

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	お楽しみ講座		立花ゆうゆう館(立花6-8-1-102)	対 区内在住で60歳以上の方 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
	▶ “女性も参加できます”料理男子を目指そう！	10月9日(金)午前10時～正午		内 簡単に作れる料理を学ぶ 定 20人(抽選) 費 500円(材料費) 持 個人登録証、エプロン、三角巾、タオル、飲物 申 9月25日までに問合せ先へ *当選者には10月1日に通知
	▶ インターネットの世界“基本操作編”(全2回)	10月10日(土)・24日(土)午前10時～11時		内 スマートフォン操作の基礎を学ぶ 定 10人(抽選) 費 無料 持 個人登録証、スマートフォン(シニア向けスマートフォンは不可) 申 10月1日までに問合せ先へ *当選者には10月3日に通知
	▶ ステンシルエコバッグ作り	10月11日(日)午前10時～正午		内 エコバッグに型紙を使って模様を施す 定 10人(抽選) 費 300円(材料費) 持 個人登録証 申 9月30日までに問合せ先へ *当選者には10月4日に通知
	中途失聴者・難聴者向け「やさしい手話教室」(後期)(全10回)	10月13日～9年2月9日の毎月第2・4火曜日、3月2日(火)午後1時半～3時半	すみだ福祉保健センター(向島3-36-7)	対 区内在住の中途失聴者・難聴者とその家族・関係者 定 10人(抽選) 費 1500円(テキスト代) 持 筆記用具、飲物 申 教室名・氏名・住所・電話番号・ファクス番号を直接か電話、ファクスで、9月18日までに、すみだ福祉保健センター ☎5608-3721・FAX5608-3720へ
	脳神経の病気 検診と相談	10月18日(日)午前9時～午後1時	すみだ保健子育て総合センター(横川5-7-4)	内 専門医による検診、歯科医師・薬剤師・保健師等による各種相談 対 区内在住で、体の震え・しびれ・麻痺、転びやすい、食事が飲み込みにくい等の自覚症状がある方 定 先着40人 費 無料 申 事前に電話で、墨田区医師会 ☎3612-3882へ *受け付けは月曜日～金曜日の午前10時～午後4時 担 健康推進課
	“体を動かしてリフレッシュ”シニア向け「健康づくり体操教室」(全5回)	10月20日～11月24日の火曜日午前10時15分～11時15分 *11月3日を除く	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、医師から運動を制限されていない方 定 10人(抽選) 費 無料 持 タオル、飲物 *動きやすい服装で参加 申 9月17日までの午前9時～午後5時に梅若ゆうゆう館 ☎5630-8630へ *詳細は申込先HP(左記コード)を参照 担 高齢者福祉課
	依存症でお困りの方のための相談「ファミリーメンタル相談」	10月21日(水)午後 *時間は申込時に調整	すみだ保健子育て総合センター(横川5-7-4)	内 専門医に家族関係等の悩みを個別に相談する 対 区内在住の方 費 無料 持 筆記用具 申 事前にオンライン申請か電話で、健康推進課地域保健担当 ☎3622-9152へ 
 子育て・教育	家族同士で情報交換しませんか「こころの病がある方の家族の会」	10月22日(木)午後1時半～3時		内 日頃の悩みを話し合い、病気や福祉制度等の情報を交換する 対 区内在住で、こころの病がある方の家族 定 先着20人 費 無料 申 事前に電話で、健康推進課地域保健担当 ☎3622-9152へ
	こうめ会(認知症家族介護者教室)	10月27日(火)午後2時～3時	すみだ福祉保健センター(向島3-36-7)	内 介護の悩みなどを相談し、心のストレスを軽減する 対 区内在住在勤で、認知症の家族を介護している方 *認知症の方も参加可 定 先着10人程度 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
	水泳教室	時間はいずれも50分	両国屋内プール(横網1-8-1)	持 ゴーグル(任意)、水着、水泳帽、タオル 申 事前に直接、両国屋内プール ☎5610-0050へ 担 スポーツ振興課
	▶ 幼児「水遊び&泳ぎに挑戦」木曜コース(全5回)、月曜コース(全3回)	▶ 木曜＝10月1日～29日の毎週木曜日午後3時～ ▶ 月曜＝10月5・19・26日いずれも月曜日午後3時～		内 潜る、浮くなどで水に慣れる 対 4歳以上の未就学児 定 各先着18人 費 ▶ 木曜＝6500円 ▶ 月曜＝3900円 *いずれも別途、施設使用料が毎回必要 
	▶ 小学生「初めてクロール」(全5回)	10月3日～31日の毎週土曜日午後1時～		内 バタ足・呼吸等の基礎を学び、息継ぎせずにクロールで7m泳ぐ 対 水に潜れる小学生 定 先着10人 費 6500円 *別途、施設使用料が毎回必要
	▶ 小学生「クロール息継ぎ特訓1・2」(各全3回)	10月4・11・25日いずれも日曜日 ▶ 午前11時45分～ ▶ 午後1時45分～		内 呼吸のタイミングや正しいフォームなどを学ぶ 対 バタ足で5m以上泳げる小学生 定 各先着10人 費 各3900円 *いずれも別途、施設使用料が毎回必要
	▶ 小学生「平泳ぎ／バタフライ特訓」(全3回)	10月4・11・25日いずれも日曜日午後0時45分～		内 平泳ぎとバタフライの基礎を学ぶ 対 クロールで25m以上泳げる小学生 定 先着10人 費 3900円 *別途、施設使用料が毎回必要
	墨田区・千葉大学 ジュニアデザインスクール「3Dプリンタを利用したものづくりワークショップ」	10月3・24日、11月14・21日いずれも土曜日午後1時半～5時	千葉大学墨田サテライトキャンパス(文花1-19-1)	内 パソコンと3Dプリンタを使ってオリジナル作品を制作する 対 中学生～高校生(高等専門学校1年生～3年生を含む) 定 各先着6人 費 無料 申 事前にオンライン申請 問 行政経営担当 ☎5608-6230 
	“すみだ五彩の芸術祭連携企画”絵本作家いしかわこうじさんのおはなし会&ワークショップ	10月3日(土)午後2時～3時半 *開場は午後1時45分	八広図書館(八広5-10-1-104)	対 4歳児～小学生とその保護者 定 先着25組 費 無料 申 9月13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 
	すみだ水族館の飼育スタッフといきもの観察「旧中川のいきものワークショップ」	10月11日(日)午前10時～11時半 *雨天中止 	旧中川水辺公園(立花三・五・六丁目地先)周辺	内 旧中川に生息する生き物を観察し、生物多様性の大切さ等を学ぶ 対 区内在住在学の小学生とその保護者 定 20人(抽選) 費 無料 持 帽子、飲物、筆記用具 *汚れてもよい服装で参加 申 9月23日までにオンライン申請 *当選者には10月2日までに通知 問 環境保全課緑化推進担当 ☎5608-6208 
	すみだ自然観察会「荒川河川敷のいきもの観察」 	10月18日(日)午後1時半～2時半 *雨天中止	荒川河川敷四ツ木橋緑地(八広6-32地先) 	内 荒川河川敷周辺の生き物を観察し、その生態を学ぶ 対 区内在住在学の小学生以下とその保護者 定 20人(抽選) 費 無料 持 虫取り網・虫かご・バケツ(お持ちの方のみ)、帽子、タオル、飲物、筆記用具 *汚れてもよい服装で参加 申 9月23日までにオンライン申請(左記コード) *当選者には10月6日までに通知 問 環境保全課緑化推進担当 ☎5608-6208
	産後ママのボディメンテナンス	10月21日(水)午前10時～10時45分	八広地域プラザ(八広4-35-17)	対 産褥期(産後の安静期約2か月)を過ぎた母親 *子どもの同室可 定 先着10人 費 無料 持 タオル、飲物 *動きやすい服装で参加 申 9月16日から八広地域プラザ ☎6657-0471へ *受け付けは10月18日までの午前9時～午後8時(9月24日を除く) 担 地域活動推進課

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
子育て・教育	子育てママ対象講座“子育てママの自分を大切に”する「わたしの時間」	10月23日(金)・29日(木)、11月5日(木)午前10時～正午 	すみだ共生社会推進センター(押上2-12-7-111)	【テーマ】▶10月23日＝日常に生きる美文字講座 ▶10月29日＝自己肯定感を育てるまほうのことば“子育てで大切なたった1つのこと” ▶11月5日＝心も身体もリフレッシュ！バランスボール講座 対乳幼児の母親 定先着20人 費無料 持▶10月23・29日＝筆記用具 ▶11月5日＝タオル、飲物 *動きやすい服装で参加 申9月11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 *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10月9日まで) 
	遊びがチカラになる！理学療法士と体の基礎を育てよう	10月31日(土)午前10時～11時45分	すみだ保健子育て総合センター(横川5-7-4)	対区内在住で3歳～5歳の子どもとその保護者 定先着30組 持タオル、飲物 *動きやすい服装・靴で参加 申事前にオンライン申請 *受け付けは10月12日まで 問健康推進課 地域保健担当 ☎3622-9152 
文化・スポーツ	コース型教室「リラクゼーションヨガ」の1回体験 	9月14日～10月26日の月曜日午前11時～正午 *9月21日、10月12日を除く	スポーツプラザ梅若(墨田1-4-4)	内 日常の疲れをほぐし、腰痛などの慢性症状を緩和する 対 18歳以上の方 定 各先着12人 費 1200円 *2回目以降は残り回数×1200円 持 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 *9月15日を除く *詳細は申込先HPを参照 担 スポーツ振興課
	“ゆるやかヨガ、脂肪すっきりらくらく体操、からだいきいき体操ほか全8コース”健康体力づくり教室(各全8回)	9月25日(金)～11月25日(水) *各コース日程の詳細は申込先HPを参照		対 18歳以上の方 定 各先着80人 費 各2800円 持 室内用の運動靴(一部コースのみ)、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 *9月15日を除く *詳細は申込先HPを参照 担 スポーツ振興課
	第73回墨田区文化祭「詩吟大会」[合唱祭]	▶詩吟大会＝9月26日(土)午前10時～午後5時 ▶合唱祭＝9月27日(日)午後1時～6時10分	曳舟文化センター(京島1-38-11)	費 無料 申 当日直接会場へ *大会参加者の募集は終了 問 文化芸術振興課芸術祭担当 ☎5608-2822 
	墨田区・千葉大学区民向け公開講座  第24回  第25回	▶第24回＝10月3日(土)午前10時～正午 ▶第25回＝10月10日(土)午前10時～11時半	千葉大学墨田サテライトキャンパス(文花1-19-1)	【テーマ】▶第24回＝「地域とアートの未来“すみだ五彩の芸術祭の事例から”」▶第25回＝「デジタルで体感する文化財“3D技術で文化財との関わり方を考える”」 定 各先着50人 費 無料 申 事前にオンライン申請(左記各コード) 問 行政経営担当 ☎5608-6230
	友好協定締結30周年記念事業「小布施町長 特別講演会」	10月3日(土)午後2時～3時	すみだ産業会館(江東橋3-9-10)	内 長野県上高井郡小布施町との友好協定締結30周年を記念した小布施町長による講演 *記念品を進呈 定 先着50人 費 無料 対 区内在住在勤在学の方 *高校生以下は保護者の同伴が必要 申 事前にオンライン申請か電話で、文化芸術振興課都市交流・国際担当 ☎5608-1459へ 
	成人水泳教室「バタフライマスター」(全3回)	10月4・11・25日いずれも日曜日午後3時15分～4時5分	両国屋内プール(横網1-8-1)	対 16歳以上の方 定 先着15人 費 3900円 *別途、施設使用料(▶区内在住で65歳以上の方＝100円 ▶その他＝410円)が毎回必要 持 水着、水泳帽、ゴーグル、タオル 申 事前に直接、両国屋内プール ☎5610-0050へ 担 スポーツ振興課
	日本語ボランティア養成講座(全9回)	10月5日～11月9日の月・木曜日午後6時45分～8時45分 *10月12日、11月5日を除く	区役所123会議室(12階) 	内 外国人に日本語を教えるボランティアの養成講座 *日本語で実施 対 区内在住在勤在学で18歳以上の方 定 25人(選考) 費 無料 *教材費は自己負担 申 9月17日(必着)までにオンライン申請か、申込書を直接または郵送、ファクス、Eメールで、〒130-8640文化芸術振興課都市交流・国際担当(区役所14階) ☎5608-1459・FAX5608-6934・✉bunkashinkou@city.sumida.lg.jpへ *申込書は申込先で配布しているほか、区HPからも出力可 
	はじめてのヨガ(各全6回) 	10月7日～12月16日の毎月第1・3水曜日▶やさしいヨガ＝午前9時半～10時40分▶代謝向上ヨガ＝午前11時～午後0時10分	八広地域プラザ(八広4-35-17)	内 ヨガのポーズと呼吸法を学ぶ 対 区内在住在勤で18歳以上の女性 定 各先着12人 費 各4800円(ヨガマットレンタル代込み) 持 タオル、飲物 申 事前にオンライン申請か電話で、スポーツドアあずま事務局 ☎3617-9002へ *受け付けは9月30日午後5時まで 担 スポーツ振興課 
	区民スポーツ祭「グラウンド・ゴルフ大会」	10月8日(木)午前9時半～午後2時 *受け付けは午前9時～ *雨天時は10月15日(木)に延期	錦糸公園野球場(錦糸4-15-1)	種 男子の部、女子の部 対 区内在住在勤在学の方 費 各300円 申 電話で、10月2日までの午前10時～午後2時に墨田区グラウンド・ゴルフ協会事務局 宮澤 ☎090-3222-5364へ 担 スポーツ振興課 
	うめわかミニ歌会	10月8日(木)午後3時～	梅若橋コミュニティ会館(堤通2-9-1)	【出演】小出理恵氏(鐘ヶ淵出身のソプラノ歌手) 定 先着60人 費 無料 申 当日直接会場へ 問 梅若橋コミュニティ会館 ☎3616-1101 *詳細は申込先HPを参照 担 地域活動推進課
	日本パラスポーツ協会公認墨田区初級パラスポーツ指導員養成講習会(全3回)	11月7・14・28日いずれも土曜日午前9時～午後6時頃	ひがしんアリーナ(区総合体育館)(錦糸4-15-1) 	対 8年4月1日現在18歳以上で次の全ての要件を満たす方▶区内在住在勤在学または墨田区スポーツ推進委員・墨田区スポーツ協会員・墨田区総合型地域スポーツクラブ関係者・墨田区立スポーツ施設職員である▶障害者スポーツの振興・指導に意欲があり、現在実践しているまたは今後実践する▶全日程参加でき、パラスポーツ指導員の資格を所持していない▶本講習受講後、区が主催する障害者向けスポーツ事業に協力できる 定 30人(抽選) 費 無料 *登録費用は自己負担 持 室内用の運動靴、筆記用具、昼食 *動きやすい服装で参加 申 オンライン申請か、参加申込書を郵送またはEメールで、10月6日(必着)までにスポーツ振興課スポーツ振興担当 ☎5608-6312・✉sports@city.sumida.lg.jp *参加申込書は区HPから出力 
	“墨堤通り周辺の落語の舞台を巡る”すみだ落語まちあるき「墨堤さんぽ」 	11月14日(土)午前10時～午後0時半	【集合場所】すみだ生涯学習センター(東向島2-38-7)【解散場所】区役所1階正面玄関前	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(左記コード)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、10月31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

☎＝電話 FAX＝ファクス ✉＝Eメール HP＝ホームページ

お知らせ 虐待を受けていると思われる子どもに関する相談を24時間受け付けます。 児童相談所全国共通ダイヤル  189

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
スポーツ	みどりの亀戸愛楽亭(落語会)	11月15日(日)午後1時半～ *開場は午後1時	みどりコミュニティセンター(緑3-7-3)	定 先着80人 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 担 地域活動推進課
イベント	“区にゆかりがある製造者による革製品の販売”まちのかばんやさん.smd	9月16日(水)～22日(祝)の午前11時～午後8時	松屋銀座3階イベントスペース(中央区銀座3-6-1)	費 無料 *購入費は自己負担 申 期間中、直接会場へ 問 まちのかばんやさん実行委員会事務局 吉武 ☎090-7040-0502 *詳細はイベント公式インスタグラムを参照 担 産業振興課
	すみだガラス市	10月3日(土)・4日(日)午前10時～午後4時	長崎橋跡イベント広場(亀沢4-18-4・大横川親水公園内)	内 江戸硝子などの販売やチャリティーセール *詳細はイベント公式Xを参照 費 無料 *購入費は自己負担 申 当日直接会場へ 問 産業振興課産業振興担当 ☎5608-1437
	“フードコート、親子で工作教室など”BIG SHIPまつり2026	10月18日(日)午前10時～午後3時	本所地域プラザ(本所1-13-4)	費 無料 *購入費は自己負担 申 当日直接会場へ 問 本所地域プラザ ☎6658-4601 *受け付けは午前9時～午後8時 *詳細は問合せ先HPを参照 担 地域活動推進課
	▶お笑いワークショップ	10月18日(日)午前10時15分～		対 小学生以上 定 先着10組 費 1人500円 申 事前に問合せ先へ
	▶「オシエルズ」によるお笑いライブ	10月18日(日)午後2時～		定 先着100人 費 ▶中学生以下=無料 ▶その他=500円 申 事前に問合せ先へ
区政その他	すみだ景観フォーラム講演会「隅田川 夜の橋」	10月18日(日)午後2時～4時	すみだ生涯学習センター(東向島2-38-7)	【テーマ】隅田川に架かる橋と夜景の楽しみ方について 【講師】丸々もとお氏(夜景評論家) 定 先着50人 費 無料 申 事前にオンライン申請 問 都市計画課景観・まちづくり担当 ☎5608-6265
	すみだタウンミーティング「食育について区長と一緒に考える」	10月16日(金)午後6時半～8時半	すみだ保健子育て総合センター(横川5-7-4)	内 参加者同士で意見交換し、区長を交えて語り合う 対 墨田区に興味や関心がある方 定 30人(抽選) 費 無料 申 オンライン申請か、催し名、氏名、住所、電話番号、一時保育・手話通訳の希望(必要な方のみ)を電話またはファクスで、9月11日午前9時～10月5日に地域活動推進課 まなび担当 ☎5608-6202・FAX5608-6934へ *一時保育・手話通訳を希望する場合は9月25日までに申込み *参加可否は後日通知

は～もに♪ すみだトリフォニーホール(錦糸1-2-3)おすすめ情報

北欧屈指の名門ビッグバンドと新時代の才能・挟間美帆が現代的なジャズサウンドを披露します！

挟間美帆&デンマークラジオ・ビッグバンド

【とき】11月18日(水)午後7時開演【曲目】ルイ・プリマノシング・シング・シング(ジム・マクニリー編曲)、挟間美帆/ザ・ファースト・ノーツほか【出演】挟間美帆(首席指揮者)、デンマークラジオ・ビッグバンド【入場料(全席指定)】▶S席=6500円 ▶A席=5500円 *区内在住在勤の方は5200円、区内在住在学の小学生～高校生・大学生等は1000円

挟間美帆

すみだにゆかりのある落語家が小ホールに大集結！本公演に加え、関連企画も開催します！

すみだ落語会(関連企画)

【とき/内容】▶11月27日(金)午後6時半～/落語レクチャー「今さら聞けない！大人のための落語入門」▶11月28日(土)午前10時半～/「子どもと楽しむ落語会」▶11月28日(土)午後5時～/「すみだ落語会後夜祭 若手演芸&大喜利大会」【対象】▶11月28日午前=小・中学生とその保護者【入場料(全席指定)】▶11月28日午前=500円 ▶その他=各2000円 *本公演の詳細はイベント公式HPを参照

柳家さん喬

五街道雲助

北斎を知る

最新情報は、各HPをご覧ください。
【担当課】文化芸術振興課

すみだ北斎美術館 すみゆめ

すみだ北斎美術館(亀沢2-7-2)開館10周年記念 特別展

「ベスト オブ すみだ北斎美術館“隅田川兩岸景色図巻と名品”」

すみだ北斎美術館は、11月に開館10周年を迎えます。本展では、歴代の展覧会で出品してきた作品に加え、未公開作品や新規収蔵品に至るまで、当館が誇る名品の数々をご紹介します。北斎の故郷であるすみだに約100年ぶりに帰ってきた全長約7mの「隅田川兩岸景色図巻」をはじめ、肉筆画から錦絵・摺物・版本まで、多彩なジャンルで、希少な作品、初公開作品も交えた至高の北斎コレクションです。北斎とその門人たちの魅力や、新たな発見もお楽しみください。

【とき】9月15日(火)～11月23日(祝)の午前9時半～午後5時半 *入館は午後5時まで *休館日を除く【観覧料】▶一般=1500円 ▶高校生・大学生・65歳以上の方=1000円 ▶中学生・障害のある方=500円 ▶小学生以下=無料 *観覧日当日に限り「北斎を学ぶ部屋」を観覧可 *詳細は、すみだ北斎美術館HPを参照【問合せ】すみだ北斎美術館 ☎6658-8936

すみだ北斎美術館

すみだ五彩の芸術祭 SUMIDA ART FESTIVAL

葛飾北斎がその手で多様なすみだを表現したように、芸術祭でもこれまでとこれからの「すみだ」を多彩な手法で表現していきます。

KOSUGE1-16「だんだん！巨大紙相撲 北斎すみゆめ場所」オリジナルの巨大力士で技と個性を競う

身長180cm！ダンボールで巨大力士を作るワークショップ「巡業」で、区内4つの部屋(東向島・東駒形・キラキラ橘・亀沢)に総勢32体の力士が誕生。最強力士を決める「本場所」には、個性豊かな力士が集まり、みんなで土俵をたたいて技を競い、頂点を目指します。本場所では親方による解説や呼出、太鼓や相撲甚句などの相撲文化も紹介。YouTubeでライブ配信するほか、すみゆめHPでは「力士名鑑」を公開して、人気投票や優勝力士予想も受け付けます。当日は「助っ人たたき手」も大歓迎です。ぜひ、お気に入りの力士を応援してください。

【とき】10月3日(土)午後1時半～5時【ところ】曳舟文化センター(京島1-38-11)【費用】無料【申込み】当日直接会場へ【問合せ】「隅田川 森羅万象 墨に夢」実行委員会事務局 ☎5608-5446