

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



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	仮想現実の世界を気軽に体験してみませんか? [VR体験会]	6月27日(火) ▶午前10時～午前10時20分～ ▶午前10時40分～ ▶午前11時～ *体験時間は15分	立花ゆうゆう館(立花6-8-1-102)	内 スマートフォンでVR(仮想現実)の世界を体験する 対 区内在住で60歳以上の方 定 各1人(抽選) 費 無料 持 個人登録証 申 6月22日までの午前9時～午後5時に立花ゆうゆう館 ☎3613-3911へ *個人登録証の番号が必要
	第22回日本高気圧環境・潜水医学会関東地方会学術集会区民公開講座	7月1日(土)午前10時～11時半 *受け付けは午前9時半～	すみだ産業会館(江東橋3-9-10)	【テーマ】「高気圧酸素治療とは?」「高気圧酸素治療を受けてみて」「地域災害医療の際の災害用多目的車両 Medical-ConneXの活用について」 対 区内在住の方 定 先着100人 費 無料 申 住所・氏名・年齢・電話番号を、ファクスまたはEメールで6月28日までに東京曳舟病院第22回日本高気圧環境・潜水医学会関東地方会学術集会準備委員会fak5655-1136・mailto:touhiki.hbo@gmail.comへ *空きがあれば当日会場でも申込可 問 ▶東京曳舟病院第22回日本高気圧環境・潜水医学会関東地方会学術集会準備委員会 ☎6657-1035 ▶保健計画課保健計画担当 ☎5608-6189
	呼吸と気づきのストレッチ(全10回)	7月3日～9月25日の月曜日 午前10時～11時 *7月17日、8月21日、9月18日を除く	八広地域プラザ(八広4-35-17)	内 呼吸を整え、心と体のストレッチを行う 対 20歳以上の方 定 先着15人 費 5000円 申 事前に八広地域プラザ ☎6657-0471へ *受け付けは6月28日までの午前9時～午後8時(6月19日は休館) *動きやすい服装で参加
	高齢者の初心者スマホ入門教室 “孫世代のスタッフとワクワクした時間を過ごしましょう”(全4回)	7月4日～25日の毎週火曜日 午後1時半～3時半	梅若ゆうゆう館(墨田1-4-4・シルバープラザ梅若内)	内 スマートフォンの電源の入れ方からYouTubeの視聴方法までを学ぶ 対 区内在住の60歳以上で、スマートフォンの初心者 定 12人(抽選) *初参加者を優先 費 無料 申 6月12日～16日の午前9時～午後5時に梅若ゆうゆう館 ☎5630-8630へ *詳細は梅若ゆうゆう館のホームページを参照
	第2期健康づくり教室「健康習慣を身につけよう! “運動と食事”」(各全10回)	7月5日～9月20日の水曜日 ▶午後1時半～2時50分 ▶午後3時～4時20分 ▶午後6時～7時20分 *8月2・16日を除く	すみだ福祉保健センター(向島3-36-7)	内 リズム体操、ボールや棒を使ったストレッチなどの実技と、食事や栄養の講話 対 区内在住の20歳以上で、医師から運動を制限されていない方 定 各10人(抽選) 費 無料 申 6月20日までに、すみだ福祉保健センター ☎5608-3721へ
	身体障害者向け「七夕フラワーアレンジメント教室」	7月6日(木)午前10時～正午		対 区内在住で身体に障害のある方 定 10人(抽選) 費 2000円 申 教室名・住所・氏名・電話番号・ファクス番号を、直接または電話、ファクスで6月17日までに、すみだ福祉保健センター ☎5608-3721・fak5608-3720へ *申込時に手話通訳・ヒアリング(磁気)ループの希望可
	高齢者「七夕フラワーアレンジメント教室」	7月6日(木)午後1時半～3時半		対 区内在住で60歳以上の方 定 10人(抽選) 費 2000円 申 6月18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
	高齢者「 ^{じきょうじゆつ} 自彊術教室(運動教室)」(全4回)	7月7日～28日の毎週金曜日 午前10時～正午		内 31の動作で構成された運動を行う 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 10人(抽選) 費 無料 申 6月18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
	食生活講習会「できることから始めよう “自分流の減塩生活”」	7月13日(木)午後1時半～3時	向島保健センター(東向島5-16-2)	内 減塩や栄養バランスを整えるポイントや簡単レシピを学ぶ 対 区内在住の勤労の方 定 先着16人 費 無料 申 6月12日午前8時半から電話で向島保健センター ☎3611-6135へ
	こころの病がある方の家族の会 “家族同士で情報交換しませんか?”	7月18日(火)午前10時～11時半	本所保健センター(東駒形1-6-4)	内 参加者同士で、日頃の悩みを話し合い、病気や福祉制度などの情報交換をする 対 区内在住で、こころの病がある方の家族 定 先着16人 費 無料 申 事前に電話で本所保健センター ☎3622-9137へ
ひきこもり等の当事者とその家族を応援する「すみだみんなのカフェ(居場所)」	7月20日、8月17日、9月21日 いずれも木曜日 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 講座とグループワーク「“依存”について」「楽しむ心理療法!」「怒りのコントロール方法」等 対 区内在住の勤労在学で、ひきこもり等の状態の方やその家族 定 先着15人 費 無料 申 電話で保健予防課精神保健係 ☎5608-6506へ	
「DV予防啓発講座」ココロもまもる護身術“WEN-DO”	7月22日(土)午後2時～4時	すみだ女性センター(押上2-12-7-111)	内 自己防衛プログラム“WEN-DO”を学び、自分自身を守る技術を身に付ける 対 小学校4年生以上の女性 定 先着20人 費 無料 申 6月12日午前9時から電話で、すみだ女性センター ☎5608-1771へ *左記コードの専用サイトからも申込可 *未就学児(満1歳以上)の一時保育を希望する場合は、7月7日までに申込みが必要	
子育て・教育	すみだキラキラママのつどい	6月28日(水)午前10時～午後2時	みどりコミュニティセンター(緑3-7-3)	内/定 ▶知育リトミック(3か月～2歳)/先着5組 ▶産後ママヨガ/先着5組 ▶足裏リフレクソロジー/先着4人 対 親子 *妊婦・母親のみの参加も可 費 各1000円 *当日会場で支払い 申 事前に希望プログラム名・氏名・子どもの年齢を、Eメールで、すみだキラキラママのつどい ✉kirakiramamasumida2010@gmail.comへ 問 みどりコミュニティセンター ☎5600-5811
	子ども水泳教室	*時間はいずれも50分	両国屋内プール(横綱1-8-1)	対/定 ▶初めてクロール教室=水に潜れる小学生/10人 ▶平泳ぎ特訓教室=クロールで12.5m泳げる小学生/10人 ▶クロール息継ぎ特訓教室=バタ足で5m泳げる小学生/10人 ▶幼児水慣れ教室=4歳以上の未就学児/各15人 *いずれも先着 費 ▶幼児水慣れ教室=各4800円 ▶その他=各6000円 持 ゴーグル(任意)、水泳帽、水着、タオル 申 ▶初めてクロール教室・平泳ぎ特訓教室=6月16日 ▶クロール息継ぎ特訓教室=6月17日 ▶幼児水慣れ教室水曜コース=6月12日 ▶幼児水慣れ教室金曜コース=6月15日 の午前10時から費用を持って直接、両国屋内プール ☎5610-0050へ *申込開始と同時に定員を超えた場合は、その場で抽選を実施
	▶初めてクロール教室(全5回)	7月1日～29日の毎週土曜日 午前11時45分～		
	▶平泳ぎ特訓教室(全5回)	7月1日～29日の毎週土曜日 午後3時15分～		
	▶クロール息継ぎ特訓教室(全5回)	7月2日～30日の毎週日曜日 午前11時45分～		
	▶幼児水慣れ教室水曜コース(全4回)	7月5日～26日の毎週水曜日 午後4時～		
▶幼児水慣れ教室金曜コース(全4回)	7月7日～28日の毎週金曜日 午後4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



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	カブトムシの飼育と観察日記のつけ方	7月9日(日)午前10時~11時半、午後2時~3時半	八広地域プラザ(八広4-35-17)	内カブトムシの飼育・産卵方法や幼虫の育て方、日記のつけ方を学ぶ *雄と雌のカブトムシ(成虫)1匹ずつと飼育セットを進呈 対小学生 *3年生以下は保護者の同伴が必要 定各先着16人 費1500円(教材費込み) 持筆記用具、上着 *汚れても構わない服装で参加 申事前に八広地域プラザ☎6657-0471へ *受け付けは7月3日までの午前9時~午後8時(6月19日は休館)
	サブ・リーダー講習会(夏期)(全3回)	▶保護者説明会=7月20日(木)午後6時半~7時 *受け付けは午後6時~ ▶区内講習=8月5日(土)・6日(日)午前9時半~午後4時 *受け付けはいずれも午前9時~ ▶宿泊講習=8月18日(金)~20日(日) *2泊3日(往復バスで移動)	▶保護者説明会=リバーサイドホール2階イベントホール(区役所に併設) ▶区内講習=横川小学校(東駒形4-18-4) ▶宿泊講習=国立那須甲子青少年自然の家(福島県西白河郡西郷村大字真船字村火6-1)	内ゲームや野外活動などのグループ活動を通して、社会性やリーダーシップを育む *原則全日程参加 対区内在住在学の小学校5・6年生 定64人(抽選) 費8000円 持着替え、筆記用具、常備薬、水筒など 申参加者の住所・氏名(ふりがな)・学校名・学年・性別・キャンプネーム(講習会で使用する呼び名)、保護者の氏名(ふりがな)・電話番号・Eメールアドレスを、Eメールで6月26日までに地域教育支援課地域教育支援担当☎5608-6311・✉chiikikyoku@city.sumida.lg.jpへ *左記コードの専用サイトからも申込可 *Eメールで申し込んだ場合は、受信確認のため申込先へ電話連絡が必要 *詳細は区ホームページを参照
	小・中学生向け「サマーテニススクール」(全12回)	7月21日(金)~8月29日(火)の毎週火・金曜日午後1時15分~3時45分	錦糸公園テニスコート(錦糸4-15-1)	対区内在住在学の小・中学生 定50人程度(抽選) 費6000円 持硬式用テニスラケット、テニスシューズ 申住所・氏名・年齢・電話番号を、直接または郵送で7月16日(必着)までに墨田区庭球協会事務局 相沢宗良(〒130-0013錦糸1-4-13)☎3622-7454へ
	子どもすみだ博士セミナー「新!?本所七不思議「すみだ川でなにがおこる?」」	▶1回目=7月25日(火)・26日(水)午前11時~午後0時半 *いずれか1日を受講 ▶2回目=8月1日(火)午前10時~午後3時 ▶3回目=8月8日(火)午前10時~午後3時	▶1回目=参加者の自宅等 *オンライン会議システム「Zoom」を使用 ▶2・3回目=すみだ生涯学習センター(東向島2-38-7)	対区内在住の小学校3年生~6年生 定15人(抽選) 費300円 持筆記用具 申催し名・郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号・保護者の氏名(同伴する場合のみ)を、往復はがきで7月14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 *すみだ生涯学習センターのホームページからも申込可
仕事・産業	食品衛生講習会(デリバリー・テイクアウト店、臨時営業施設、屋形船向け)	7月12日(水)午後2時~3時半 *受け付けは午後1時半~	区役所会議室131(13階)	内HACCPに沿った衛生管理や食中毒対策を学ぶ 対区内の食品関連事業者等 定先着50人 費無料 申事前に店舗の住所・名称・電話番号、参加人数を、電話またはファクス、Eメールで生活衛生課食品衛生係☎5608-6943・FAX5608-6405・✉seikatueisei@city.sumida.lg.jpへ *左記コードの専用サイトからも申込可
	働きやすい環境で成長できる場所がある!すみだ合同企業説明会in錦糸町	7月13日(木)午前10時~午後0時半	すみだ産業会館(江東橋3-9-10)	内区内中小企業による合同企業説明会 対6年3月卒業予定の学生、第二新卒(おおむね卒業後3年以内)の方、区内の中小企業に興味がある方等 費無料 申事前に電話で、すみだ人材確保プロモーション支援事業事務局(株式会社HRP内)☎3222-1801へ 問経営支援課経営支援担当☎5608-6185 *詳細は左記コードの専用サイトを参照
文化・スポーツ	ボディメイクプログラム(体組成測定付き)の1回体験	6月12日(月)~7月15日(土)の午前9時~午後9時 *日曜日、祝日は午後8時まで *6月20日を除く *所要時間は60分	スポーツプラザ梅若(墨田1-4-4)	内トレーニングと食事コントロールで無理なく続けられる6週間ダイエットの体験 対18歳以上の方 費1100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 *内容等の詳細は問い合わせるか、スポーツプラザ梅若のホームページを参照
	ワンコインレッスン「X 55」	6月16日~7月14日の毎週金曜日午後7時半~8時15分		内ステップ台や軽い重りなどを使った全身の有酸素運動と無酸素運動 対高校生以上 定先着17人 費各500円(トレーニングルーム利用料込み) 持室内用の運動靴、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 *内容等の詳細は問い合わせるか、スポーツプラザ梅若のホームページを参照
	墨田区交響楽団 第69回定期演奏会(ベートーヴェン/交響曲第1番およびバレエ音楽「プロメテウスの創造物」、メンデルスゾーン/序曲「美しいメルジーネの物語」)	7月9日(日)午後1時半~ *開場は午後0時半	すみだトリフォニーホール(錦糸1-2-3)	【指揮】櫻屋敷 滋人 費1500円 *中学生以下は500円 *全席指定 申事前にトリフォニーホールチケットセンター(すみだトリフォニーホール内)☎5608-1212へ *電話での受け付けは午前10時~午後6時、窓口販売は午前11時~午後6時 問▶墨田区交響楽団 栗井雅俊☎3626-4187・✉info@sumikyo.com ▶文化芸術振興課文化芸術担当☎5608-6212
	すみだ生涯学習センター×向島百花園連携講座 絵行灯づくり「向島百花園からユートリヤに明かりを灯そう」	7月23日(日)午後1時半~4時	向島百花園(東向島3-18-3)	内向島百花園の伝統行事「虫ききの会」「月見の会」について知り、そこで飾る絵行灯の絵を描く 定20人(抽選) 費300円(材料費・保険料) *別途、入場料が必要 申催し名・郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を、往復はがきで7月14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 *左記コードのすみだ生涯学習センターのホームページからも申込可
区民体育祭「水泳大会」	8月6日(日)▶小学生=午前8時15分~10時 ▶高校生=午前10時半~正午 ▶中学生=午後1時~2時半 ▶一般=午後3時~4時半	両国屋内プール(横網1-8-1)	費▶小学生~高校生=500円 ▶一般=700円 申7月5日午後5時までに区ホームページから申込み *詳細は区ホームページを参照 問スポーツ振興課スポーツ振興担当☎5608-6312	
区政その他	小梅橋船着場無料SUP体験	6月17日(土)・25日(日)午前9時~10時、午前10時半~11時半、正午~午後1時、午後1時半~2時半	小梅橋船着場(向島1-23地先)	対中学生以上 定各先着4人 申事前に専用サイトから申込み 問観光課観光担当☎5608-6931 *北十間川周辺エリア舟運活性化のため、体験後にアンケートを実施 *詳細は専用サイトを参照
	令和5年度すみだの力応援助成事業応募団体による公開プレゼンテーション	6月18日(日)午前9時~	区役所会議室131(13階)	内「すみだの力応援基金」の助成を希望する団体による公開プレゼンテーション 定先着20人 費無料 申事前に催し名・氏名・電話番号を、電話またはEメールで地域活動推進課まなび担当☎5608-6202・✉katsudosuishin@city.sumida.lg.jpへ *受け付けは6月15日まで *詳細は区ホームページを参照
	すみだ景観フォーラムシンポジウム「関東大震災100年の街並み」	7月8日(土)午後2時~4時	▶会場=区役所会議室131(13階) ▶オンライン=参加者の自宅等 *詳細は区ホームページを参照	内関東大震災復興期に整備された街並みが、現在の景観にどう活かされたかを考える 【講師】栢木 まどか氏(東京理科大学准教授)、姜 明采氏(神奈川県立大学助教)ほか 定▶会場=先着40人 費無料 申事前に催し名、代表者の住所・氏名・電話番号、参加人数、参加方法を、直接または電話、ファクス、Eメールで都市計画課景観・まちづくり担当(区役所9階)☎5608-6266・FAX5608-6409・✉toshikeikaku@city.sumida.lg.jpへ

☎=電話 FAX=ファクス ✉=Eメール 📍=ホームページアドレス

お知らせ 住民票の写し、印鑑登録証明書、区民税・都民税課税(非課税)証明書はコンビニ交付で!(マイナンバーカードが必要)窓口課証明係☎5608-6104

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

区分	名称	内容・対象等	申込み・問合せ等
暮らし	高齢者向け住宅(単身用・2人世帯用)入居者の募集	【シルバーピアの募集戸数】▶単身用=8戸(1DK) 【高齢者個室借上げ住宅の募集戸数】▶単身用=12戸(1K・1DK) ▶2人世帯用=4戸(2K・2DK) 対 ▶単身用=区内に3年以上居住している65歳以上(身体障害者手帳1級~4級を持っている場合等は60歳以上)の方 ▶2人世帯用=単身用の対象に該当する方と、その配偶者、婚約者、内縁関係・パートナーシップ関係にある方、3親等内の親族で60歳以上の方からなる2人世帯 *いずれも持ち家がある方は不可	選 ▶シルバーピア=募集戸数と同数の資格審査対象者を抽選で選定し、資格審査の合格者を入居予定者に決定 ▶高齢者個室借上げ住宅=募集戸数の2倍の資格審査対象者を抽選で選定し、資格審査実施後、住宅困窮度合いが高い方から順に半数を入居予定者に決定 申 6月28日~30日の午前9時半~午後4時に、令和4年中の収入が分かるもの(公的年金の源泉徴収票など)を持って直接、区役所会議室122(12階)へ 問 住宅課居住支援担当(区役所9階) ☎5608-6214 *詳細は問合せ先や各出張所で配布する募集案内を参照

10月11日発行の区報をつくろう!

墨田区報ジュニアレポーター募集!

墨田区のお知らせ「すみだ」(本紙)の10月11日号の特集面を作成する「ジュニアレポーター」を募集しています。ぜひ、ご応募ください。

※昨年度のメンバーが作成したよ!



【対象】区内在住の中学生**【募集数】**5人程度(抽選)**【申込み】**申込書を直接または郵送、ファクスで6月30日(必着)までに〒130-8640広報広聴担当(区役所6階) ☎5608-6223・FAX5608-6406へ *申込書は申込先で配布しているほか、区ホームページからも出力可



活動スケジュール

- ◆7月24日(月)午後 *2時間半程度
どんな紙面にするか話し合おう
- ◆8月1日(火)~18日(金)のうち1日程度
まちへ出て取材をしよう
- ◆8月23日(水) *予定
紙面のレイアウトを考えよう
- ◆9月1日(金)~29日(金)
文章やレイアウトを確認しよう(自宅での作業1・2回)
- ◆10月11日(水)
区報発行!



インタビューや写真撮影、編集など、いろいろな体験ができるよ



詳細は、学校を通して配布した募集チラシ兼申込書をご覧ください!



トリフォニーホール(錦糸1-2-3)おすすめ公演情報

トリフォニーホールチケットセンター
☎5608-1212・錦糸1-2-3

事前に、すみだトリフォニーホールのホームページで「重要なお知らせ」内の「お客様へのご協力とお願い」をご確認ください。

世界的巨匠でノートルダム大聖堂の首席オルガニストがトリフォニーホールのために選曲!

オリヴィエ・ラトリー オルガン・リサイタル

【とき】6月27日(火)午後7時開演**【出演】**オリヴィエ・ラトリー(オルガン)**【曲目】**J.S.バッハ/「パストラール」、サン=サーンス/「動物の謝肉祭」より「水族館」「大きな鳥籠」「白鳥」、ワーグナー/歌劇「ニュルンベルクのマイスタージンガー」より「第1幕への前奏曲」、ラトリー/即興演奏ほか**【入場料(全席指定)】**2525円 *区内在住在勤の方は2200円 *当日は3000円



オリヴィエ・ラトリー

リラックスして、皆さんと一緒にオーケストラをお楽しみください!

赤ちゃんも、障害のある方も、未就学児も…

みんなみんな、「ようこそ!誰でもコンサート」新日本フィル・スペシャル!

【とき】7月11日(火)午前10時半開演**【出演】**米田覚士(指揮)、岩崎瑞穂(司会)、新日本フィルハーモニー交響楽団**【曲目】**久石 譲/「風の谷のナウシカ」より「遠い日々」、「天空の城ラピュタ」より「君をのせて」ほか**【入場料(全席指定)】**2000円 *区内在住在勤の方、区内在住在学の小学生~高校生、大学生等は1000円 *障害のある方とその介助者、未就学児は無料(要座席券)



米田覚士



岩崎瑞穂



ご来館の際は事前に、すみだ北斎美術館のホームページで開館状況をご確認ください。
【問合せ】文化芸術振興課文化芸術担当 ☎5608-6115



北斎名品コレクション⑥1

すみだ北斎美術館に収蔵されている北斎の名品をご紹介します。

葛飾北斎「富嶽百景」初編 上(版本)

北斎は、46図に及ぶ大シリーズ「富嶽三十六景」で、各地から見える富士山をめぐる風景を紹介していますが、それでも描き足りず、天保5年(1834年)以降に102図にのぼる富士山の絵を収めた「富嶽百景」を発表しています。その中に、富士山を崇拜する山岳信仰「富士講」の信者が富士登山をする姿を描いた図が複数見られます。本図はそのうちの1つで、信者が下山道の砂走りと呼ばれる細かい砂が積もった道を滑り降りて行く様子を捉えたものです。人物描写に優れた北斎ならではの、ダイナミックでスピーディーな滑走感があらわれています。本図は「北斎 大いなる山岳」展にて通期(6月20日~8月27日)で展示します。



すみだ北斎美術館企画展

「北斎 大いなる山岳」展

北斎は、日本一の山「富士山」から、江戸時代にできた人工の低山「天保山」まで、様々な山を描いています。近代登山が始まるはるか以前から、日本人は信仰や生業のために山に登りました。北斎の描いた山を通して、山の信仰、生業、伝説や怪談を紹介し、日本人と山の関わりを見ていくとともに、北斎による多彩な山の表現とその魅力に迫ります。

【とき】6月20日(火)~8月27日(日)の午前9時半~午後5時半 *入館は午後5時まで**【ところ】**すみだ北斎美術館(亀沢2-7-2)**【入館料】**▶一般=1000円 ▶高校生・大学生・65歳以上の方=700円 ▶中学生・障害のある方=300円 ▶小学生以下=無料 *観覧日当日に限り、常設展をはじめ全ての展示が観覧可 *詳細は、すみだ北斎美術館のホームページを参照**【問合せ】**すみだ北斎美術館 ☎6658-8936

