

墨田区のお知らせ

No.2096

2024年(令和6年)

2/1

毎月1日・11日・21日発行

- ◆2面以降の主な内容
- 2・3面……子育て世帯生活支援特別給付金等
- 4～6・8面……講座・教室・催し・募集
- 7面……すこやかライフ



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/



墨田区自殺対策推進キャラクター ジンくん

# 未来へつなぐ こころといのち



この時期になると身の回りの変化も多くなり、こころが揺らいでしまうことがあります。悩みを抱えている方は、ひとりで悩まず、誰かに相談しましょう。また、大切な命を守るためには、周りの方が小さな変化を見逃さないよう、その人のこころの声に耳を傾けることが大切です。周りに悩んでいる方や、つらそうな方がいたら、勇気を出して声を掛けてみましょう。

[問合せ] 保健予防課精神保健係 ☎5608-6506

## 悩みを抱えている方へ

ひとりで悩まず、ご相談ください  
こころと生活の相談窓口 \*いずれも相談は無料

勇気を出して話してみよう!



### 「生きているのがつらい」等の相談

- 東京都自殺相談ダイヤル「こころといのちのほっとライン」☎0570-087478  
[相談日時] 正午～翌朝5時半 \*LINEでも相談可(右記コードから「相談ほっとLINE@東京」を友だち登録)
- 東京いのちの電話☎3264-4343  
[相談日時] 24時間 \*いのちの電話のホームページからインターネット相談も可
- 東京都夜間こころの電話相談☎5155-5028  
[相談日時] 午後5時～10時 \*受け付けは午後9時半まで



### 女性のためのカウンセリング&DV相談

- すみだ女性センター(押上2-12-7-111)☎5608-1771  
[相談日時] 区ホームページを参照 \*電話・来所による相談(予約制) \*4月から、すみだ女性センターは「すみだ共生社会推進センター」に改称



### こころとからだの健康(保健師や専門医による相談)

- 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  
[相談日時] いずれも午前9時～午後5時(土・日曜日、祝日を除く)  
\*来所・訪問による相談(予約制)

### 生活困窮

- 暮らし・しごと相談室すみだ(区役所3階・生活福祉課受付内)☎5608-6289
- 生活福祉課相談係(区役所3階)☎5608-6154  
[相談日時] いずれも午前8時半～午後5時(土・日曜日、祝日を除く) \*相談内容の詳細は区ホームページを参照



## 大事なこと、どんなこと?

### こころといのちの企画展

こころの健康に関する展示や、気持ちが安らぐ本の紹介をしています。

[とき] 2月16日(金)～3月13日(水)の午前9時～午後9時 \*日曜日・祝日は午後5時まで [ところ] ひきふね図書館(京島1-36-5)  
[費用] 無料 [申込み] 期間中、直接会場へ



### うつ予防講演会「こころを整えるマインドフルネス」ストレスとの上手な付き合い方

[とき] 2月21日(水)～3月3日(日) \*オンライン配信 [費用] 無料  
\*申込み等の詳細は本紙1月21日号3面を参照

### ふらっと立ち寄ってみませんか? こころの臨時相談窓口(保健師等による相談)

[とき] 3月12日(火)・13日(水) ▶午前9時～正午 ▶午後1時～4時  
\*1人30分程度 \*混雑状況により待ち時間あり [ところ] すみだ区民相談室(区役所1階) [対象] 区内在住在勤の方 [費用] 無料 [申込み] 当日直接会場へ

## 身近な人を救うために

### ゲートキーパーの役割

- 気付く** 身近な人に、いつもと違う様子はありますか? そんな時は声を掛けてみましょう。「元気がないけど、大丈夫?」
- 受け止める** 相手の話をじっくりと聴きましょう。「話してくれて、ありがとう」
- つなぐ** 十分に話を受け止めたうえで、必要に応じて適切な相談機関につなぎましょう。



### ゲートキーパー養成講座

[とき/テーマ] ▶第1回(初級編)=2月21日(水) / 「大切な人の悩みに気づき、傾聴する」 ▶第2回(中級編)=3月13日(水) / 「傾聴、つなぎ、そして見守る」 \*いずれも午後6時～8時 [講師] 西村由紀氏(メンタルケア協議会理事・精神保健福祉士) [ところ] 区役所会議室131(13階) [対象] 区内在住在勤の方 [定員] 各先着30人 [費用] 無料 [申込み] 事前に講座名・参加希望回・住所・氏名・年齢・電話番号を、電話またはファクス、Eメールで保健予防課精神保健係 ☎5608-6506・FAX5608-6507・✉hokenyobou@city.sumida.lg.jpへ  
\*専用サイトからも申込可



SDGsは、私たちがこの地球で暮らし続けていくために、2030年(令和12年)までに達成をめざす世界共通の17の目標です。1面に掲載する事業がめざす目標をアイコンでお知らせします。



3 すべての人に健康と福祉を



4 質の高い教育をみんなに



10 人や国の不平等をなくそう

**申請期限は2月29日です  
子育て世帯生活支援特別給付金**

申請期限は2月29日(必着)ですので、該当する方は期限までに申請してください。詳細は区ホームページをご覧ください。お問い合わせください。ひとり親世帯 その他の世帯

**【問合せ】**▶子育て支援課児童手当・医療助成係 ☎5608-6160 ▶こども家庭庁コールセンター ☎0120-400-903

**ご活用ください  
分譲マンションの適正管理**

**■マンションの管理計画認定制度**  
マンションの管理計画が一定の基準を満たす場合に、管理が良好なマンションとして認定します。認定マンションは、住宅金融支援機構の「フラット35」や「共用部分リフォームローン」の金利引下げ等が受けられます。  
**【対象】**区内分譲マンションの管理組合 **【費用】**無料 \*システム利用料等は自己負担

**■マンション管理ドクター派遣制度**  
マンションの適切な維持管理や改修・建替えを支援するために、マンション管理士を派遣します。「管理費・修繕積立金を見直したい」「計画修繕の進め方が分からない」等のマンション管理に関してお困りの方や、管理計画の認定取得をめざす方等は、ぜひ、ご利用ください。  
**【対象】**区内分譲マンションの管理組合 \*管理組合がない場合は区分所有者3人以上の同意でも可 \*ほかにも要件あり **【費用】**無料

**【問合せ】**住宅課計画担当 ☎5608-6215 \*詳細は区ホームページを参照

**加入団体へ申請を  
家内労働者労災保険特別加入促進補助金**

区では、特定の作業に従事する家内労働者に対し、労災保険への特別加入に必要な保険料の一部を補助しています。  
必要書類は、対象となる家内労働者の特別加入団体に送付していますので、2月19日までに直接団体へ申請してください。  
**【対象】**区内在住の家内労働者で、労災保険に特別加入している方 **【補助率】**保険料の1/10 **【問合せ】**経営支援課経営支援担当 ☎5608-6185

**ご注意ください  
にせ税理士・にせ税理士法人**

税理士資格のない者が税務相談や税務書類の作成、税務代理をすることは、法律で禁じられています。さらに、専門的知識が欠けている等の理由から、納税者が不測の損害を被るおそれもあります。税理士は税理士証票を携帯し、税理士バッジを着用しています。  
税理士の制度および業務の詳細は、東京税理士会のホームページをご覧ください。  
**【問合せ】**▶東京税理士会本所支部 ☎3626-1148 ▶東京税理士会向島支部 ☎3614-8528 ▶税務課税務係 ☎5608-6140

**2月9日に行います  
全国一斉情報伝達試験**

国が人工衛星を通じて国民に緊急情報を伝達する「全国瞬時警報システム(Jアラート)」による全国一斉情報伝達試験を実施します。区内各所の防災行政無線(屋外スピーカー等)から試験放送が3回流れるとともに、すみだ安全・安心メール、区危機管理ツイッター、区フェイスブック等により文字情報を配信する予定です。  
なお、放送終了後2時間以内であれば、放送内容を電話応答サービス ☎5608-6274でも確認できます。  
**【とき】**2月9日(金)午前11時 \*全国の災害等の発生状況により中止する場合あり **【問合せ】**安全支援課安全支援・空き家対策係 ☎5608-6199

**交通事故などで保険証を使うときに  
第三者行為による傷病届**

交通事故など第三者から受け取ったけがの医療費は、原則として、加害者(相手方)が過失割合に応じて負担します。ただし、区に連絡・届出をすることで、保険証を利用して診療が受けられます。この場合、病院窓口での自己負担分を除いた医療費を保険者(墨田区等)が一時的に立て替え、後日、加害者に請求します。そのため、交通事故等(自損事故を含む)に遭ったら、必ず届け出てください。必要な書類(「第三者行為による傷病届」等)は、事故の状況等を聞いたうえでご案内します。また、交通事故の場合、事故証明書が必要ですので、必ず警察にも届け出てください。  
**【対象】**墨田区の国民健康保険・後期高齢者医療制度に加入している方 **【届出先・問合せ】**▶国民健康保険=国保年金課こくほ給付係(区役所2階) ☎5608-6124 ▶後期高齢者医療=国保年金課長寿医療(後期高齢者医療)資格・給付担当(区役所2階) ☎5608-6192

**取扱業者を募集します  
生ごみ処理機・生ごみ処理容器**

区では、家庭から出る生ごみのリサイクルと減量を目的に、生ごみ処理機・生ごみ処理容器(コンポスト化容器等)をあっせんしています。この生ごみ処理機等を低価格で提供する事業者を募集します。詳細は、お問い合わせください。  
**【申込み】**2月13日までに、すみだ清掃事務所分室(東向島5-9-11) ☎3613-2229へ

**区政情報番組  
ウィークリー すみだ  
2月の番組表**

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をご覧ください。  
**【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 レ=レッツスポーツinすみだ

放映日	午前9時	正午	午後4時	午後8時
2月4日(日)~10日(土)	知 すみだ郷土文化資料館(学芸員のお仕事)			
2月11日(祝)~17日(土)	特 祝!文化財となった墨田の小学校"言問小学校校舎および講堂 国登録有形文化財に"(再放送)	知 すみだ郷土文化資料館(学芸員のお仕事)	特 祝!文化財となった墨田の小学校"言問小学校校舎および講堂 国登録有形文化財に"(再放送)	知 すみだ郷土文化資料館(学芸員のお仕事)
2月18日(日)~24日(土)	レ ニューススポーツ			
2月25日(日)~3月2日(土)	レ ニューススポーツ	特 祝!文化財となった墨田の小学校"言問小学校校舎および講堂 国登録有形文化財に"(再放送)	レ ニューススポーツ	特 祝!文化財となった墨田の小学校"言問小学校校舎および講堂 国登録有形文化財に"(再放送)

\*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

**ご加入ください  
令和6年度区民交通傷害保険**

区民交通傷害保険は、区が窓口となり、車両による交通事故だけがをしたときに、入院・通院の治療日数と治療期間に応じて保険金が支払われる制度です。自転車に乗る方は「自転車賠償責任」付きのコースをご検討ください。なお、本紙に記載している内容は概要ですので、詳細は問い合わせるか、区ホームページをご覧ください。

**【保険料(年間)・補償内容等】**表1のとおり **【保険期間】**4月1日午前0時~7年3月31日午後12時 **【対象】**区内在住在勤の方 **【受け付け場所等】**表2のとおり **【引受保険会社】**損害保険ジャパン株式会社東京公務開発部営業開発課(新宿区西新宿1-26-1) ☎3349-9666 \*受け付けは月曜日~金曜日の午前9時~午後5時 **【問合せ】**地域活動推進課地域活動推進担当 ☎5608-6196

(募集文書承認番号SJ23-13014・2024年1月12日承認)

**■各コースの保険料(年間)・補償内容等(表1)**

コース	一時払保険料	補償内容と最高保険金額
XJ	1500円	区民交通傷害Xコース(35万円)+自転車賠償責任(1億円)
AJ	2200円	区民交通傷害Aコース(150万円)+自転車賠償責任(1億円)
BJ	3000円	区民交通傷害Bコース(350万円)+自転車賠償責任(1億円)
CJ	4300円	区民交通傷害Cコース(600万円)+自転車賠償責任(1億円)
A	1200円	区民交通傷害Aコース(150万円)
B	2000円	区民交通傷害Bコース(350万円)
C	3300円	区民交通傷害Cコース(600万円)

① 保険料が改定されました。  
② 犯罪被害やひき逃げによる事故で被った逸失利益・精神的損害等の損害額を、保険金額を限度に補償する「被害事故補償(600万円)」が全コースに付きます。  
③ 加入は1人1コースのみで、保険料は掛け捨てです。

**■申込書の配布・受け付け場所、申込期限(表2)**

区分	申込書の配布・受け付け場所	申込期限
団体	地域活動推進課(区役所14階) *予約制(事前に電話で問合せ先へ)	3月8日(金)
個人	郵便局・金融機関、地域活動推進課(区役所14階)、各出張所	3月29日(金)

④ 区外の金融機関で手続する場合は、「墨田区」個人加入申込書をお持ちください。  
⑤ 申込期限以降の中途加入はできません。

### ご意見をお聞かせください 都市計画案の縦覧・説明会

区では、「隅田川沿川地区(蔵前橋～駒形橋周辺)まちづくり方針」に基づく「まちの将来像」の実現に向け、蔵前橋周辺の地区において、地区計画の策定や都市開発諸制度の活用等を検討しています。この都市計画案を縦覧できるほか、意見書が提出できます。

#### ■都市計画案の縦覧・意見書の提出

**[縦覧期間]**2月8日(木)～22日(木) \*土・日曜日、祝日を除く **[縦覧場所]**都市計画課(区役所9階) **[意見書提出の対象者]**▶区内在住の方 ▶都市計画案に利害関係のある方 **[意見書の提出方法]**ご意見(A4用紙1枚程度で書式自由)と、住所・氏名(団体名)・電話番号を、直接または郵送、ファクス、Eメールで2月22日(必着)までに問合せ先へ

#### ■都市計画案の説明会

**[とき]**▶2月9日(金)午後7時～8時半 ▶2月10日(土)午後1時～2時半 \*いずれも同一内容 **[ところ]**外手小学校(本所2-1-16) **[申込み]**当日直接会場へ \*説明会資料は区ホームページでも後日閲覧可

**[問合せ]**〒130-8640都市計画課都市計画・開発調整担当(区役所9階) ☎5608-6266・FAX5608-6409・✉toshikeikaku@city.sumida.lg.jp

### 視覚に障害のある方へ 墨田区のお知らせ「すみだ」 (区報)点字版・録音版

区では、ボランティア団体のご協力により、視覚に障害のある方を対象に、区報の点字版と録音版(カセットテープ版、デジター版)を発行しています。いずれも、発行日(毎月1・11・21日)に自宅へ郵送しています。点字版・録音版を希望する方は、お問い合わせください。

**[費用]**無料 **[問合せ]**▶点字版=広報広聴担当(区役所6階) ☎5608-6223 ▶録音版=すみだ福祉保健センター(向島3-36-7) ☎5608-3711

### 資源の有効活用にご協力を 古着・水銀式体温計等の回収とフードドライブ

家庭で不用になった古着や水銀式体温計・血压計等を回収します。同時に、余っている食品を回収するフードドライブを実施します。

詳細は問い合わせるか、区ホームページをご覧ください。

**[とき/ところ]**▶2月3日(土)/みどりコミュニティセンター(緑3-7-3) ▶2月17日(土)/東あずま公園(立花2-32-12) \*時間はいずれも午前9時～午後2時 \*水銀製品の回収は2月3日のみ **[回収品目]**洗濯済みの古着、靴、ぬいぐるみ、金属製調理器具、賞味期限まで1か月以上の食品、ペットボトルキャップ、使用済歯ブラシ、廃食油、水銀式体温計・温度計・血压計 \*汚れや破損、材質など、品物の状態によっては回収できない場合あり **[対象]**区内在住の方 \*事業者を除く **[費用]**無料 **[持込方法]**廃食油はペットボトルに入れ、水銀製品はケースに入れるか新聞紙等に包み、そのほかは回収品目別に半透明の袋に入れて当日直接会場へ \*車での来場は不可 **[問合せ]**すみだ清掃事務所分室 ☎3613-2228

### 区公式LINE 友だち募集中!

便利な機能が  
いっぱい!

- 友だち登録すると…
- ▶知りたい情報にすぐアクセスできる
  - ▶欲しい情報や緊急・重要な情報が直接届く
  - ▶オンライン申請や公共施設の利用予約ができる
  - ▶受信設定で受け取りたい情報を自分で選べる



#### 友だち登録の方法

- ▶下記コードを読み取る
- ▶LINEアプリ内の「友だち追加」で「@sumida\_city」をID検索
- ▶区ホームページ「墨田区公式LINEを始めました!」のページから登録

登録してね!



**[問合せ]**広報広聴担当 ☎5608-6220



### 人権コラム ⑧

### 様々な病気への理解を深め、差別や偏見をなくしましょう

新型コロナウイルス感染症が流行し始めた頃は、新型コロナウイルス感染症に関する正しい知識がないために、感染者や医療従事者、その家族等への誹謗中傷が問題となりました。さらに、感染症に関する誤った情報によって、不安があらわれる事態が発生し、私たちの暮らしに大きな影響を及ぼしました。

病気に関する不確かな情報や誤解から生まれた差別の1つに、ハンセン病があります。ハンセン病は、らい菌による感染症ですが、感染力は弱く、現在の医療では治療できる病気です。しかし、かつては治らない病として考えら

れ、法律によって患者は療養所に強制的に隔離され、本人とその家族は差別と偏見に苦しみました。今では法律等により患者等の名誉は回復されていますが、差別が完全になくなったとは言えません。

様々な病気に対する差別や偏見をなくするためには、周囲の人が正しい知識を持ち、理解を深めることで、患者やその家族の人権に配慮することが大切です。

**[問合せ]**人権同和・男女共同参画課人権同和担当 ☎5608-6322

**毎月1日は  
墨田区防災の日**

2月1日の点検項目  
必需品  
身近なところに  
用意して

**毎月5日は  
すみだ環境の日**

2月のエコしぐさ  
地産地消  
輸送エネルギー  
抑えるよ

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**

いますぐ検索!  
すみだ産業情報ナビ

様々な方法で!  
**区報(本紙)が  
ご覧になれます!**

毎月1日・11日・21日に発行!

**問合せ**  
広報広聴担当 ☎5608-6223

**■区ホームページ**

区ホームページ内に掲載された区報を、スマートフォン向けにデザインしたページでもご覧になれます。

**[利用方法]**区ホームページ内の「すみだ区報」をタップ(クリック)

**■無料アプリ「マチイロ」**

区報を、スマートフォン用の無料アプリ「マチイロ」で閲覧できます。このアプリをダウンロードして登録すると、発行日に通知があり、いつでもどこでも区報を閲覧できます。

**[利用方法]**「マチイロ」のホームページからアプリをダウンロード **[費用]**無料

**■戸別配付(新聞を購読していない方のみ)**

区報を発行日に無料でお届けします。

**[対象]**区内在住で新聞を購読していない方 **[費用]**無料 **[配付開始号]**▶1日(必着)までの申込み=当月の11日号 ▶11日(必着)までの申込み=当月の21日号 ▶21日(必着)までの申込み=翌月の1日号 **[申込み]**随時、戸別配付申込書を直接または郵送、ファクス、Eメールで〒130-8640広報広聴担当(区役所6階) ☎5608-6223・FAX5608-6406・✉oshirase@city.sumida.lg.jpへ \*申込書は申込先のほか、各出張所・図書館等の区施設で配布 \*区ホームページからも申込可 **[注意事項]**▶1住戸につき、原則1部配付 ▶郵便ポスト等の確認のため、配達員が現地調査を実施する場合あり

☎=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イベント「クイズで学ぶ!笑顔で楽しくお片付け」	2月27日(火)、3月4日(月)午後2時~3時半	▶2月27日=地域福祉プラットフォーム京島(京島3-49-18) *地域福祉プラットフォーム八広(八広5-18-23)でもオンラインで同時開催 ▶3月4日=地域福祉プラットフォーム本所(本所1-13-4)	内気軽にできる片付けの方法を学ぶ 定▶地域福祉プラットフォーム京島・本所=各先着10人 ▶地域プラットフォーム八広=先着5人 費無料 申事前に電話で墨田区社会福祉協議会☎3614-3900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) *下記コードからEメールでも申込可
	“まち”の緑を見よう!感じよう! 楽しもう!!「みどりの探検隊」	3月8日(金)午後1時~4時 *午後0時50分に区役所正面玄関前に集合	ECOM駿河台(千代田区神田駿河台3-11-1・三井住友海上火災保険株式会社内)ほか *往復バスで移動	内屋上緑化や壁面緑化をした区内外の施設を見学し、都市の緑の在り方を考える 対区内在住の方 定10人(抽選) 費無料 持筆記用具 *動きやすい服装で参加 申電話で2月14日までに環境保全課緑化推進担当☎5608-6208へ *当選者のみ2月22日までに通知
	大人のためのすみだ自然観察会「身近な植物を観察しよう」“早春編”	3月9日(土)午前10時~11時 *荒天中止	緑と花の学習園(文花2-12-17)周辺	内区内でよく見られる樹木の見分け方や生態を学ぶ 対区内在住在勤在学の中学生以上 定20人(抽選) 費無料 持筆記用具、飲み物、帽子 申催し名・住所・氏名・電話番号を、はがきで2月13日(必着)までに〒130-8640環境保全課緑化推進担当☎5608-6208へ *専用サイトからも申込可 *当選者のみ2月22日までに通知
	“土の再生講習会も実施!”令和5年度第10回エコライフ講座「ペットボトルを器にして、寄せ植えを作ろう!」	3月12日(火)午前10時~11時半 *午前9時50分に集合	区役所会議室123(12階)	対区内在住在勤在学の方 定20人(抽選) 費500円 持筆記用具 *汚れても構わない服装で参加 申講座名・住所・氏名・年齢・電話番号・ファクス番号・Eメールアドレスを、ファクスまたはEメールで2月16日(必着)までに環境保全課環境管理担当☎5608-6207・FAX5608-1452・✉kankyoku@city.sumida.lg.jpへ *抽選結果は後日通知
健康・福祉	スマートフォンの疑問や不安についての定期相談会	3月28日までの毎週木曜日午前9時半~午後0時半 *相談時間は30分(30分ごとに受け付け)	八広はなみずき高齢者支援総合センター(八広5-18-23)	対60歳以上の方 定各先着1人 費無料 申当日直接会場へ 問高齢者福祉課支援係☎5608-6168
	ぶんか・みかんの会カフェ(認知症の人と家族の会)	2月13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都営文花一丁目アパート5号棟1階)	内カフェ形式で楽しみながら認知症を学ぶ 対認知症の方とその家族、認知症の方を介護した経験がある方、認知症に関心がある方 定先着16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
	「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	2月14日(水)午前10時~11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)	対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有償ボランティアができる18歳以上の方 *今すぐできなくても可 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
	吾郷の里 健康教室「お薬とうまく付き合うために知っておきたいこと」	2月14日(水)午後2時~3時	八広地域プラザ(八広4-35-17)	内薬剤師による薬の正しい知識の講話 定先着20人 費無料 持筆記用具 申2月2日から八広地域プラザ☎6657-0471へ *受け付けは2月12日までの午前9時~午後8時
	弁護士による権利擁護法律相談	2月15日(木)午後1時半~4時半	すみだボランティアセンター(東向島2-17-14)	内権利擁護相談、親族後見人相談、福祉サービス苦情相談 対高齢者、知的障害・精神障害のある方とその関係者 定先着3人 費無料 申事前に電話で、すみだ福祉サービス権利擁護センター☎5655-2940へ
	オレンジカフェすみだ(オンライン)	2月15日(木)・28日(水)午後2時~3時半	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の共有・交流 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 申事前に電話で▶15日=同愛高齢者支援総合センター☎3624-6541へ ▶28日=八広はなみずき高齢者支援総合センター☎3610-6541へ
	認知症になったら、財産管理や契約はどうすればいいの?	2月16日(金)正午~午後1時		内社会福祉士から成年後見制度の概要を学ぶ 対区内在住在勤の方 費無料 申当日直接、右記コードから視聴 問こらめ高齢者支援総合センター☎3625-6541
	歩いて健康チェック体験会	2月19日(月)午後2時~3時 *体験時間は約10分	立花ゆうゆう館(立花6-8-1-102)	内歩き方を測定し、現在の歩行状態を確認する 対区内在住で60歳以上の方 定先着10人 費無料 持個人登録証 申事前に立花ゆうゆう館☎3613-3911へ *受け付けは午前9時~午後5時
	スマートフォンの疑問や不安についての相談会	2月20日(火)▶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)	対都内在住で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 持スマートフォン 問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2月13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2月15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			
むこうじまセミナー 人生会議“ACP”「最期まで自分らしく」	2月20日(火)午後1時半~2時半	すみだ生涯学習センター(東向島2-38-7)	内自分らしい最期を迎えるための選択肢を医師から学ぶ 対区内在住で認知症に関心がある方 定先着30人 費無料 申事前に、むこうじま高齢者支援総合センター(東向島2-36-11・ベレーール向島内)☎3618-6541へ	
講師 花岡明美先生によるたのしい新舞踊教室(全4回)	2月21日~3月13日の毎週水曜日午後2時~4時	社会福祉会館(東墨田2-7-1)	内歌謡曲に合わせて、やさしい新舞踊を学ぶ 対区内在住在勤の60歳以上で、全日程参加できる方 定先着15人 費無料 申2月2日から社会福祉会館☎3619-1051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)	

# 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	ボランティア説明会	2月22日(木)午前10時～11時半	すみだボランティアセンター(東向島2-17-14)	内 ボランティア活動の紹介、活動時の注意点の説明等 対 ボランティアを始めようと考えている方 定 先着15人 費 無料 申 事前に、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
	声を出して元気になろう!「発声トレーニング講座」(全5回)	2月27日～3月26日の毎週火曜日午前9時半～11時半	八広地域プラザ(八広4-35-17)	内 軽いストレッチや発声練習、朗読など 定 先着15人 費 4000円 持 飲み物 *動きやすい服装で参加 申 2月2日から八広地域プラザ☎6657-0471へ *受け付けは2月24日までの午前9時～午後8時(2月19日は休館)
	簡単な脳トレと体操をZoomで楽しませんか?「脳トレZoom体操」	2月27日(火)午前11時半～正午	オンライン会議システム「Zoom」を使用	対 区内在住で60歳以上の方 定 5人(抽選) 費 無料 持 個人登録証 申 2月20日までの午前9時～午後5時に立花ゆうゆう館(立花6-8-1-102)☎3613-3911へ
	区総合体育館公開講座「フォームローラーを使ったセルフケア」筋膜リリース体験講座	2月29日(木)午前9時半～11時半	区総合体育館(錦糸4-15-1)	内 専用器具を使った、筋肉の柔軟性を高める筋膜リリースの体験 *骨粗しょう症・血栓症を治療中の方は参加不可 定 先着20人 費 無料 持 室内用の運動靴、飲み物 *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・✉sumidagym@n-reco.co.jpへ *受け付けは2月22日まで
	折り紙が初めての方や男性も大丈夫!高齢者向け「折り紙教室」(全3回)	2月29日、3月14・28日いずれも木曜日午後2時～4時	すみだ福祉保健センター(向島3-36-7)	対 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 100円 申 2月8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
歯科講習会「健康長寿は“歯と口の健康”から笑顔でおいしく食べることの幸せ」	3月11日(月)午後1時半～3時	すみだリバーサイドホール1階会議室(区役所に併設)	内 歯と口のケアの方法に関する講話や口の体操の実践など 対 区内在住在勤の方 定 先着40人 費 無料 持 筆記用具 申 2月2日午前8時半から電話で向島保健センター☎3611-6135または本所保健センター☎3622-9137へ	
子育て・教育	小さい子どものためのおはなし会	2月1日(木)、3月7日(木)午前10時半～11時	緑図書館(緑2-24-5)	内 ボランティアと緑図書館スタッフによるお話し会 対 0歳～3歳程度の子どもの保護者 定 ▶2月1日=先着30組程度 ▶3月7日=先着10組程度 費 無料 申 当日直接会場へ 問 緑図書館☎3631-4621
	とびだせ!ひきぶん探検隊 アートタウンマップづくり“曳舟編2”	2月11日(祝)午前9時半～正午 *受け付けは午前9時～ *荒天時は2月12日(振休)に延期	曳舟文化センター(京島1-38-11)	内 曳舟駅周辺をクリエイターと散策してアートタウンマップを作成する 対 小学生 *1・2年生は保護者の同伴を推奨 定 先着20人 費 無料 申 事前に曳舟文化センター☎3616-3951へ *専用サイトからも申込可
	里親という家庭のカタチ「説明会&相談会」	▶2月16日(金)・23日(祝)、3月8日(金)午後1時半～、午後3時～ ▶3月23日(土)午前9時半～、午前10時45分～、午後1時半～、午後3時～ *いずれも1時間	▶2月16日=富岡区民館(江東区富岡1-16-12) ▶2月23日=両国シティコアライフビット(両国2-10-14) ▶3月8日=すみだ産業会館(江東橋3-9-10) ▶3月23日=東陽区民館(江東区東陽3-1-2)	内 都の里親制度についての説明・相談 対 墨田区または江東区在住の方 定 各先着2組 費 無料 申 事前に希望日時・在住区・氏名・電話番号を、電話またはEメールで江東児童相談所フォスターリング機関☎3640-5432・✉koto-foster@futaba-yuka.or.jpへ *受け付けは各開催日の3日前まで 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
	家庭教育支援講座 親子で楽しむSTEAM教室“様々な形状のブロックを組み合わせて、ゴム動力で走る車を作る”	3月10日(日)▶第1回=午前10時～正午 ▶第2回=午後2時～4時	▶第1回=区役所会議室131(13階) ▶第2回=区役所会議室121(12階)	対 区内在住在学の小学校1年生～3年生とその保護者(2人1組) 定 ▶第1回=30組(抽選) ▶第2回=15組(抽選) 費 無料 申 希望回、郵便番号、住所、子どもの氏名・学年、保護者の氏名・電話番号を、直接または郵送、Eメールで2月15日(必着)までに〒130-8640地域教育支援課地域教育支援担当(区役所11階)☎5608-6503・✉chiikikyoku@city.sumida.lg.jpへ *専用サイトからも申込可
仕事・産業	すみさポビジネスセミナー「これからはじめる3Dプリンター」	2月13日(火)午後2時～4時	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、区内で創業希望の方 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☎info@sumisapo.jpへ *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(祝日を除く) ▶経営支援課経営支援担当☎5608-6184
	セミナー「年金受給しながら働こう」	2月22日(木)午前10時～11時半	ハローワーク墨田3階会議室(江東橋2-19-12)	内 ハローワークの再就職支援や在職老齢年金の支給停止の仕組みを学ぶ 対 65歳以上の方 定 先着25人 費 無料 申 事前に電話でハローワーク墨田シニア応援コーナー☎5669-8961へ 問 ▶ハローワーク墨田援助第一部門☎5669-8961 ▶経営支援課経営支援担当☎5608-6185
	墨田区SDGsセミナー「SDGsと政策“SDGsの取り組み推進に関する国の政策・自治体による支援策の紹介と、官民連携の取組に向けて”」	3月5日(火)午後6時～8時	区産業共創施設「SUMIDA INNOVATION CORE」(錦糸4-17-1ヒューリック錦糸町コラボトリ4階)	内 SDGsに対する理解を深め、具体的な取組の実行へつなげる 対 「墨田区SDGs宣言」を行った事業者・団体 定 先着30人 費 無料 申 事前に企業・団体の名称、電話番号、参加者全員の氏名・Eメールアドレスを、Eメールで産業振興課産業振興担当☎5608-6186・✉sangyou@city.sumida.lg.jpへ
	次代を担う経営者を育成!後継者・若手経営者育成ビジネススクール「フロンティアすみだ塾(第19期)」(全12回)	4月～7年3月の月1回程度	区役所会議室ほか	対 区内在住在勤の20歳～おおむね45歳で、中小企業の後継者または経営者 *ほかにも要件あり 定 10人(書類選考・面接) 費 10万円 *合宿・懇親会の費用は別途自己負担 申 入塾申込書を直接またはEメールで2月27日午後5時までに、すみだ次世代経営研究協議会事務局(区役所14階・経営支援課内)☎5608-6185・✉frontier-sumida@city.sumida.lg.jpへ *内容や入塾申込書等は、フロンティアすみだ塾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 区公式LINEの友だち募集中!本紙最終面下部のコードを読み取り、ぜひ、「友だち追加」を! [問合せ]広報広聴担当☎5608-6220

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
	気になるスポーツを選んで参加！すみだニュースポーツフェス	▶2月10日(土)午後1時～4時 ▶2月19日(月)午後7時～8時半 ▶3月3日(日)午後2時～4時	▶2月10日=いきいきプラザ(文花1-32-2) ▶2月19日=PARK CAFE DINER(横川1-1-10すみだパークプレイスⅡ6階) ▶3月3日=パデル東京ミズマチ(向島1-32-4)	内▶2月10日=パラダンススポーツとスクエアボッチャ ▶2月19日=スクエアボッチャ ▶3月3日=YOU.FOとベースボール5 を体験する 対区内在住在勤在学で運動習慣がない方 定各先着10人程度 費無料 持飲物 *動きやすい服装で参加 申事前に希望日(複数選択可)・氏名・電話番号を、Eメールで株式会社BAKUAGE minorsports.influence@gmail.comへ *専用サイトからも申込可 問産 業振興課産業振興担当☎5608-6186 
	古民家で見える雛人形展	2月15日(木)～3月12日(火)の午後0時半～4時半	立花大正民家園旧小山家住宅(立花6-13-17)	内旧小山家に伝わる雛人形や区民から寄贈された雛人形の展示 費無料 申期間中、直接会場へ 問すみだ郷土文化資料館☎5619-7034
	特集展示「ひなまつり”旧家に伝わるおひなさま”」	2月17日(土)～3月31日(日)の午前9時～午後5時 *入館は午後4時半まで *毎週月曜日・毎月第4火曜日(いずれも祝日のときは翌日)は休館	すみだ郷土文化資料館(向島2-3-5)	内歴史的・美術的に価値が高い江戸時代の雛人形などの展示 費▶個人=100円 ▶団体(20人以上)=1人80円 *中学生以下と身体障害者手帳・愛の手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方および介助の方は無料 申期間中、直接会場へ 問すみだ郷土文化資料館☎5619-7034
	親子参加歓迎!! “V9チャンピオン”のパンソニックブルーベルズと東京東信用金庫ブルーラビッツ”バレーボール冬の特別体験教室・9人制女子試合観戦	2月18日(日)▶体験教室=午前9時半～11時半 ▶試合観戦=正午～午後1時半	両国中学校(横網1-8-1)	対区内在住在勤在学の方 定先着100人 費無料 持室内用の運動靴、飲物、汗拭きタオル 申事前に代表者の氏名・電話番号、学校名・学年(在学者のみ)、参加人数を、Eメールで両国倶楽部事務局 ryougoku_club@jcom.home.ne.jpへ *下記コードからも送信可 *体験教室・試合観戦いずれかのみでの参加も可 問▶両国倶楽部事務局☎3622-5181 ▶スポーツ振興課スポーツ振興担当☎5608-6312 
	BIG SHIPライブイベント 胡弓コンサート	2月24日(土)午後2時～ *開場は午後1時半	本所地域プラザ(本所1-13-4)	【出演】楊興新氏 定先着120人 費3500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
	ボートの基本的な知識と技術を学ぶ初心者向け体験教室「ボート教室」	2月25日～3月10日の毎週日曜日▶午前10時～正午 ▶午後1時～3時 *雨天・荒天時は中止	平井橋艇庫(立花3-29-10)および平井橋船着場(立花3-29地先)付近の旧中川	対区内在住在勤在学の小学校4年生以上 *中学生以下は保護者の同意が必要 定各先着9人 費各50円(保険料) 持飲物、タオル、雨具 申事前に電話でスポーツドアあずま事務局☎3617-9002へ *受け付けは各開催日の前日午後5時まで 問スポーツ振興課スポーツ振興担当☎5608-6312
	水の力で高い運動効果! プール一般公開	3月1日(金)～31日(日)の午前9時～午後10時 *日曜日、祝日は午後9時まで *火曜日は休館	両国屋内プール(横網1-8-1)	対4歳以上の方 費▶中学生以下、区内在住で65歳以上の方=各100円 ▶その他=各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 *入場を制限する場合あり 問両国屋内プール☎5610-0050
	史跡めぐり ▶すみだの近代住宅を見にいこう! ▶牛頭山弘福寺の歴史と文化財	3月1日(金)午後1時～3時半 3月6日(水)午前10時～正午	▶1日=立花大正民家園旧小山家住宅(立花6-13-17)、旧鈴木八太郎家住宅 ▶6日=弘福寺(向島5-3-2) *集合・解散場所は参加者に別途通知	内▶1日=近代住宅を見学し、歴史や地域的な特性を学ぶ ▶6日=寺院に伝わる文化財を見学し、歴史や黄檗文化を学ぶ 対区内在住在勤在学の方 定各15人(抽選) 費各100円 申希望のコース・住所・氏名・年齢・電話番号・Eメールアドレスを、往復はがきで2月13日(必着)までに〒130-8640地域教育支援課文化財担当☎5608-6310へ *1通につき1人のみ申込可(同じコースの重複申込みは不可) *区ホームページからも申込可 
	映画「あの日のオルガン」すみだ上映会	3月4日(月)▶午前10時半～ ▶午後2時半～ ▶午後7時～	曳舟文化センター(京島1-38-11)	内保育園児の集団疎開を描いた映画「あの日のオルガン」の上映 費▶中学生以下=無料 ▶高校生=800円 ▶その他=1000円 *いずれか1回を鑑賞可(満席の場合は当日会場で払戻し可) 申3月3日までに電話で曳舟文化センター☎3616-3951へ *墨田区観光協会のホームページからも申込可 問▶「あの日のオルガン」すみだ上映会実行委員会事務局☎080-3113-6954 *受け付けは午前10時～午後5時(土・日曜日、祝日を除く) ▶文化芸術振興課文化芸術担当☎5608-6212
	新日本フィルハーモニー交響楽団 すみだクラシックへの扉第21回	3月15日(金)・16日(土)午後2時～	すみだトリフォニーホール(錦糸1-2-3)	内オーケストラによるベートーヴェン、シューベルトの作品の演奏 【出演】上岡敏之氏(指揮)、アンヌ・ケフェレック氏(ピアノ) 対小学生以上 定先着1801人 費▶区内在住在勤の方=3000円(S席)、1500円(A席) ▶学生=2000円(S席)、1000円(A席) ▶その他=5000円(S席)、2500円(A席) 問文化芸術振興課文化芸術担当☎5608-6212 申事前に電話で、新日本フィル・チケットボックス☎5610-3815へ
	区民スポーツ大会「剣道大会」	3月17日(日)午前9時～午後9時	区総合体育館(錦糸4-15-1)	種▶個人段級別=6級～1級の部、初段～三段男子の部、二段以下中学生以下女子の部、三段以下一般女子の部、四・五段の部 ▶団体(3人)=小学生(4年生以上)、中学生 費▶個人段級別=600円 ▶団体(3人)=1チーム1000円 対区内在住在勤在学の方 申種別・住所・氏名・年齢(学年)・電話番号・段位または級位を、郵送またはEメールで2月20日(必着)までに墨田区剣道連盟事務局 植田光寿(〒131-0043立花4-18-9-201)☎090-3209-0388・✉sumida.kendo.work@gmail.comへ
	区民スポーツ大会「軟式野球大会」	3月31日～6月9日の日曜日 *5月5日を除く *雨天等により日程が延期となる可能性あり	墨田野球場(墨田四丁目地先)	対区内在住在勤者で構成するチーム 費1チーム2万2000円 申費用を持って直接、2月9日午後4時までに▶福祿スポーツ(石原1-31-7)へ ▶ヤナギスポーツ(横川4-1-2)へ ▶コカンスポーツ(墨田1-9-14)へ ▶スポーツ振興課スポーツ振興担当(区役所14階、受け付けは月曜日～金曜日)へ *代表者会議を3月7日(木)午後6時半から曳舟文化センター(京島1-38-11)で実施 問墨田区軟式野球連盟☎090-8809-0322

文化・スポーツ

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/](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(5年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
胃がん検診(胃部エックス線検査・医療機関実施分)	2月29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]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	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 ▶胃がん検診=2月9日まで ▶大腸がん検診・肺がん検診=3月8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) *肝炎ウイルス検診を除き、各専用サイトからも申込可(検診名で検索)
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 *生活保護受給者は無料	
胃がん検診(胃部エックス線検査・検診車実施分)	3月までの毎月1回 *午前中に実施	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)	3月までの毎月1・2回	区内施設3か所		
大腸がん検診	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以上の方にのみ実施 [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	
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	



- 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の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。

## 2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 *電話でも相談可 *保健師・栄養士・歯科衛生士等が対応	
育児相談	【受け付け】5日(月)、19日(月)午前9時~10時	【受け付け】5日(月)午前9時~10時
ママのリラックスタイム	1日(木) *3月7日(木)も実施	7日(水) *3月6日(水)も実施
心の健康相談	14日(水)	9日(金)
依存症相談	19日(月)	—
思春期相談	—	14日(水)・21日(水)

## 簡単!便利!すみだ けんしんダイヤルのご利用を

- がん検診・肝炎ウイルス検診の申込み・受診票再発行・問合せ
- 健康診査・成人歯科健康診査・後期高齢者歯科健康診査の受診票再発行・問合せ

☎5608-1599

午後6時まで受け付けています

【受け付け】月曜日~金曜日の午前9時~午後6時(祝日・年末年始を除く)

- 番号をお確かめのうえ、かけ間違いのないようご注意ください。
- 午前9時~10時半頃、休み明け、月初めは大変混み合います。
- 聴覚障害のある方等は、FAX6862-6571にご連絡ください。



## 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

●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(横綱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)

●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(2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
4日(日)	はたやま歯科医院	太平1-16-7馬場ビル1階 ☎3829-3918
	むさし整形外科☎	京島1-38-1-108 ☎5631-7634
11日(祝)	中西歯科	京島1-39-1曳舟西ビューハイイツ115 ☎3610-3666
	同愛記念病院☎	横綱2-1-11 ☎3625-6381
12日(振休)	浜本歯科医院	緑2-15-17 ☎3631-1775
18日(日)	難波歯科医院	押上3-21-4 ☎3612-4812
	吉岡整形外科☎	八広3-38-6 ☎3618-0671
23日(祝)	原歯科医院	太平2-15-1 ☎3622-8868
25日(日)	にしざわ歯科医院	墨田2-8-12 ☎3611-0534
	同愛記念病院☎	横綱2-1-11 ☎3625-6381

●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。

●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。

## 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・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

### 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、祝日、年末年始=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。

# 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
スポーツ・文化	区民スポーツ大会「ゴルフ大会」	4月9日(火)午前8時～午後4時 *受け付けは午前7時～	京葉カントリー倶楽部(千葉県千葉市若葉区多部田町802)	種男女別▶スクラッチの部 ▶アンダーハンディキャップの部 *いずれの部も、女子の参加人数が7人以下の場合は男女混合で実施 対区内在住在勤在学の方 費2万円(参加費、プレー費) 申大会名、種別、住所、氏名、年齢、生年月日、性別、電話番号、Eメールアドレス、ハンディキャップ、勤務先の住所・電話番号(在勤者のみ)を、はがきまたはファクス、Eメールで2月6日～3月6日(必着)に墨田区ゴルフ連盟事務局(〒130-0026両国1-16-9小宮山方) ☎・FAX5825-4386・✉mmbft317@ybb.ne.jpへ
イベント	すみだ観光ガイドが案内する「梅見まち歩きツアー」	2月17日(土)・18日(日)午前9時～10時半頃 *午前8時50分に集合 *雨天決行、荒天中止	香取神社、境橋、伏見稲荷神社、亀戸天神社など【集合場所】錦糸公園(錦糸4-15-1)	定先着20人程度 費1000円(保険料込み) 申事前に催し名、代表者の住所・氏名・電話番号、参加人数を、電話またはファクス、Eメールで墨田区観光協会☎6657-5160・FAX6657-5166・✉guidetour@visit-sumida.jpへ *墨田区観光協会のホームページからも申込可 問▶墨田区観光協会▶観光課観光担当☎5608-6500
	香梅園梅まつり	2月17日(土)～3月3日(日)の毎週土・日曜日午前10時～午後3時 *初日は午前10時半～	香取神社香梅園(文花2-5-8)	内▶開園式(2月17日午前10時半～)▶すみだ親善大使との写真撮影会(2月17日午前11時半～)▶琴の演奏、抹茶接待(2月17・18日午前11時～) 費無料 *抹茶接待は有料 申当日直接会場へ 問▶墨田区観光協会☎6657-5160▶観光課観光担当☎5608-6931
	サークル発表 いきいきプラザ「いきフェス」	2月18日(日)午前10時～午後4時	いきいきプラザ(文花1-32-2)	内ダンス・民謡などの舞台発表、書道・折り紙・短歌などの展示発表 費無料 申当日直接会場へ 問いきいきプラザ☎3618-0961
	まちのかばんやさん.smd	2月28日(水)～3月5日(火)の午前11時～午後8時 *3月3日は午後7時半まで	松屋銀座3階イベントスペース(中央区銀座3-6-1)	内区にゆかりがある製造者による革製品の販売 *詳細は、まちのかばんやさん.smdのインスタグラムを参照 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・✉machinokabanyasan@gmail.com▶産業振興課産業振興担当☎5608-1437
その他	第137回墨田区都市計画審議会の傍聴	2月26日(月)午後2時～	庁議室(区役所7階)	【予定案件】東京都市計画地区計画の決定(墨田区決定)について ほか 定10人(抽選) 申住所・氏名・電話番号を、往復はがきで2月13日(必着)までに〒130-8640都市計画課まちづくり支援担当☎5608-1204へ *「都市計画審議会傍聴希望」と明記

# 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】2月9日(金)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(2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2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
その他	「墨田区地域防災計画」のパブリックコメント(意見募集)	【閲覧期間/閲覧場所】2月29日(木)まで/防災課(区役所5階)、区民情報コーナー(区役所1階) *土・日曜日、祝日は区民情報コーナーのみ *区ホームページでも閲覧可	申 ご意見(A4用紙1枚程度で書式自由)と、住所・氏名(団体名)・電話番号を、直接または郵送、ファクス、Eメールで2月29日(必着)までに〒130-8640防災課防災係(区役所5階)☎5608-6206・FAX5608-6425・✉bousai@city.sumida.lg.jpへ

# 夢

“人生の新たなスタート”を祝して

墨田区長

山本 亨

1月8日、本区では2088人の方が新たに「はたち」の門出を迎えました。毎年成人の日にすみだトリフォニーホールで開催される「はたちのつどい」は、今年も「はたち」を迎えた多くの方で賑わいました。

はたちのつどい実行委員会が自ら企画・運営を担う式典の今年のテーマは、「一期一笑 “笑って笑って笑いまくり”」。新型コロナウイルス感染症が5類に移行し、前向きなイメージの象徴である“笑顔”に焦点を当て、明るい未来への新たな門出となるようにとの想いを聞いて、「はたち」の若者ならではの力強く真つすぐな気持ちを感じました。まさに今回のテーマのように、皆さんの未来が笑顔の絶えない

日々であることを願っています。

また、同日に曳舟文化センターで、「墨田区手をつなぐ親の会」主催の「20歳を祝う会並びに新年会」が開催されました。この会は、区内の障害者通所施設に通う3人の方が「はたち」を迎えたことを祝う式典です。この3人は、学校を卒業後、区内の通所施設で工業部品の組み立てなど様々な作業に従事し、社会の一員として真面目に仕事に取り組んでいます。これからも仕事や趣味に前向きに、そして夢や目標を持ち続け、人生をより充実したものにしてほしいと思います。

今後も、障害の有無にかかわらず、誰もが安心して、いきいきと暮らし続けられる「すみ

だ型共生社会」の実現に向け、福祉サービスの一層の充実に努めていきますので、引き続き区政に対するご理解とご協力をお願いします。



「20歳を祝う会並びに新年会」にて「はたち」を迎えた人見さん親子と