

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	スマートフォンの疑問や不安についての相談会	6月22日～7月27日の毎週木曜日 ▶ 午前の部=午前9時半～正午 ▶ 午後の部=午後1時半～4時 * 相談時間は30分(30分ごとに受け付け)	区民相談コーナー(区役所1階) * 7月13日は本所地域プラザ(本所1-13-4)でも実施	対 60歳以上の方 定 各先着2人 費 無料 申 当日直接会場へ 問 ▶ 高齢者福祉課支援係 ☎5608-6168 ▶ スマートフォン普及啓発事業事務局 ☎050-5536-6049 * 受け付けは月曜日～金曜日の午前9時～午後5時(祝日を除く)
	薬剤師から聞くお薬のアレコレ(認知症普及啓発事業)	6月30日(金)午後2時～3時半	すみだ福祉保健センター(向島3-36-7)	内 薬の飲み忘れ防止の方法や「かかりつけ薬剤師」等の情報を学ぶ 対 区内在住の勤労者の方 定 先着10人程度 費 無料 申 事前に、こども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
	ふくの会(なりひら認知症家族会)	7月1日(土)午後1時半～3時半	なりひらホーム(業平5-6-2)	内 認知症の家族を介護している方の悩みの共有・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
	ユートリヤで健康な体になろう!(7月)	▶ ヨーガ=7月3日(月)・17日(祝)午後3時半～4時半 ▶ ボイスエクササイズ&テクニック=7月7日(金)・21日(金)午後2時20分～4時 ▶ 太極拳=7月13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20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 持 飲物 申 事前に、すみだ生涯学習センター事業課 ☎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 * 空きがあれば当日会場でも申込可 * ヨーガ・太極拳は動きやすい服装で参加
	「2023夏体験ボランティア」説明会	▶ 7月9日(日)午前10時～11時、午後1時半～2時半 ▶ 7月10日(月)午後4時～5時 ▶ 7月23日(日)午前10時～11時、午後1時半～2時半 ▶ 7月24日(月)午前10時～11時	すみだボランティアセンター(東向島2-17-14)	内 7月22日～9月15日に開催する「2023夏体験ボランティア」の説明会 * ボランティアの参加には、説明会への出席が必要 対 区内在住の小学生以上 定 各先着20人 費 無料 申 事前に電話で、すみだボランティアセンター ☎3612-2940へ * 受け付けは月曜日～金曜日の午前9時～午後5時半(祝日を除く) * 墨田区社会福祉協議会のホームページからも申込可
	吾孺の里 健康教室「はじめてみよう!太極拳」	7月11日(火)午前9時半～11時10分	八広地域プラザ(八広4-35-17)	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
	“スマートフォンの基本操作を学ぶ”スマートフォン体験会	7月13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	本所地域プラザ(本所1-13-4)	対 60歳以上の方 定 各20人(抽選) 費 無料 持 スマートフォン * 貸出し可 問 高齢者福祉課支援係 ☎5608-6168 申 電話で7月6日までにスマートフォン普及啓発事業事務局 ☎050-5536-6049へ * 受け付けは月曜日～金曜日の午前9時～午後5時(祝日を除く) * 抽選結果は7月10日頃に連絡
	認知症サポーター養成講座	7月14日(金)午後2時～3時半	なりひらホーム(業平5-6-2)	内 認知症について学ぶ 対 区内在住の勤労者の方 定 先着20人 費 無料 申 事前に、なりひら高齢者みまもり相談室(なりひらホーム内) ☎5809-7400へ * 受け付けは月曜日～金曜日の午前9時～午後5時
生きがい講座「スマートフォンの使い方基礎」(全2回)	7月19日(水)、8月16日(水)午後1時半～4時半	すみだ女性センター(押上2-12-7-111)	内 基本操作、カメラやマップの操作等を、スマートフォンの機種(Android、らくらくフォン、iPhone)・キャリア(ドコモ、ソフトバンク、au等)別に少人数のグループで教わる 対 おおむね55歳以上で、全日程参加できる方 定 先着30人 費 無料 持 スマートフォン 申 事前に電話で、てねん・どすこい倶楽部事務局 ☎5631-2577へ * 受け付けは月曜日～金曜日の午前10時～午後4時 * 申込時にスマートフォンの機種とキャリアを確認 問 高齢者福祉課支援係 ☎5608-6168	
子育て・教育	ひきふね図書館10周年記念特別イベント「夏のおたのしみ会」	7月1日(土)午前10時半～11時半	ひきふね図書館(京島1-36-5)	内 絵本の読み聞かせ、パネルシアター、工作会 対 3歳児～小学生 定 先着20人 費 無料 申 当日直接会場へ 問 ひきふね図書館 ☎5655-2350
	産後ママのボディメンテナンス	7月15日(土)午前10時45分～11時半	八広地域プラザ(八広4-35-17)	内 ピラティス・骨盤ボディメイクを中心としたエクササイズ 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 800円 持 飲物、タオル * 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7月10日までの午前9時～午後8時
	水鉄砲 de バトル	7月17日(祝)午後0時45分～2時15分	区総合運動場(堤通2-11-1)	内 10対10の水鉄砲対決や水遊びブースでの水遊び * キッチンカーも出店 対 小学生以下 * 18歳以上の保護者の同伴可 費 1000円 申 事前にフクシ・エンタープライズ墨田フィールド(区総合運動場) ☎3611-9070へ * 入場を規制する場合あり
	夏休み親子教室「伝統工芸体験」	7月29日(土)午前10時～正午	すみだ産業会館(江東橋3-9-10)	内 / 定 ▶ からくり屏風・江戸木目込み・江戸文字提灯の製作体験/各15組 ▶ 桐工芸カタカタ人形の製作体験/8組 ▶ 手書き友禅体験/24組 * いずれも先着 対 小学生とその保護者(2人1組) 費 無料 申 6月25日午後1時から電話で、すみだ産業会館 ☎3635-4351へ
	夏の多世代交流フェア“夏休みの宿題、手伝います”		梅若ゆうゆう館(墨田1-4-4・シルバープラザ梅若内)	申 7月14日までの午前9時～午後5時に梅若ゆうゆう館 ☎5630-8630へ * 体験当日はいつでも小学生の保護者等の同伴可 * 詳細は左記コードの梅若ゆうゆう館のホームページを参照
	▶ スポーツ吹き矢体験	8月3日(木)午前10時～正午		【講師】墨田区スポーツウエルネス吹き矢協会の会員 対 区内在住の小学生 定 10人(抽選) 費 無料
	▶ 指編み体験			【講師】指編みの会梅若の会員 対 区内在住の小学生 定 10人(抽選) 費 無料 * 申込先に見本を展示
▶ 絵手紙体験	8月3日(木) ▶ 午後1時半～2時半 ▶ 午後2時半～3時半	【講師】絵手紙サークル「夢」の会員 対 区内在住の小学生 定 各10人(抽選) 費 無料 * 申込先に見本を展示		
▶ 孫と楽しむプラモデル教室	8月3日(木)午後1時半～4時半	内 恐竜のプラモデルとジオラマを作成する * 申込先に見本を展示【講師】オオゴシ トモエ氏(プロモデラー) 対 区内在住で60歳以上の方と小学生(2人1組) 定 10組(抽選) 費 440円(教材費)		

☎=電話 FAX=ファクス ㊚=Eメール ㊚=ホームページアドレス

広告 尿に関するお悩みや泌尿器がん治療についてなどお気軽にご相談ください 言問通り沿い馬道交差点そば 浅草泌尿器科クリニック ☎03-3874-8184



# 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	子どもすみだ博士セミナー「すみだのいきものフィールドワーク」	8月7日(月)午前10時～正午	旧中川水辺公園(立花三・五・六丁目先周辺)	内 旧中川周辺の自然を観察する 対 区内在住の小学校4年生～6年生 *保護者の同伴可 定 10人(抽選) 費 300円(材料費・保険料) 申 催し名・住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を、往復はがきで7月21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
	ぜん息児水泳教室(全10回)	9月6日～11月8日の毎週水曜日午後4時～6時	両国屋内プール(横網1-8-1)	内 水泳で気管支ぜん息の症状を改善させ、体力をつける *当日は医師が常駐 対 区内在住で、ぜん息等の症状がある小・中学生 定 先着40人 費 無料 申 主治医と相談のうえ、事前に左記コードの専用サイトから申込み *受け付けは7月31日まで 問 保健計画課保健計画担当 ☎5608-6190
	ぜん息児デイキャンプ(全3回)	10月8日、11月5日、12月17日いずれも日曜日 *時間等の詳細は問合せ先へ	▶10月8日、12月17日=八広地域プラザ(八広4-35-17) ▶11月5日=茨城県立中央青年の家(茨城県土浦市永井987)	内 ぜん息に負けない体力をつける 対 区内在住で、ぜん息等の症状がある小・中学生 定 先着30人 費 無料 申 事前に専用サイトから申込み 問 保健計画課保健計画担当 ☎5608-6190
文化・スポーツ	健康・体力づくり プール一般公開	7月31日までの▶月曜日・水曜日～土曜日=午前9時～午後10時 ▶日曜日・祝日=午前9時～午後9時 *利用できない日程あり(詳細は問い合わせるか、両国屋内プールのホームページを参照)	両国屋内プール(横網1-8-1)	対 4歳以上の方 *小学校3年生以下は保護者の同伴が必要(保護者1人につき2人まで可) 費 ▶中学生以下、区内在住で65歳以上の方=100円 ▶その他=410円 *身体障害者手帳、愛の手帳等をお持ちの方は無料(受け付け時に提示が必要) 持 ゴーグル(任意)、水泳帽、水着、タオル *区内在住で65歳以上の方は本人確認書類を持参 申 当日直接会場へ *入場を規制する場合あり 問 両国屋内プール ☎5610-0050 *プライベートレッスンや各教室も実施(詳細は問合せ先へ)
	コース型「ヨガ(金)朝」の1回体験	6月23日～7月21日の毎週金曜日午前9時50分～10時50分	スポーツプラザ梅若(墨田1-4-4)	内 こりや痛みを和らげるゆったりとしたヨガの体験 対 18歳以上の方 定 各先着12人 費 1100円 *体験以降は残り回数×1100円 持 タオル、飲み物 *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「ボディバランス」	6月27日～7月25日の火曜日午後8時半～9時15分 *7月18日を除く		内 ヨガ等の動きを音楽に合わせて行い、身体機能等の向上をめざす 対 高校生以上 定 各先着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(トレーニングルーム利用時のみ)、タオル、飲み物 *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
	初心者アーチェリー教室(全2回)	7月2日(日)・8日(土)午前9時～11時	区総合体育館(錦糸4-15-1)	対 区内在住の在勤在学中で16歳以上のアーチェリー初心者 定 20人(抽選) 費 1000円 *当日会場で支払い 申 住所・氏名・年齢・電話番号を、はがきまたはファクスで6月26日(必着)までに墨田区アーチェリー協会事務局岡安俊典(〒130-0004本所1-31-7) ☎3625-1874・FAX3625-1860へ *内容等の詳細は墨田区アーチェリー協会のホームページを参照
BSライブイベント ひなたおさむ 愛のシャンソンコンサート	7月8日(土)・9日(日)午後4時～ *開場は午後3時半	本所地域プラザ(本所1-13-4)	【出演】ひなた おさむ氏(うたのおにいさん) 定 各先着72人 費 各4000円 申 事前に本所地域プラザ ☎6658-4601へ *受け付けは午前9時～午後8時	

# 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
産仕事	墨田区育児休業代替任期付職員「事務(Ⅲ類)」の募集	対 日本国籍を有し、平成17年9月1日までに生まれた方 選 作文および面接 *募集内容の詳細は採用選考案内を参照 【採用数】若干名 【選考日】7月22日(土) *時間は受験者に後日通知	【採用選考案内の配布場所】職員課(区役所8階)、区民情報コーナー(区役所1階)、各出張所ほか *区ホームページからも出力可 申 7月6日午後5時までに区ホームページから申込み 問 職員課人事担当 ☎5608-6244



## すみだSDGsステーション

SDGs [Sustainable Development Goals(持続可能な開発目標)]は、人類がこの地球で暮らし続けていくために2030年までに達成しなければならない世界共通の17の目標です。



### 目標達成に向けて知っておきたい理念や特徴をご紹介します

**皆でやれば大きな力 できることから始めよう!**

今年は5月から夏日を記録しました。また、明治9年(1876年)～平成30年(2018年)の東京管区気象台の平均気温は、100年当たり2.5度も上昇しています。これは、人間の活動で地球上に二酸化炭素(CO<sub>2</sub>)などの温室効果ガスが増え、地球温暖化が進んだためです。

区では、こうした環境問題を気軽に学べるよう、「すみだ環境学習ツール」をインターネットで公開しています。また、今月24日(土)・25日(日)に開催する「すみだ環境フェア2023」(詳細は本紙6月1日号6面に掲載)では、環境に関連したワークショップや展示等を行います。


地球温暖化は、地球規模の大きな問題で、各家庭でできること(アクション)はないと思われがちです。しかし実は、本区におけるCO<sub>2</sub>排出量の60%以上が民生部門(家庭・業務)から排出され、そのうちの70%は電力エネルギーの消費によるものです。日常生活でできる、こまめな消灯や冷暖房の適切な温度設定などのほか、家庭用燃料電池や太陽光発電システムの導入、再生可能エネルギーの電力への切替えなどが、各家庭でできるアクションです。

再生可能エネルギーとは、太陽光、風力、水力、地熱といった、自然界に常に存在し温室効果ガスを排出しないエネルギーです。再生可能エネルギーの電気プランに切り替えるだけで、発電設備を設置しなくてもCO<sub>2</sub>排出量が実質ゼロになります。


皆さんも、家庭の電力について具体的なアクションを始めませんか。

【問合せ】SDGs未来都市政策調整担当 ☎5608-6231

**7** エネルギーをみんなにそしてクリーンに



**13** 気候変動に具体的な対策を











☎ = 電話 FAX = ファクス ☒ = Eメール  
📄 = ホームページアドレス





