

墨田区のお知らせ

No.2078

2023年
(令和5年) 8/1

毎月1日・11日・21日発行

◆2面以降の主な内容
 2・3面・・・打ち水グッズの貸出し等
 3～6面・・・講座・教室・催し・募集
 7面・・・すこやかライフ
 8面・・・つながる すみだ人

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/>

食で!育む人づくり すみだの食育

食育とは、「生きる上での基本であり、様々な経験を通じて、「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実現することができる人間を育てる」ことです。区では、「みんなが笑顔でたのしい食環境を通じて豊かな人生をおくる」ことをめざしています。

今号1面では、すみだの食育に関する取組や、すみだ食育推進リーダーについてご紹介します。

【問合せ】保健計画課保健計画担当 ☎5608-6517

すみだの食育とは?

「夢をカタチに!手間かけて みんなでつくる すみだの食育“食を通じて育む 区民一人ひとりの豊かな人生”」をスローガンに、区民、NPO、事業者、企業、大学等と区が協働して食育に取り組んでいます。

多様な価値観を認め合い、広い視野を持ちながら、世代や分野、地域をこえて区内外のあらゆる地域資源をつなぎ、「すみだらしい食育文化」を育みながら持続可能な「協創の食育」を推進していきます。



すみだ農園での取組を子どもたちに紹介



北海道芽室町との取組をかかしと一緒に紹介

集まれ!未来のすみだ食育推進リーダー!

すみだの食育で大切にしているのは“人”です。「すみだ食育推進リーダー」は、人と人、人と地域をつなぎながら食育を推進する、すみだの食育にとってなくてはならない存在です。「すみだの食育」の未来を創る「すみだ食育推進リーダー育成講習会」を開催します。講習会のプログラム等の詳細は、区ホームページをご覧ください。

とき 10月3・10・24・31日、11月7・21日、12月12日いずれも火曜日午前9時半～午後4時半(全7回) *最終日は午後3時半まで

ところ 区役所ほか

対象 区内在住在勤在学で全日程参加でき、受講後、地域の食育推進に取り組む意欲のある方

定員 15人(選考)

費用 無料

申込み 住所・氏名・年齢・電話番号と「食育の大切さと私が取り組んでいること」をテーマとした作文(400字程度)を、直接または郵送、Eメールで9月5日(必着)までに、〒130-8640保健計画課保健計画担当(区役所5階) ☎5608-6517・hokenkeikaku@city.sumida.lg.jpへ *後日選考結果通知を送付

講習会で学ぶ4つのこと

1 法律や計画など様々な視点から食育を学ぶ

「食育基本法」や「墨田区食育推進計画」等の食育に関する基本的な知識や、「食」を通して生活を取り巻く状況を学びます。

2 すみだの食育が大切にしてきたことを学ぶ

3 区内外での活動について実践者から学ぶ

区内外で行われている食育活動やその実践から得た貴重な体験を学ぶとともに、食育にかける思いに触れます。

すみだの食育が大切にしてきた「育む」という視点、特に「食で!人を育む」ことについて学びます。

4 実現したいアイデアをカタチにする

講習会で学んだことを活かし、グループで話し合いながら、食育活動のアイデアをまとめ、カタチにします。

先輩リーダーに伺いました!

講習会受講時の印象は、「とにかく楽しい!」でした。様々な立場の方から話を聞き、意見を出し合う中、新たな知識と気付きが得られ、まさに「目から鱗」でした。

私たちの活動は、「食」を通して人と人をつなぎ、行政や地域の様々な関係者と協働しながら取り組むこと。ワクワクする出会いや発見、感動とともに、すみだの食育文化と一緒に育んでみませんか。



首都防災ウィークで活動する先輩リーダーの皆さん

新型コロナウイルス感染症の電話相談(7月20日時点)

[発熱などの症状の相談]かかりつけ医が▶いる場合=電話でかかりつけ医へ ▶いない場合=東京都新型コロナ相談センター☎0120-670-440 *受け付けは24時間(土・日曜日、祝日を含む) / 墨田区発熱・コロナ相談センター☎5608-1443 *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) *感染症による不安やストレスなどの相談も可 *診察が可能な区内の医療機関の一覧は都ホームページを参照[後遺症の相談]墨田区後遺症相談センター☎5608-1443(最初に「後遺症の相談」と伝える) *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)

新型コロナワクチン接種の問合せ 墨田区コロナワクチン接種問い合わせダイヤル☎0120-714-587 *受け付けは午前8時半～午後5時15分(土・日曜日、祝日を含む)

新型コロナウイルス感染症と新型コロナワクチン接種に関する最新情報は区ホームページをご覧ください

新型コロナウイルス感染症 区HP 区HP(やさしい日本語)

新型コロナワクチン接種 区HP 区HP(やさしい日本語)

8月1日は「水の日」 打ち水グッズの貸出し

8月は水の使用量が1年で最も多い月です。区では、水の大切さや水循環への理解を深めるため、雨水や再利用水での打ち水を推進しています。打ち水に使うひしゃくやバケツを貸し出しますので、希望する方は事前にお問い合わせください。

また、打ち水の活動報告を募集しています。報告された方には手ぬぐいを進呈します(数に限りあり)。なお、報告写真の一部は、区ホームページ等で紹介する場合があります。詳細は区ホームページをご覧ください。

[問合せ]環境保全課指導調査担当☎5608-6210

水害リスクが特に高い地域にお住まいの方へ郵送します 我が家の水害リスク診断書

7月末～10月の間に、江東5区(墨田区・江東区・足立区・葛飾区・江戸川区)で水害リスクが特に高い地域にお住まいの方へ、都から「我が家の水害リスク診断書」を郵送します。この診断書では、住所ごとに水害リスクを判定し、その結果と推奨される避難行動が記載されています。ご自身の状況(居住階の高さ、備蓄の状況、避難に際して支障がある方の同居の有無等)を踏まえ、ご自身に適した避難行動の計画にご活用ください。詳細は都ホームページをご覧ください。

[問合せ]▶都総合防災部防災計画課☎5388-2345 ▶防災課防災係☎5608-6206

印鑑登録証をご確認ください 劣化した印鑑登録証(カード)の交換

平成12年4月～20年9月に交付した印鑑登録証(カード)の中には、環境に配慮した生分解性プラスチックを使用しており、年数の経過等で劣化し、破損しやすくなっているものがあります。劣化した印鑑登録証(カード)は、新しいものと無料で交換しますので、受け付け窓口までお持ちください。

[受け付け窓口]窓口課(区役所1階)、各出張所 [持ち物]劣化した印鑑登録証(カード)、登録している印鑑、写真付きの本人確認書類(運転免許証等、官公署が発行する有効期限内のもの) *代理人が手続する場合は委任状が必要 [問合せ]窓口課住民異動係☎5608-6102

31日はサイクルの日 自転車のリユース・リサイクルと羽毛布団のリサイクル

家庭で不用になった、まだ乗れる自転車を回収し、アジアやアフリカへ届ける自転車リユース・リサイクル事業と、羽毛布団のリサイクル事業を

実施します。なお、粗大ごみとしての回収ではありません。

[回収日時/回収場所]8月31日(木)午前9時～午後2時/すみだ清掃事務所(業平5-6-2)[回収品目(自転車)]乗車可能な次のいずれかの自転車▶大人用自転車 ▶子ども用自転車 ▶電動アシスト自転車 ▶マウンテンバイク ▶折り畳み式自転車 *パンクしているものも可 *ストライダーは不可 [回収品目(羽毛布団)]ダウン率50%以上のもの [対象]区内在住在勤の方 *事業者を除く [費用]無料 [申込み]事前に電話で、すみだ清掃事務所☎5819-2572へ *専用サイトからも申込可 *受け付けは8月24日まで

ご協力をお願いします 原爆の日・終戦の日の黙とう

原爆や第二次世界大戦で亡くなられた方を追悼し、世界の恒久平和を願うため、1分間の黙とうにご協力をお願いします。

[とき]▶広島原爆の日=8月6日(日)午前8時15

分 ▶長崎原爆の日=8月9日(水)午前11時2分 ▶終戦の日=8月15日(火)正午 [問合せ]総務課庶務係☎5608-6240

受け付けを開始します 帯状疱疹ワクチンの任意予防接種費用の助成

帯状疱疹ワクチンの任意予防接種費用の一部を助成します。帯状疱疹ワクチンには、生ワクチンと不活化ワクチンがありますので、接種を希望する方は、医師と相談のうえ、接種してください。

なお、接種費用はワクチンの種類・医療機関ごとに異なります。助成額との差額は、医療機関の窓口でお支払いください。助成額等の詳細は区ホームページをご覧ください。

[対象]墨田区に住民登録があり、接種時点で50歳以上の方 *過去に接種済みの方を除く [申込み]接種希望のワクチンの種類を決めたうえで、事前に電話で保健予防課感染症係☎5608-6191へ *専用サイトからも申込可

申請はお早めに 心身障害者福祉手当等

今月以降の心身障害者福祉手当・特別障害者手当・障害児福祉手当と、11月分からの東京都重度心身障害者手当は、基準期間となる4年1月～12月の所得を基に支給の可否を判定します。表1の対象者で、基準期間中の所得が表2の制限額以内の方は、各手当を申請できます。なお、特別養護老人ホーム等の施設に入所している方は受給できません。また、原則65歳以上の方は、心身障害者福祉手当と東京都重度心身障害者手当を新規に受給することはできません。詳細は区ホームページをご覧ください。

[問合せ]障害者福祉課障害者給付係☎5608-6163

■各手当の対象・手当額(表1)

手当の種類	対象	手当額(月額)
心身障害者福祉手当	次のいずれかに該当する方▶身体障害者手帳1級～3級または愛の手帳1度～4度、精神障害者保健福祉手帳1級を持っている▶難病等で医療費助成の認定を受けている▶脳性麻痺または進行性筋萎縮症である	1万5500円 *身体障害者手帳3級または愛の手帳4度、精神障害者保健福祉手帳1級の方は7750円
東京都重度心身障害者手当	次のいずれかに該当する方▶重度の知的障害で常時複雑な配慮を必要とする程度の精神症状がある▶重度の知的障害と重度の身体障害が重複している▶両上肢および両下肢の機能が失われ、かつ、座っていることが困難である	6万円
特別障害者手当	20歳以上で、重度の障害があり、常時特別な介護を必要とする方	2万7980円
障害児福祉手当	19歳以下で、重度の障害があり、常時介護を必要とする方	1万5220円

■所得制限額(表2)

扶養親族の数	心身障害者福祉手当・東京都重度心身障害者手当	特別障害者手当・障害児福祉手当	
	申請者本人または扶養義務者(申請者が19歳以下の場合)の所得制限額	申請者本人の所得制限額	配偶者または扶養義務者の所得制限額
0人	360万4000円	360万4000円	628万7000円
1人	398万4000円	398万4000円	653万6000円
2人	436万4000円	436万4000円	674万9000円
3人	474万4000円	474万4000円	696万2000円
4人	512万4000円	512万4000円	717万5000円

②所得額から各種控除をした金額が所得制限額以内であることが必要です。また、老人扶養親族等がいる場合は、表2の所得制限額に一定額が加算されます。所得の計算方法が不明な場合は、お問い合わせください。

受診票を送付しました 75歳以上の健康診査等

区では、75歳以上の方に健康診査を実施しています。対象となる方には、6月末に受診票を送付しましたので、忘れずに実施医療機関で受診してください。受診票が届かない場合や、紛失した場合は、「すみだけんしんダイヤル」へお問い合わせください。

[費用]無料 **[問合せ]** ▶すみだけんしんダイヤル ☎5608-1599 *受け付けは月曜日～金曜日の午前9時～午後6時(祝日・年末年始を除く) ▶保健計画課健康推進担当 ☎5608-8514

種別	対象	実施期間
75歳以上の健康診査	区内在住の75歳以上で、後期高齢者医療制度に加入している方 *一定の障害があると認定された方は65歳以上	11月30日(木)まで
生活習慣病予防健康診査	区内在住の75歳以上で、制度上ほかの健康診査を受ける機会がない方(生活保護受給者等)	

- ①いずれの実施期間も医療機関の休診日を除きます。
- ②9月以降は大変混みますので、早めの受診をお願いします。
- ③区が実施する「特定健康診査」と「生活習慣病予防健康診査」の対象となる40歳～74歳の方には、10月31日(火)まで健康診査を実施しています。

ぜひ、ご推薦ください 墨田区優秀技能者表彰

区内の中小企業に勤め、優れた技能を持っている方を優秀技能者として表彰しています。今年度の優秀技能者を募集しますので、ぜひ、ご推薦ください。

[対象] 次の全ての要件を満たす方 ▶区内の中小企業(事務所等が区内にある企業を含む)で、建設業、製造業、一般飲食業、サービス業等に就いている ▶同一業種の技能者として、5年10月31日現在25年以上従事している ▶同一業種で優れた技能を持っており、ほかの従事者の模範となっている **[選考方法]** 書類選考および面接 *面接日は申込者に後日通知 **[申込み]** 電話で8月28日までに産業振興課産業振興担当 ☎5608-1437へ *本人による申込みも可

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。

[試験日]10月19日(木) **[試験会場]**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 **[試験科目]** 国語、社会、数学、理科、外国語(英語) **[申込み]** 願書等を書留で9月1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都庁第二本庁舎16階北側)で配布 *詳細は文部科学省のホームページを参照 **[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



**毎月1日は
墨田区防災の日**

8月1日の点検項目
まず確認
行動前の正しい情報

**毎月5日は
すみだ環境の日**

8月のエコしぐさ
打ち水で
気温も気持ちも
クールダウン

墨田区環境キャラクター「地球くん」

ビジネスに役立つ情報が満載!
すみだ産業情報ナビ

いまずぐ検索!
すみだ産業情報ナビ

**区政情報番組
ウィークリー すみだ**
8月の番組表

キャスト 大山美佳さん

毎日、午前9時、正午、午後4時・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、放送終了後は区ホームページでご覧になれます。
[問合せ] 広報広聴担当 ☎5608-6220

知=すみだのそこの知りたい 特=特集 歩=歩いてみよう すみだでオフタイム

放映日	午前9時	正午	午後4時	午後8時
8月6日(日)～12日(土)	知 音楽都市すみだ			
8月13日(日)～19日(土)	特 もったいない! 減らそう食品ロス	知 音楽都市すみだ	特 もったいない! 減らそう食品ロス	知 音楽都市すみだ
8月20日(日)～26日(土)	歩 鐘ヶ淵エリア			
8月27日(日)～9月2日(土)	歩 鐘ヶ淵エリア	特 もったいない! 減らそう食品ロス	歩 鐘ヶ淵エリア	特 もったいない! 減らそう食品ロス

*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、株式会社J:COM東京すみだ・台東 ☎0120-999-000へ

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
暮らし	行政書士によるくらしと事業の手続き無料相談	6年3月26日までの火曜日午後1時～4時 *祝日、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、許認可、ビザ、パートナーシップ、マイナンバーカード、事業継承、成年後見等の相談 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
	社会保険労務士による無料相談	8月2・16日、9月6日いずれも水曜日午後1時～4時半 *原則毎月第1・3水曜日に開催(祝日、年末年始を除く)		内 各種年金・労務管理等の相談 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
	"6年4月1日から不動産の相続登記が変わります"司法書士による無料法律相談	8月3日～6年3月28日の木曜日午後2時～4時 *祝日、年末年始、6年1月4日を除く	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 先着8人(組) 申 相談日の2週間前(土・日曜日、祝日、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
	宅地建物取引士による無料相談	8月4日～6年3月29日の金曜日午後1時～3時 *祝日、年末年始を除く		内 不動産取引に係る一般相談 申 当日直接会場へ 問 ▶すみだ区民相談室 ☎5608-1616 ▶東京都宅地建物取引業協会第3ブロック ☎5830-6322
	星空フェスタ プラネタリウム上映会(8月)	8月20日(日)▶1回目=午前11時～11時40分 ▶2回目=午後2時～2時40分 ▶3回目=午後4時～5時	すみだ生涯学習センター(東向島2-38-7)	【テーマ】▶1・2回目は「なつのおほしさま」▶3回目は「夏の星空と天体めぐり」 定 各先着80人 費 ▶中学生以下=各200円 ▶その他=各500円 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

☎=電話 FAX=ファクス ㊚=Eメール ㊚=ホームページアドレス

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



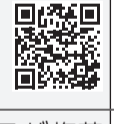
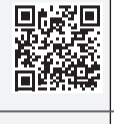
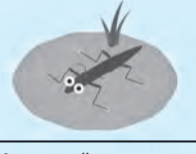
区分	名称	とき	ところ	対象・定員・費用・申込み・問合せ等
暮らし	地域福祉プラットフォーム夏休み特別企画第2弾			内 ▶8月28日=子どもから大人までおもちゃを通じて交流する * ▶午前11時半から読み聞かせ ▶午後1時からおもちゃづくり を実施(いずれも1時間程度) 対 ▶8月24・31日=小学校3年生以下 *保護者の同伴が必要 定 ▶8月29日=先着10人 ▶その他=先着15人 費無料 持 飲物 *汚れても構わない服装で参加 申 ▶8月28日=当日直接会場へ ▶その他=事前に電話で墨田区社会福祉協議会 ☎3614-3900へ *各実施日の前日正午まで *下記各コードからEメールでも申込可 問 墨田区社会福祉協議会 ☎3614-3900 *電話での受け付けは月曜日~金曜日の午前9時~午後5時(祝日を除く) 8月24日 8月29日 8月31日
	▶エッグ馬拉カス作り	8月24日(木)午前11時~11時45分	地域福祉プラットフォーム八広(八広5-18-23)	
	▶おもちゃフェスティバル「いろんなおもちゃをつくってあそぼう」	8月28日(月)午前11時半~午後3時	地域福祉プラットフォーム本所(本所1-13-4)	
	▶マルチトレイを作ろう!	8月29日(火)午後1時半~3時	地域福祉プラットフォーム京島(京島3-49-18)	
	▶MYおうちバッグ作り	8月31日(木)午前11時~11時45分	地域福祉プラットフォーム八広(八広5-18-23)	
健康・福祉	オレンジカフェすみだ	8月9日(水)・17日(木)午後2時~3時半	▶8月9日=八広はなみずき高齢者支援総合センター(八広5-18-23) ▶8月17日=参加者の自宅等 *オンライン会議システム「Zoom」を使用	内 認知症に関する情報交換や悩みなどを共有し交流する *8月9日は個別相談もあり 対 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 費無料 申 ▶8月9日=当日直接会場へ ▶8月17日=事前に電話で同愛高齢者支援総合センター ☎3624-6541へ 問 ▶8月9日=八広はなみずき高齢者支援総合センター ☎3610-6541 ▶8月17日=同愛高齢者支援総合センター ☎3624-6541
	スマートフォンの疑問や不安についての相談会	8月21日(月) ▶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 *相談会の相談時間は30分(30分ごとに受け付け)	区総合運動場(堤通2-11-1)	内 都内在住の60歳以上の方 定 ▶相談会=各先着2人 ▶体験会=各20人(抽選) 費無料 持 ▶体験会=スマートフォン 問 ▶スマートフォン普及啓発事業事務局 ☎050-5536-6049 ▶スポーツ振興課スポーツ施設担当 ☎5608-6588 申 ▶相談会=当日直接会場へ ▶体験会=電話で8月14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8月16日頃に連絡
	“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			
	食生活講習会「野菜を楽しむ! 健康的な毎日は食事から」	8月23日(水)午後1時半~3時半	本所保健センター(東駒形1-6-4)	内 野菜を手軽に食生活へ取り入れるポイントやレシピの紹介等 対 区内在住の方 定 先着20人 費無料 申 8月2日午前8時半から電話で本所保健センター ☎3622-9137へ
	バリアフリー映画会	8月26日(土)午後2時~3時10分	八広図書館(八広5-10-1-104)	内 令和3年に公開した映画「映画 すみっこぐらし 青い月夜のまほうのこ」のバリアフリー版の上映 定 先着40人 費無料 申 8月2日午前9時から催し名・氏名・電話番号またはファクス番号・介助者の有無を、直接または電話、ファクスで八広図書館 ☎3616-0846・FAX3616-0672へ *墨田区立図書館のホームページからも申込可
	初心者・シニア向け「筋膜リリース講習会(基礎編)」	8月26日(土)午後6時半~8時	八広地域プラザ(八広4-35-17)	内 フォームローラーの基本動作を学び、体の動きを快適にする 対 高校生以上 定 先着15人 費800円 持 飲物、汗拭きタオル 申 事前に電話でNPO法人スポーツドアあずま事務局 ☎3617-9002へ *左記コードの専用サイトからも申込可 *受け付けは8月25日午後5時まで 問 スポーツ振興課スポーツ振興担当 ☎5608-6312
	「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28日(月)午後2時~3時半	すみだボランティアセンター分館(亀沢3-20-11関根ビル4階)	内 地域活動に関心があり、協力会員・協力員として家事援助などの活動(有償ボランティア)に協力できる18歳以上の方 *今すぐ活動できなくても可 費無料 申 事前に電話で、すみだハート・ライン21事業室 ☎5608-8102へ *協力会員・協力員への登録方法の詳細は申込先へ
	認知症予防講座「認知症の予防につながる生活習慣」	8月30日(水)午後2時~3時半	シルバープラザ梅若(墨田1-4-4都営住宅4号棟1階)	内 生活習慣病と認知症の関連性や予防方法を学ぶ 対 認知症に関心がある方 定 先着20人 費無料 申 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
	区総合体育館公開講座「笑顔で運動”アタマとカラダを使うコーディネーショントレーニング」	8月31日(木)午後0時半~2時半	区総合体育館(錦糸4-15-1)	内 認知症予防につながるコーディネーション運動を学ぶ 定 先着20人 費無料 持 室内用の運動靴 *動きやすい服装で参加 申 事前に講座名・住所・氏名・電話番号を、電話またはEメールで区総合体育館 ☎3623-7273・Esumidagym@n-reco.co.jpへ *受け付けは8月24日まで
	身体障害者向け「七宝焼教室」(全3回)	9月6・13・20日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)	内 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・年齢・ファクス番号を、直接または電話、ファクスで8月8日までに、すみだ福祉保健センター ☎5608-3721・FAX5608-3720へ *申込時に手話通訳・ヒアリング(磁気)ループの希望可
	10年後、20年後も元気であるために「元気生き生き体操教室」(各全10回)	▶第1会場=9月6日~11月8日の毎週水曜日 ▶第2会場=9月8日~11月17日の金曜日 *11月3日を除く *時間はいずれも午後1時10分~2時40分	▶第1会場=すみだ女性センター(押上2-12-7-111) ▶第2会場=本所地域プラザ(本所1-13-4)	内 介護予防を柔道整復師から学ぶ 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 *ほかにも要件あり *未受講者を優先 定 各25人(抽選) 費無料 申 教室名・希望会場・住所・氏名・年齢・電話番号を、電話またはファクスで8月14日までに高齢者福祉課地域支援係 ☎5608-6178・FAX5608-6404へ
	高齢者向け「七宝焼教室」(全3回)	9月6・13・20日いずれも水曜日午後1時半~3時半	すみだ福祉保健センター(向島3-36-7)	内 区内在住の60歳以上で、全日程参加できる方 定 10人(抽選) 費2000円 申 8月10日までに、すみだ福祉保健センター ☎5608-3721へ *当選者には後日はがきを送付
	運動と食の健康習慣づくりに! 「すみだテイクテン教室」(全8回)	9月6・20日、10月4・18日、11月1・15・29日、12月13日いずれも水曜日午後2時~3時半	すみだ生涯学習センター(東向島2-38-7)	内 やさしい体操と栄養の講話 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本教室未受講者 *ほかにも要件あり 定 25人(抽選) 費無料 申 教室名・住所・氏名・年齢・電話番号またはファクス番号を、直接または電話、ファクスで8月24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
	認知症サポーター養成講座	9月8日(金)午後6時~7時半	区役所会議室131(13階)	内 認知症について学ぶ 対 区内在住の方 定 先着30人 費無料 申 事前に同愛高齢者みまもり相談室(亀沢2-23-7塚越ビル1階) ☎3625-6421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)
障がい者水泳教室	9月10・17・24日いずれも日曜日 ▶午前9時~9時50分 ▶午前10時~10時50分	両国屋内プール(横綱1-8-1)	内 区内在住で在勤在学中 ▶午前9時~=愛の手帳(療育手帳)または精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方 ▶午前10時~=身体障害者手帳をお持ちの方 定 各先着10人 *1日のみの参加も可 費無料 持 記名した水泳帽・水着・タオル 申 8月1日午前10時から両国屋内プール ☎5610-0050へ *窓口での申込みを優先 *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 *詳細は申込先へ	

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	高齢者イベント「長寿のつどい」	9月10日(日)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 ものまね芸人とバルーン漫談師によるショー 対 区内在住で60歳以上の方 定 40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 *当選者には後日はがきを送付
	毎年1回はチェックをしましょう「高齢者身体能力測定会」	9月13日(水)・14日(木) ▶1部=午前10時～正午 ▶2部=午後1時半～3時半	▶9月13日=すみだ生涯学習センター(東向島2-38-7) ▶9月14日=区総合体育館(錦糸4-15-1)	内 体組成測定、体力測定(握力、通常歩行速度、開眼片足立ち)、生活機能評価、フレイル予防ミニ講座、通いの場の紹介等 対 区内在住の65歳以上で、個別の支援を必要とせず、医師から運動を制限されていない方 *ペースメーカーを装着している方は体組成測定は不可 定 各先着30人 費 無料 申 事前に催し名、希望日・部、住所、氏名、年齢、電話番号、ペースメーカーの有無を、電話またはファクスで高齢者福祉課地域支援係☎5608-6178・FAX5608-6404へ
	認知症サポーターステップアップ教室(各全4回)	*時間はいずれも午後1時半～3時半	▶講義等=区役所会議室122(12階)	内 認知症の方への接し方やボランティアについての講義、グループワーク、オレンジカフェすみだでのボランティア実習 対 区内在住の認知症サポーター養成講座修了者で、原則全日程参加でき、教室終了後にボランティアとして活動を希望する方 定 各先着5人程度 費 無料 申 事前に電話で高齢者福祉課地域支援係☎5608-6502へ *受け付けは8月31日まで
	▶オレンジカフェすみだ(北部)実習コース ▶オレンジカフェすみだ(南部)実習コース	▶講義等=9月20日、10月18日、12月20日 ▶実習=11月8日 *いずれも水曜日 ▶講義等=9月20日(水)、11月17日(金)、12月20日(水) ▶実習=10月19日(木)	▶実習=八広はなみずき高齢者支援総合センター(八広5-18-23) ▶実習=本所地域プラザ(本所1-13-4)	
子育て・教育	夏休み工作教室「小箱(マルチトレイ)をつくろう!」	8月20日(日)午前10時半～正午	社会福祉会館(東墨田2-7-1)	対 区内在住の小学生とその保護者 定 先着12組 費 無料 申 8月2日から社会福祉会館☎3619-1051へ *受け付けは8月16日までの午前9時～午後5時(土・日曜日、祝日を除く)
	墨田清掃工場 夏休み親子見学会	8月26日(土)▶午前9時45分～▶午前11時～▶午後1時15分～	墨田清掃工場(東墨田1-10-23) *車での上場は不可	内 ガイドによる説明を受けながら清掃工場を見学する *自由見学も可(受け付けは午前9時半～午後2時半) 費 無料 申 当日直接会場へ *未就学児は保護者の同伴が必要 問 墨田清掃工場☎3613-5311
	すみだ自然観察会「池辺の生きもの観察」	8月27日(日)午後1時半～2時半 *雨天中止	大横川親水公園万華池周辺(石原4-13地先)	内 水辺の昆虫の探し方や生態を学ぶ 対 区内在住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(お持ちの方のみ)、帽子、タオル、飲物 *汚れても構わない服装で参加 申 8月9日までに左記コードの専用サイトから申込み *当選者のみ8月18日までに通知 問 環境保全課緑化推進担当☎5608-6208
	第16回夏休みみずかけキッズプログラム「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30日(水)午後2時～3時 *開場は午後1時半	すみだ女性センター(押上2-12-7-111)	内 新日本フィルハーモニー交響楽団団員を中心とした四重奏による演奏 対 主に幼児・小学生とその保護者 定 先着100人 費 無料 申 8月1日午前9時から専用サイトで申込み 問 すみだ女性センター☎5608-1771
	アレルギー講演会	9月3日(日)午前10時～11時半	本所地域プラザ(本所1-13-4)	内 ぜん息予防のためにアレルギーについて学ぶ 対 区内在住でアレルギーやアトピー性皮膚炎等の症状がある子どもの保護者、小児アレルギーに関心がある方 対 先着20人 費 無料 申 事前に専用サイトから申込み *受け付けは8月25日まで *事前申込みによる1歳以上の未就学児の一時保育あり(人数制限あり) 問 保健計画課保健計画担当☎5608-6190
仕事・産業	すみさポビジネスセミナー「小規模事業者のIT・DXの進め方」	8月22日(火)午後2時～4時 *個別相談を含む	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 定 先着5人 費 無料 持 筆記用具 申 事前に催し名、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事務局☎tech@techno-city.sumida.tokyo.jpへ *左記コードのすみだビジネスサポートセンターのホームページからも申込可 問 ▶すみだビジネスサポートセンター☎5608-6360 *受け付けは月曜日～金曜日の午前9時～午後5時 ▶経営支援課経営支援担当☎5608-6184
文化・スポーツ	ワンコインレッスン「ボディパンプ」	8月4日～9月8日の金曜日午前9時45分～10時半 *8月11日を除く	スポーツプラザ梅若(墨田1-4-4)	内 音楽に合わせてバーベルを使ったエクササイズを行う 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、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
	コース型教室「みるみるよくなる体操」「デトックスヨガ」の1回体験	8月23日～9月27日の毎週水曜日▶みるみるよくなる体操=午前9時45分～10時45分 ▶デトックスヨガ=午前11時～正午		内 ▶みるみるよくなる体操=身体の不調を改善する体操の体験 ▶デトックスヨガ=毒素を排出しやすくするヨガの体験 対 18歳以上の方 定 ▶みるみるよくなる体操=先着12人 ▶デトックスヨガ=先着15人 費 各1100円 *体験以降は残り回数×1100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 *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
	みんなでポッチャ練習会	8月26日(土)午前9時～正午	旧隅田小学校体育館(墨田5-49-5)	内 ポッチャの練習や交流試合を行う 対 小学生以上 費 無料 申 事前に専用サイトから申込み 問 スポーツ振興課スポーツ振興担当☎5608-6312
	第201回すみだ文化講座「大正末～昭和の震災復興が生んだ新しい建築表現」	9月3日(日)午後2時～4時 *開場は午後1時半	▶会場=ひきふね図書館(京島1-36-5) ▶オンライン=参加者の自宅等 *オンライン会議システム「Zoom」を使用	内 関東大震災後の復興建築を学ぶ 【講師】米山 勇氏(江戸東京博物館研究員) 定 ▶会場=先着30人 ▶オンライン=先着50人程度 費 無料 申 8月2日午前9時から▶会場=講座名・氏名・電話番号を、直接または電話、ファクスで、ひきふね図書館☎5655-2350・FAX5655-2351へ *墨田区立図書館のホームページからも申込可 *手話通訳を希望する場合は8月15日までに申込みが必要 ▶オンライン=墨田区立図書館のホームページから申込み *詳細は墨田区立図書館のホームページを参照



☎=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 食中毒予防 冷蔵庫や冷凍庫には食品を詰めすぎず、7割程度を目安に保存する [問合せ]生活衛生課食品衛生係☎5608-6943

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
イベント	すみだストリートジャズフェスティバル2023“すみ・サマ”	8月13日(日)午前11時～午後8時	すみだトリフォニーホール(錦糸1-2-3)、すみだパークシアター倉(横川1-1-10)	費無料 申当日直接会場へ 問すみだストリートジャズフェスティバル実行委員会 ☎3622-6231 ▶観光課観光担当 ☎5608-6931 *10月14日(土)・15日(日)にも錦糸公園(錦糸4-15-1)、隅田公園そよ風ひろば(向島1-3)周辺ほかで実施予定
	すみだトリフォニーホール & 新日本フィルハーモニー交響楽団“ふれあいコンサート ワクワク音楽道スペシャル2023”	8月14日(月)正午～午後1時	すみだリバーサイドホール2階イベントホール(区役所に併設)	内 新日本フィルハーモニー交響楽団による弦楽四重奏【曲目】モーツァルト/ディヴェルティメント K.138より、スタジオジブリ作品よりほか 定先着200人 費無料 申当日直接会場へ 問すみだトリフォニーホール ☎5608-1212
	向島が舞台! 山田洋次監督最新作映画「こんにちわ、母さん」(9月1日(金)より公開)公開記念「ナビトモフォトコンテスト」受賞作品展示	8月20日(日)～27日(日) 午前8時半～午後5時	区役所1階アトリウム	内 “母”をテーマにした写真の優秀作品の展示 費無料 申期間中、直接会場へ 問観光課観光担当 ☎5608-6500
	川を歩こう(旧中川コース)	10月14日(土)午前9時半～午後0時半 *雨天時は中止の場合あり	荒川ロックゲート(江戸川区小松川一丁目地先)～亀戸中央公園(江東区亀戸9-37地先)【集合場所】都営新宿線東大島駅小松川口前	定50人(抽選) 費無料 申催し名、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8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へ *1枚につき5人まで申込可 *都ホームページからも申込可 *抽選結果は9月15日頃に通知 問▶都市整備課都市整備・河川担当 ☎5608-6294 ▶都建設局河川部計画課環境計画担当 ☎5320-5425 *詳細は都ホームページを参照

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	都営住宅(ポイント方式と抽せん方式)入居者の募集	【募集住宅】▶ポイント方式=家族向け ▶抽せん方式=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/配布場所】8月9日(水)まで/住宅課(区役所9階)、区民情報コーナー(区役所1階)、各出張所 *土・日曜日は区民情報コーナーのみ *区民情報コーナーは午前8時～午後9時(8月1日は午前8時半～、最終日は午後5時まで) *配布期間中、東京都住宅供給公社のホームページからも出力可	申 申込書を郵送で8月16日(必着)までに▶ポイント方式=東京都住宅供給公社都営住宅募集センターへ ▶抽せん方式=渋谷郵便局へ *専用サイトからも申込可 問▶住宅課公営住宅担当 ☎5608-6214 ▶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
	「動物たちの写真展」写真の募集	内 動物愛護週間に合わせて9月19日～24日に区役所1階アトリウムで開催する「動物たちの写真展」へ展示する写真の募集 *写真展開催中、区ホームページ上で展示写真の人気投票を実施【応募写真の規格】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 区ホームページを参照するか、問合せ先へ【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) *応募写真は、区の事業や広報活動等に使用する場合があります 問 生活衛生課生活環境係 ☎5608-6939
	「緑のカーテンコンテスト2023」作品の募集	内 区内の住宅や事業所などで育てた「緑のカーテン」(一年草のつる性植物に限る)のコンテスト *応募者全員に参加賞を、入選者に副賞を進呈	申 緑のカーテンの写真(3枚まで)と応募用紙を、直接または郵送、Eメールで8月31日(消印有効)までに〒130-8640環境保全課緑化推進担当(区役所12階) ☎5608-6208・✉kankyuu@city.sumida.lg.jpへ *応募用紙は申込先または各出張所・図書館等で配布しているほか、区ホームページからも出力可
仕事・産業	特別区職員(I類)の募集	種 土木造園(土木)、建築 対 日本国籍を有し▶平成4年4月2日～平成14年4月1日に生まれた方▶平成14年4月2日以降に生まれ、学校教育法に基づく大学(短期大学を除く)を卒業した方 *令和6年3月までに卒業見込みの方を含む 定▶土木造園(土木)=30人程度▶建築=33人程度【第1次試験日】9月10日(日)【採用試験・選考案内】左記コードの特別区人事委員会事務局のホームページを参照	申 8月10日午後5時(受信有効)までに左記コードの特別区人事委員会事務局のホームページから申込み *経験者採用試験および就職氷河期世代を対象とする採用試験との併願は不可 *5年4月30日実施の第1次試験に申し込んだ方も申込可(最終合格した場合を除く) 問▶職員課人事担当 ☎5608-6244▶特別区人事委員会事務局任用課採用係 ☎5210-9787 *募集内容の詳細は左記コードの特別区人事委員会事務局のホームページを参照
	区総合体育館(錦糸4-15-1)および区総合運動場(堤通2-11-1)のネーミングライツパートナーの募集	【契約期間】▶区総合体育館=6年4月1日～12年3月31日▶区総合運動場=6年4月1日～11年3月31日 *募集内容、応募資格等の詳細は募集要項等を参照(区ホームページから出力可)	申 申込書類を直接または郵送で9月15日(必着)までに、〒130-8640スポーツ振興課スポーツ振興担当(区役所14階) ☎5608-6312へ
スポーツ文化	初心者の方も大歓迎!「国技館5000人の第九コンサート(第37回)」参加者の募集	【コンサートの日時/場所】6年2月18日(日)午後2時～/国技館(横網1-3-28)【練習の日程/会場】9月24日以降/すみだリバーサイドホール2階イベントホール(区役所に併設)、曳舟文化センター(京島1-38-11) 費▶個人(関東1都6県に在住)=1万5000円▶個人(関東1都6県以外に在住)=8500円▶5人以上の団体(関東1都6県に団体の所在地または代表者の住所がある)=1人8500円▶5人以上の団体(関東1都6県以外に団体の所在地または代表者の住所がある)=1人8000円▶小学生～高校生=4000円	申 募集案内を参照 *受け付けは10月20日まで *募集案内は問合せ先で配布しているほか、「国技館5000人の第九コンサート」のホームページからも出力可 *第36回の会員と6月～7月に実施した「初心者向け練習会」の参加者には募集案内を送付 問 国技館すみだ第九を歌う会事務局(区役所1階) ☎5608-1611 *受け付けは月曜日～金曜日の午前10時～午後5時(祝日を除く)
その他	「荒川将来像計画」(原案)のパブリックコメント(意見募集)	【閲覧期間/閲覧場所】8月31日(木)まで/荒川に関する記載台(区役所1階エスカレーター横)、国土交通省荒川下流河川事務所1階ロビー(北区志茂5-41-1) *土・日曜日、祝日を除く *右記コードの荒川下流河川事務所のホームページでも閲覧可	申 意見書を郵送またはファクスで8月31日(必着)までに荒川の将来を考える協議会事務局(〒102-8790千代田区麹町5-4) ☎3902-2311・FAX3902-2346へ *意見書は閲覧場所で配布 *荒川下流河川事務所のホームページからも提出可

墨田区の医療・健康情報

すこやかライフ

健康・福祉のページ https://www.city.sumida.lg.jp/kenko_fukushi/



健康診査・がん検診等

*対象はいずれも令和5年度(4月1日~6年3月31日)中に誕生日を迎え、対象年齢となる方

*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か年度に各1回)のみ受診可

健康診査・検診名	とき	ところ	内容・対象・定員・費用	申込み
若年区民健康診査(16歳~39歳の方の健康診査)	11月30日(木)までの区内実施医療機関診療日	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 *治療中の方、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	事前に電話で、すみだ けんしんダイヤル ☎5608-1599へ *受け付けは▶若年区民健康診査=11月15日まで ▶胃がん検診=6年2月9日まで ▶大腸がん検診・肺がん検診=6年3月8日まで ▶前立腺がん検診=10月13日まで ▶胃がんリスク検査=11月10日まで *胃がん検診(胃部エックス線検査・検診車実施分)、乳がん検診(検診車実施分)は、検診会場・日程の選択可(詳細は、すみだ けんしんダイヤルへ) *各専用サイトからも申込可(肝炎ウイルス検診を除く)
胃がん検診(胃部エックス線検査・医療機関実施分)	6年2月29日(木)までの区内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)	6年3月までの毎月1回~2回 *午前に実施	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 *両方の検診を同日に実施	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 *妊娠中または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)	6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	6年3月31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	
前立腺がん検診	10月31日(火)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(木)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 *胃の病気で治療中・服薬中などの方は、受診できない場合あり [定員] 各年齢先着400人程度 [費用] 無料	
肝炎ウイルス検診	実施医療機関診療日		[内容] 血液検査 [対象] 区内在住の16歳以上で、原則、過去に肝炎ウイルス検診を受診したことがない方 [費用] 無料	



若年区民健康診査



その他(検診名で検索)



- ⑤「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て、受診日の2週間前~1週間前に受診票を送付します。なお、申込状況により、受診日が3か月以上先になる場合があります。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、受診日時を変更できますので、直接、東京都予防医学協会 ☎3269-1134にお申し出ください。
- ⑥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は、受診できません。
- ⑦各種がん検診は、検診の対象部位において、手術後の方、治療中または経過観察中の方は、原則、受診できません。「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も受診できません。また、問診結果等により、受診できない場合があります。なお、自覚症状がある方は、検診を待たずに、すぐに医療機関で診察を受けてください。
- ⑧検査の結果、精密検査が必要と判定された場合は、必ず精密検査を受けましょう。なお、精密検査等の二次検査は保険診療(有料)になります。

8月の健康相談窓口

*全て予約制(事前に各保健センターへ)

種別	向島保健センター(東向島5-16-2) ☎3611-6135	本所保健センター(東駒形1-6-4) ☎3622-9137
健康相談	月曜日~金曜日 *電話での相談も可 *保健師・栄養士・歯科衛生士等が対応	
育児相談	【受け付け日時】7日(月)・21日(月) 午前9時~10時	【受け付け日時】7日(月) 午前9時~10時
ママのリラックスタイム	3日(木) *9月7日(木)も実施	2日(水) *9月6日(水)も実施
心の健康相談	9日(水)	18日(金) *9月8日(金)も実施
依存症相談	7日(月)	-
思春期相談	-	9日(水)・16日(水)

特定健康診査未受診者への受診勧奨を行っています

区では、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日までの午前9時~午後6時 *土・日曜日、祝日を含む **【案内時の発信番号】** ☎5625-4035 **【問合せ】** 保健計画課健康推進担当 ☎5608-8514

- ①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。
- ②業務の効率化を図るため、区が民間事業者へ業務を委託しています。
- ③銀行等の口座番号を聞いたり、還付金等の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

受診前に必ず電話で、ご連絡ください。その際に、受診時間・受診方法をご案内します。事前連絡がないときは、一度帰宅をお願いする場合がありますので、ご注意ください。

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

④診療日は、日曜日・祝日・年末年始です。健康保険証や医療証等を必ずお持ちください。

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(横網2-1-11)診療棟1階小児科外来 ☎3625-1231	小児科(15歳以下の子ども)

④診療日は月曜日~金曜日(祝日・年末年始を除く)です。健康保険証や医療証等を必ずお持ちください。なお、駐車場は有料です。

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
6日(日)	くにまつ歯科医院	緑4-8-9 ☎3631-0939
	あづまばし整形外科☎	吾妻橋3-7-5 ☎3829-1711
11日(祝)	香川歯科医院	立花2-5-7 ☎3612-3645
13日(日)	かんべ歯科医院	太平1-22-2 ☎3622-1463
	山田記念病院☎	石原2-20-1 ☎3624-1151
20日(日)	きたふさ歯科医院	八広6-8-2リエス八広2階 ☎3617-6655
	みどり整形外科クリニック☎	緑1-14-2 ☎5638-8181
27日(日)	森下駅前歯科クリニック	立川1-1-1アイヒルズ森下201 ☎3633-4618
	岡野整形外科☎	両国3-20-8 ☎3631-1088

④いずれも診療時間は午前9時~午後5時です。健康保険証や医療証等を必ずお持ちください。

⑤歯科の受診は、事前に電話で予約のうえ、受診してください。

<p>都の案内・相談先</p> <p>都内医療機関情報案内</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●都医療機関案内サービス「ひまわり」☎5272-0303・FAX5285-8080 *24時間対応 *同ホームページ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 	<p>子供の健康相談室(小児救急相談)</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶携帯電話・プッシュ回線 ☎8000 ▶その他 ☎5285-8898【受け付け】▶月曜日~金曜日は午後6時~翌朝8時 ▶土・日曜日、祝日、年末年始は午前8時~翌朝8時
--	--	--

☎=電話 FAX=ファクス ㊟=Eメール 🏠=ホームページアドレス

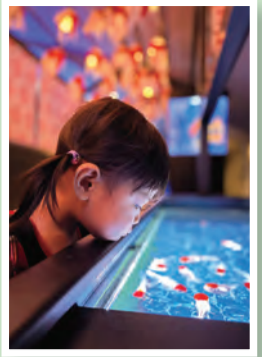
お知らせ 粗大ごみ収集の申込みは「粗大ごみ受付センター」のホームページが便利です。

つながる すみだ人

私の好きな すみだ

今月の1枚
「金魚さん涼しそう」
【撮影】佐藤 萌さん

本コーナーへの写真を随時募集しています。詳細は区ホームページをご覧ください。
【問合せ】広報広聴担当 ☎5608-6223



齋藤幸子さん(業平在住)

すみだを愛し、すみだで活躍する人をリレー形式で紹介する「つながる すみだ人」。お話を伺った方に次の方を紹介していただき、すみだを愛する人をつないでいきます。第55回は、業平にある春慶寺の住職夫人で、「おてらおやつクラブ」の活動に参加している齋藤幸子さんです。

Q. すみだでどのような活動をしていますか？

春慶寺の運営に携わりながら、「おてらおやつクラブ」等の活動に参加しています。認定NPO法人「おてらおやつクラブ」とは、お寺の様々な「おそなえ」を仏様からの「おさがり」として頂戴し、子どもを支援する団体の協力の下、様々な事情で困り事を抱えているひとり親家庭に「おすそわけ」をする活動です。現在、全国で約1900のお寺が参加しています。段ボールに詰めたお供え物を、「おてらおやつク

らぶ」を通じて対象家庭に発送したり、区内の子ども食堂や施設等に直接届けたりしています。そのほかにも、豊島子どもWAKUWAKUネットワーク等を通じた支援も行っています。

檀家の皆さんからのお供え物は、お経をあげたうえで各家庭や施設に届けています。最近では、この活動が認知され始め、乾麺や缶詰等の日持ちするお供え物が増えていて、支援の輪が広がっています。

Q. 現在の活動を始めたきっかけは何ですか？

お寺には、たくさんのお供え物がありますが、頂き過ぎたお供え物を無駄にしないための方策に頭を悩ませることもありました。そのようなときに、「おてらおやつクラブ」を主催している安養寺(奈良県)の松島さんのセミナーに参加したことが、現在の活動を始めたきっかけです。

近所の学童施設には住職がお菓子等を直接届けていて、学童の子どもたちにとっても喜ばれています。子どもたちの笑顔が、これらの活動を続けるモチベーションにつながっています。また、支

援先の中には、数年にわたって食料等をお送りしている家庭もあります。その家庭からお礼の手紙や写真等が届いたときは、子どもたちの成長を温かく見守る親戚の叔母さんのような気持ちになりますね。

このような活動を通じて、子どもの貧困問題に少しでも寄り添えればと思っています。また、これらの問題は、普段見えないところに多く隠れています。これからも、周りの皆さんの理解と協力を得ながら、支援の輪を広げていきたいと思ひます。

Q. 齋藤さんは、すみだのどんなところが好きですか？

隅田川花火大会は、毎年楽しみにしています。東京スカイツリー®がお寺の目の前にできた時は、花火が見えなくなることを心配しましたが、現在も東京スカイツリーと東京ソラマチ®の間からきれいな花火が観賞できます。

また、東京スカイツリーができたことで、以前

に比べてお寺の前も人通りが増え、特に外国人観光客の訪問が多くなりました。片言の英語ですが、様々な国の方と交流することで、私自身の世界が広がっているように感じ、とても楽しいです。このような交流を通して、皆さんも「すみだ」を好きになってくれると嬉しいです。



◀檀家の皆さんからのお供え物の一部です。果物、お菓子に加え、カップラーメン等のインスタント食品もお供えされています。また、「おてらおやつクラブ」の活動の周りも行っています。

▶果物等のお供え物は、鮮度が落ちないように早めに届けるようにしています。



次回登場してくださるのは・・・

文花でご主人とともに「長屋茶房天真庵」を営む野村 喜代美さんです。

【問合せ】広報広聴担当 ☎5608-6223



夢

すみだ北斎美術館が入館者100万人を達成！

墨田区長

山本 亨

6月25日、すみだ北斎美術館の入館者数が100万人を突破しました。すみだ北斎美術館は、北斎生誕の地である「すみだ」に平成28年に開館してからの約6年半で、コロナ禍での休館など、入館者数が伸び悩む厳しい時期もありましたが、それらを乗り越え、国内外から100万人もの方にご来館いただくこととなり、大変嬉しく思います。同時に、北斎への世界的な注目度の高さを実感しています。

記念すべき100万人目の入館者となったのは、千葉県松戸市から企画展のために来場した八木ヶ谷 柚希さん(小学校3年生)です。この日に行われたセレモニーでは、八木ヶ谷さんに同館のミュージアムグッズや年間パス

ポート、企画展の図録等を贈呈しました。また、7月23日には、これまでの感謝を込めて、100万人達成の記念イベントも開催したところです。今回の企画展「北斎 大いなる山岳」(8月27日まで)にも、多くの方にご来館いただいています。引き続き、多くの皆さんに愛される美術館をめざし、澁谷館長とともに、北斎の魅力を実内外に広く発信していきます。

さて、区では、夏休み期間中等の子どもたちの学びを支援することを目的に、子ども1人につき1万円分の電子図書カード等を配付する「子どもの学び応援事業」を開始しました。この夏休みの期間に、好きな本を読んだり、美術館で北斎の芸術に触れてみたり、文化的

な体験をしてみたいかでしょうか。本や芸術との出会いによって、皆さんの人生が豊かになり、夢や希望が叶うことを心から願っています。



すみだ北斎美術館の澁谷館長、八木ヶ谷さん親子と

