HPを参照 担スポーツ振興課 
	区民スポーツ祭「バトン・チア大会」 	9月27日(日)午前10時45分～正午 *受け付けは午前10時半～	ひがしんアリーナ(区総合体育館)(錦糸4-15-1)	種団体ボンボン(小学生の部、中学・高校生の部)、団体バトン(小学生の部、中学・高校生の部) 対区内在住在学の方で構成する15人以内のチーム 費1チーム各3000円 申種別、代表者の氏名・住所・電話番号・Eメールアドレス、チームの名称・人数をEメールで、8月7日～14日に墨田区バトン・チア連盟☎baton.sumida@gmail.comへ 問スポーツ振興課スポーツ振興担当☎5608-6312
イベント	令和8年隅田川とうろう流し(墨田区側) 	8月15日(土)▶式典=午後6時15分～▶とうろう流し=午後6時半～8時15分 *雨天決行 *荒天時は8月16日(日)に延期	区役所前うるおい広場、隅田川親水テラス(吾妻橋1-23地先)	費/申▶とうろう事前販売(オンライン)=1基1700円 *別途送料(5基まで420円)が必要/オンライン申請 ▶とうろう事前販売(窓口)=1基1700円/直接、両国観光案内所(JR両国駅西口「-両国-江戸NOREN」1階/午前10時～午後7時)、コネクトすみだ[まち処](向島1-23-9東京ミズマチ®イーストゾーンE03/火曜日を除く午前10時半～午後6時)、墨田区観光協会(東向島2-8-5/祝休日を除く月曜日～金曜日の午前10時～午後5時)へ ▶とうろう当日販売=1基2000円/当日午後3時から直接、区役所前うるおい広場へ▶観覧=無料/当日直接会場へ 問墨田区観光協会☎6657-5160 担観光課 
	大学のあるまちの夏まつり2026	8月22日(土)午後5時～8時半	キャンパスコモン(文花1-19・あずま百樹園内)周辺	内区内の各大学等と地域との連携による模擬店やステージなど 費無料 申当日直接会場へ 問行政経営担当☎5608-6230 *詳細はUDCすみだHPを参照 
	川を歩こう(旧中川コース/荒川ロックゲート～亀戸中央公園)	10月10日(土)午前9時半～午後0時半 *雨天時は中止の場合あり	【集合場所】都営新宿線東大島駅小松川口 	定50人(抽選) 費無料 申オンライン申請(左記コード)か、催し名、参加者全員の氏名(ふりがな)・年齢、代表者の住所・電話番号・Eメールアドレス(お持ちの方のみ)を往復はがきで、9月4日(消印有効)までに〒163-8001都建設局河川部計画課環境計画担当☎5320-5425へ *はがき1通につき5人まで申込み可 *詳細は都HPを参照 担都市整備課

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
暮らし	都営住宅(ポイント方式と抽選方式)入居者の募集	【募集住宅】▶ポイント方式=家族向け▶抽選方式=単身者向け、車いす使用者向け、シルバーピア *居室内で病死等があった住宅を含む【募集案内と申込書の配布期間/場所】8月3日(月)～12日(水) *土・日曜日、祝休日を除く/住宅課(区役所9階)、総合案内(区役所1階)、各出張所、すみだ保健子育て総合センター(横川5-7-4) *東京都住宅供給公社HP(右記コード)からも出力可	申オンライン申請か、申込書を郵送で、8月18日(ポイント方式の郵送は午後6時必着)までに▶ポイント方式=問合せ先へ▶抽選方式=渋谷郵便局へ 問東京都住宅供給公社都営住宅募集センター☎3498-8894 *詳細は募集案内を参照 担住宅課 
	「動物たちの写真展」の写真募集 	内動物愛護週間に合わせて9月14日(月)～25日(金)に、すみだ保健子育て総合センター(横川5-7-4)で開催する写真展での展示写真の募集 *開催期間中、区HPで展示写真の人気投票を実施【応募写真の条件】四つ切り(254mm×305mm)程度の写真か電子データ(3MB以下、JPEG形式)で合成等加工をしていないもの	申詳細は問い合わせるか、区HPを参照【申込期限】8月31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あり *営利目的の応募は不可 問生活衛生課生活環境係☎5608-6939 
子育て	楽器の寄附募集“眠っている楽器ですみだっ子にエールを!”「すみだっ子共奏プロジェクト」	内区立小・中学校の吹奏楽部等で使用する楽器の寄附の募集 *詳細は区HPの募集要項を参照 対原則、区内在住勤在学の方 	申事前に募集要項を確認のうえ、電話で、学務課事務担当☎5608-6303へ *後日、寄附する楽器と本人確認書類を持参 *楽器は預かり査定後、受入結果を通知
スポーツ・文化	“すみだ五彩の芸術祭でアーティスト集団「ブロック塀ハンマー解体協会」が塀を解体!”解体したいブロック塀の募集 	【実施期間】9月4日(金)～12月20日(日) 対地震の際に倒壊の危険があるブロック塀 *解体後のコンクリート破片の分別作業、袋詰めまで実施(処分費用は自己負担)	選塀の所在地や状況等により選考 申氏名・電話番号・塀の所在地をEメールで、墨田区文化振興財団☎5608-5446・☎sumiyume@sumida-bunka.jpへ *電話での問合せは月曜日～金曜日の午後1時～4時 担文化芸術振興課
区政その他	令和8年度行政評価に対する意見の募集	内令和7年度に実施した施策・事務事業の行政評価結果に対する意見の募集 対区内在住勤在学の方	申9月1日までにオンライン申請 問行政経営担当☎5608-6230 
	特定個人情報保護評価書(全項目評価書)(修正案)のパブリックコメント(意見募集)(住民基本台帳に関する事務)	【閲覧期間】8月31日(月)まで【閲覧場所】▶住民基本台帳=窓口課(区役所1階)▶地方税=税務課(区役所2階) *各区HPでも閲覧可	申ご意見(A4判1枚程度で書式自由)・氏名(団体名)・住所(所在地)・電話番号を直接か郵送、ファクス、Eメールで、9月1日(必着)までに▶住民基本台帳=〒130-8640窓口課庶務係(区役所1階)☎5608-6101・☎5608-6401・☎madoguchi@city.sumida.lg.jpへ▶地方税=〒130-8640税務課税務係(区役所2階)☎5608-6134・☎5608-6402・☎zeimu@city.sumida.lg.jpへ
	特定個人情報保護評価書(全項目評価書)(修正案)のパブリックコメント(意見募集)(地方税)		



すこやかライフ



区HP
(健康・福祉のページ)

健康診査・がん検診等

*対象はいずれも令和8年度(4月1日～9年3月31日)中に誕生日を迎え、対象年齢になる方
*胃がん検診(胃内視鏡検査)・子宮頸がん検診・乳がん検診は2か年度に各1回(その他は1か年度内に各1回)のみ受診可

検診名	とき	ところ	内容・対象・定員・費用	申込み
骨密度測定会	9月25日(金)午前9時～11時の指定時間	すみだ保健子育て総合センター	【内容】 超音波検査 【対象】 区内在住で30歳～70歳の女性 【定員】 先着80人 【費用】 無料 *骨粗しょう症で治療中・経過観察中の方は受診不可	事前にオンライン申請か電話で、すみだけんしんダイヤル ☎ 5608 - 1599 へ *骨密度測定会はオンライン申請のみ *受け付けは ▶骨密度測定会=8月3日～9月4日 ▶若年区民健康診査=11月13日まで ▶各がん検診(前立腺がんを除く)=9年2月5日まで ▶前立腺がん検診=10月9日まで ▶胃がんリスク検査=11月6日まで
若年区民健康診査(16歳～39歳の方の健康診査)	11月30日(月)まで	区内実施医療機関	【内容】 身体・血圧測定、胸部エックス線・尿・血液検査等 【対象】 区内在住で16歳～39歳の方 *勤務先・学校等で受ける機会がある方は受診不可 【費用】 500円 *生活保護受給者等は無料	
胃がん検診(胃部エックス線検査・医療機関実施分)	9年2月28日(日)までの実施医療機関診療日		【内容】 バリウムによる胃部エックス線検査 【対象】 区内在住で40歳以上の方 【費用】 無料	
胃がん検診(胃内視鏡検査・医療機関実施分)			【内容】 胃内視鏡検査(胃カメラ) 【対象】 区内在住で50歳以上の方 【費用】 1500円 *生活保護受給者等は無料	
胃がん検診(胃部エックス線検査・検診車実施分)	9年3月までの毎月1回	すみだ福祉保健センター	【内容】 バリウムによる胃部エックス線検査 【対象】 区内在住で40歳以上の方 【費用】 無料	
子宮頸がん・乳がんセット検診	東京都予防医学協会検診実施日 *両検診を同日に実施	東京都予防医学協会(新宿区市谷砂土原町1-2)	【内容】 ▶子宮頸がん検診=視診、頸部細胞診 ▶乳がん検診=マンモグラフィ 【対象】 区内在住で40歳以上の女性 【費用】 無料	
子宮頸がん検診(医療機関実施分)	実施医療機関診療日	区内実施医療機関等	【内容】 視診、頸部細胞診 【対象】 区内在住で20歳以上の女性 *妊娠中・出産後の方は受診の可否を実施医療機関に相談 【費用】 無料	
乳がん検診(医療機関実施分)			【内容】 マンモグラフィ 【対象】 区内在住で40歳以上の女性 【費用】 無料	
乳がん検診(検診車実施分)	9年3月までの毎月1回～3回	区内施設3か所		
大腸がん検診	9年2月28日(日)までの実施医療機関診療日	区内実施医療機関	【内容】 便潜血検査(検便) 【対象】 区内在住の40歳以上で、区内実施医療機関で健康診査と同時に大腸がん検診を受診できない方 *原則、健康診査の対象者は健康診査と同時に受診 【費用】 400円 *生活保護受給者等は無料	
肺がん検診			【内容】 胸部エックス線検査、喀痰細胞診 *喀痰細胞診は、50歳以上で、喫煙指数(1日の喫煙本数×年数)が600以上の方のみに実施 【対象】 区内在住の40歳以上で、区内実施医療機関で健康診査と同時に肺がん検診を受診できない方 *原則、健康診査の対象者は健康診査と同時に受診 【費用】 無料	 骨密度測定会  若年区民健康診査  各がん検診  胃がんリスク検査
前立腺がん検診	10月31日(土)までの実施医療機関診療日		【内容】 血液検査 【対象】 区内在住で50歳～74歳の男性 【費用】 700円 *生活保護受給者等は無料	
胃がんリスク検査	11月30日(月)までの実施医療機関診療日		【内容】 血液検査 【対象】 区内在住で30・35・40・50・60歳の方 *胃の病気で治療・服薬中などの方は受診不可 【定員】 各年齢先着400人程度 【費用】 無料	

*胃がん検診、乳がん検診、肺がん検診は、妊娠中または妊娠の可能性がある方は受診不可(乳がん検診は、授乳中の方、卒乳後6か月を経過していない方、豊胸手術を受けた方、ペースメーカー等の医療器具を装着している方も受診不可) *子宮頸がん・乳がんセット検診は、東京都予防医学協会が受診日時を指定し、受診日の2週間前～1週間前に受診票を送付(申込み状況により、受診日が3か月以上先になる場合あり／体調その他やむを得ない理由により、指定日時での受診が困難な場合は、直接、東京都予防医学協会 ☎ 3269-1134へ) *各がん検診は、検診の対象部位が手術後・治療中・経過観察中の方は受診できない場合あり *問診結果等により受診できない場合あり *自覚症状がある方は、上記検診等ではなく、速やかに医療機関を受診 *検査の結果、精密検査が必要と判定された場合は、必ず精密検査を受診 *精密検査等の二次検査は保険診療(有料)

8月の健康相談窓口

[ところ]すみだ保健子育て総合センター(横川5-7-4)

種別	とき	申込先	*事前予約制
健康相談 *保健師・栄養士・歯科衛生士が対応	月曜日～金曜日 *電話相談可	▶保健 = ☎ 3622 - 9152 ▶栄養 = ☎ 3622 - 9165 ▶歯科 = ☎ 5608 - 1462	
育児相談	17日(月)	オンライン申請(下記コード)	
ママのリラクスタイム	— *次回は9月2日(水)に実施	☎ 3622 - 9152	
心の健康相談	14日(金)・26日(水)	 育児相談 オンライン申請	
思春期相談	12日(水)・19日(水)		
依存症相談	10日(月)		

特定健康診査未受診者への受診勧奨を行っています

生活習慣病を予防するため、墨田区国民健康保険に加入中の40歳～74歳の方に特定健康診査を実施しています。現在、この特定健康診査が未受診の方に、電話で受診勧奨の案内を行っています。

【受診勧奨の期間・時間】8月31日(月)までの午前9時～午後6時 *土・日曜日、祝休日を含む**【案内時の発信番号】** ☎ 5625-4035**【問合せ】** 健康推進課 地域保健担当 ☎ 5608-8514

☎すでに受診した方にも行き違いで電話をすることがあります。
☎業務の効率化を図るため、民間事業者に業務を委託しています。
☎銀行等の口座番号を聞いたり、金銭の振り込みを依頼したりすることはありません。

墨田区休日応急診療所

休日等の急病のときには



待合スペースが狭く、混雑を避けるため、事前に電話で、お問い合わせください。来院時間の目安や受診方法などをご案内します。

受け付け	ところ・電話番号	診療科目
午前9時～午後9時半	すみだ福祉保健センター(向島3-36-7)内 ☎ 5608-3700	内科、小児科

*診療日は日曜日、祝休日、年末年始 *マイナ保険証や資格確認証、医療証等を必ず持参

すみだ平日夜間救急こどもクリニック

受け付け	ところ・電話番号	診療科目
午後7時～9時45分	同愛記念病院診療棟1階小児科外来(横網2-1-11) ☎ 3625-1231	小児科(15歳以下の子ども)

*診療日は月曜日～金曜日(祝休日、年末年始を除く) *マイナ保険証や資格確認証、医療証等を必ず持参 *駐車場は有料

歯科・整形外科応急診療医院(8月)

*整形外科は医院名の後ろに☎と記載

とき	医院名	ところ・電話番号
2日(日)	戸嶋歯科医院	錦糸3-11-1 ☎ 3625-0031
	同愛記念病院 ☎	横網2-1-11 ☎ 0570-200-678
9日(日)	大越歯科クリニック	立花3-1-2ルミエール立花1階 ☎ 3618-4181
	むさし整形外科 ☎	京島1-38-1曳舟駅前プラザ108 ☎ 5631-7634
11日(祝)	あづま橋歯科クリニック	吾妻橋2-3-12 ☎ 5608-0648
	鴨川歯科クリニック	立花2-25-10-A101 ☎ 5631-9032
16日(日)	墨田中央病院 ☎	京島3-67-1 ☎ 3617-1414
	なかや歯科クリニック	横川4-12-2ジュウエル錦糸町101 ☎ 3621-0648
23日(日)	岡野整形外科 ☎	両国3-20-8 ☎ 3631-1088
	きたふさ歯科医院	八広6-8-2リエス八広2階 ☎ 3617-6655
30日(日)	山田記念病院 ☎	石原2-20-1 ☎ 3624-1151

*診療時間はいずれも午前9時～午後5時 *マイナ保険証や資格確認証、医療証等を必ず持参 *歯科の受診は事前に電話予約が必要

都の案内・相談先

都内医療機関情報案内

●都医療機関案内サービス「ひまわり」☎ 5272-0303・FAX 5285-8080 *24時間対応 *医療情報ネット(ナビイ)HPからも医療機関の検索可 ●東京消防庁「救急相談センター」▶携帯電話・プッシュ回線 ☎ #7119 ▶その他 ☎ 3212-2323 *24時間対応 ●外国人患者向け医療情報サービス(英語・中国語・韓国語・タイ語・スペイン語) ☎ 5285-8181 *受け付けは午前9時～午後8時

子供の健康相談室(小児救急相談)

▶携帯電話・プッシュ回線 ☎ #8000 ▶その他 ☎ 5285-8898**【受け付け】**▶月曜日～金曜日=午後6時～翌朝8時 ▶土・日曜日、祝休日、年末年始=午前8時～翌朝8時