

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	まちなかガーデナー講座(全9回)	4月20日、5月18日、6月15日、7月20日、8月24日、9月21日、10月19日、11月2日、12月7日いずれも土曜日午後1時~4時	すみだ生涯学習センター(東向島2-38-7)	内 ガーデニングの基礎を学び、コンテナの寄せ植えや地植えで公共施設をコミュニティガーデンにする【講師】久保田暁氏(庭つながり代表) 定 10人(抽選) *区内在住在勤在学の方を優先 費 6000円(材料費・保険料) 申 講座名・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4月10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み可 *3月30日(土)午後3時10分から、すみだ生涯学習センターで説明会を実施
	"春の花をリース型の容器に植え込む"花育講座講習会「リース型ハンギングバスケットづくり」	4月24日(水)午後1時半~3時半		対 区内在住在勤在学の方 定 20人(抽選) 費 ▶花材費=2500円 ▶容器代=1700円 持 容器(お持ちの方のみ)、エプロン、手袋、作品を持ち帰るための袋 申 住所(在勤在学の方は会社・学校の住所も)、氏名、電話番号、容器の要・不要を、はがきで3月31日(必着)までに〒130-8640環境保全課緑化推進担当 ☎5608-6208へ *左記コードの専用サイトからも申込み可 *当選者には4月12日までに通知
健康・福祉	健康体づくり教室「リフレッシュケア」[からだいきいき体操]	3月22日~4月26日の毎週金曜日▶リフレッシュケア=午前9時45分~10時45分 ▶からだいきいき体操=午前11時~正午	スポーツプラザ梅若(墨田1-4-4)	内 ▶リフレッシュケア=朝の硬い体をストレッチする ▶からだいきいき体操=やさしい筋力トレーニングと柔軟体操を行う 対 18歳以上の方 定 各先着80人 費 各510円 持 室内用の運動靴(からだいきいき体操のみ)、飲物、タオル *動きやすい服装で参加 申 事前に直接スポーツプラザ梅若 ☎5630-8880へ *詳細は問い合わせるか、左記コードのスポーツプラザ梅若のホームページを参照
	体操も一緒に!歩いて健康チェック	3月29日(金)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 *歩行に関する体操も実施 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
	ユートリヤで健康な体になろう!(4月)	▶ヨガ=4月1日(月)・15日(月)午後3時半~4時半 ▶ボイスエクササイズ&テクニック=4月5日(金)・19日(金)午後2時20分~4時 ▶太極拳=4月18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)	対 16歳以上の方 定 ▶ヨガ=各先着24人 ▶その他=各先着30人 費 ▶ヨガ=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 ▶ヨガ・太極拳=飲物 *動きやすい服装で参加 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み可 *空きがあれば当日会場でも申込み可
	ふくの会(なりひら認知症家族会)	4月6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
	高齢者転ばない体づくり体操教室(全5回)	4月11日~5月16日の木曜日午後3時~5時 *5月2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 *初参加者を優先 定 20人(抽選) 費 無料 申 3月27日までの午前9時~午後5時に梅若ゆうゆう館 ☎5630-8630へ *詳細は梅若ゆうゆう館のホームページを参照
	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)」	4月18日、5月16日、6月20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【テーマ】「ひきこもり」への理解を深める」「ひきこもりと医療」「親子のコミュニケーション基礎編」 対 区内在住在勤在学で、ひきこもり等の状態にある方やその家族 定 各先着15人 費 無料 持 筆記用具 申 事前に電話で保健予防課精神保健係 ☎5608-6506へ
	高齢者パソコン教室「ワードの図形機能を使ってイラストを描いてみましょう」(全4回)	4月19日~5月17日の金曜日午前9時半~11時半 *5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、Microsoft Office 2010以降がインストールされているノートパソコンを持参できる方 定 10人(抽選) 費 無料 持 ノートパソコン、電源アダプター 申 3月27日までの午前9時~午後5時に梅若ゆうゆう館 ☎5630-8630へ *詳細は梅若ゆうゆう館のホームページを参照
	墨田区手話通訳者養成講座(全37回)	4月25日~7年2月6日の木曜日午前10時~正午 *日程の詳細は申込先へ	亀沢のぞみの家(亀沢4-18-11)	対 次の全ての要件を満たす方▶区内在住在勤で20歳以上である▶手話講習会上級コースを修了している、またはこれと同等の技量がある▶手話通訳士の資格を持っていない▶墨田区以外の地域で登録通訳者として活動していない▶墨田区手話通訳者登録試験(手話通訳者全国統一試験)合格後に墨田区登録手話通訳者として活動できる 定 10人程度(選考) *応募者が2人以下の場合は開催中止 費 無料 *テキスト代は自己負担 申 申込書を郵送またはファクスで4月8日(消印有効)までに墨田区障害者団体連合会事務局(〒131-0014亀沢4-18-11) FAX3624-3154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 問▶墨田区障害者団体連合会事務局 ☎3624-3154▶障害者福祉課障害者給付係 ☎5608-6163
	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"	4月25日(木)午後1時半~3時	向島保健センター(東向島5-16-2)	内 参加者同士で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15人 費 無料 申 3月22日午前8時半から電話で向島保健センター ☎3611-6193へ
	"ずっと元気であるために"介護予防のための「元気もりもり教室」(各全12回)	5月2日~7月18日の毎週木曜日▶第1部=午後1時半~2時半▶第2部=午後3時~4時	みどりコミュニティセンター(緑3-7-3)	内 健康体操(運動強度は▶第1部=普通▶第2部=やや強め)、脳トレーニング、レクリエーションなど 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 *初参加者を優先 定 各30人(抽選) 費 無料 申 教室名・希望の部・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を、直接または電話、ファクスで4月22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
こどもの日「写真スクラップ」	4月25日(木)▶午前10時~11時半▶午後0時15分~1時45分	区総合運動場(堤通2-11-1)	内 写真や飾りを自由に配置しA4サイズのラミネートフィルムで圧着する 定 各先着5人 *子どもの同伴可(一時保育なし) 費 各500円 *ラミネートフィルムの追加可(1枚100円、最大2枚まで) 持 子どもの写真 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 *内容等の詳細は問い合わせるか、左記コードのフクシ・エンタープライズ墨田フィールドのホームページを参照	

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
文化・スポーツ	個人に合わせてレベルアップ「プールプライベートレッスン」	4月1日(月)～5月31日(金) *実施時間・内容は申込時に調整	両国屋内プール(横網1-8-1)	対小学生以上 費▶1人=3500円(30分)▶2人=5500円(45分) *別途、施設利用料(▶大人=410円▶子ども=100円)が必要 *レッスン前後のプール利用可 持ゴーグル(任意)、水泳帽、水着、タオル 申事前に電話で両国屋内プール☎5610-0050へ
	楽しい運動教室の1回体験(4月～6月クール)	4月1日(月)～6月29日(土) *日程や内容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	スポーツプラザ梅若(墨田1-4-4)	内/対▶大人クラス=太極拳、ヨガ、フラダンス、カンファーなど全17教室/18歳以上の方▶子どもクラス=キッズチアダンス、ジュニアチアダンス、ジュニアカンファー、ヒップポップダンスなど全6教室/申込先へ 定各先着12人～20人 費各1100円 *体験以降は残り回数×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 *第3火曜日を除く
	区民スポーツ大会「区民ハイキング 大高取山」	4月14日(日)午前8時半～ *歩行時間は約3時間半 *雨天決行	【集合場所】東武東上線池袋駅改札口トイレ前 *集合時間は午前8時半 *電車で移動	対区内在住在勤で健康な方 定先着20人10組 費1人500円(保険料) *交通費は別途自己負担 持弁当、水筒、雨具 申事前に費用を持って直接、スポーツ振興課スポーツ振興担当(区役所14階)へ *受け付けは4月4日まで 問墨田区野外活動連盟 小林正克☎090-2411-0296
	スポーツアアずま ファン ランクラブ「ビギナークラス」	4月14日(日)午前10時～正午 *雨天中止	平井橋艇庫(立花3-29-10)	内正しいランニングフォームを学び、3km程度をゆっくりランニング・ウォーキングする 対区内在住在勤で18歳以上の方 定先着10人 費1000円 持飲物、汗拭きタオル 申事前に電話でスポーツアアずま事務局☎3617-9002へ *専用サイトからも申込み可 *受け付けは4月13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
	区民スポーツ大会「弓道大会」	4月21日(日)午前9時～午後5時 *受け付けは午前8時半～	弓道場(江東橋4-1-3)	種個人(男女別) 対区内在住在勤在学の方 *東京都学生弓道連盟加入者を除く 費無料 持弓道衣、弓具 申4月15日までに左記コードの専用サイトから申込み 問▶墨田区弓道連盟☎info@sumida-kyudo.com▶スポーツ振興課スポーツ振興担当☎5608-6312
	区民スポーツ大会「ハンドボール大会」	5月4日(祝)午前9時～午後6時 *受け付けは午前8時～	区総合体育館(錦糸4-15-1)	種一般男子(18歳以上)、一般高校女子(15歳以上)、高校男子、中学男女 対区内在住在勤在学の方で構成され、区内で活動しているチーム 費▶一般=3000円▶中学生・高校生=1000円 申種別、代表者の住所・氏名・電話番号・ファクス番号・Eメールアドレス、参加者全員の氏名・年齢(学年)、チーム名を、ファクスまたはEメールで4月1日～21日に墨田区ハンドボール協会事務局 鈴木慎二☎090-9306-1857・FAX3650-4466・☎sumida.handball@gmail.comへ
	区民スポーツ大会「少年サッカー大会」	5月12日～6月16日の毎週日曜日午前8時～午後6時 *天候により延期となる場合あり	荒川四ツ木橋緑地少年サッカー場(東墨田二丁目地先)ほか	費1チーム6000円 *4月19日(金)午後7時から、すみだ生涯学習センター(東向島2-38-7)で行われる代表者会議で支払い 申電話で3月29日～4月5日にスポーツ振興課スポーツ振興担当☎5608-6312へ 問墨田区サッカー協会少年部 樋口直樹☎090-3316-2422
みどりの亀戸愛楽亭(落語会)	5月19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)	内亀戸愛楽亭(社会人落語会)による公演 定先着60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	
イベント	駅からハイキング「駅開業120周年!両国・亀戸の今昔物語巡り」	3月25日(月)～4月7日(日)の午前10時～正午 *所要時間は3時間半程度 *雨天決行	【受付場所】両国観光案内所(JR両国駅[-両国-江戸NOREN]1階)	内受付場所で配布するハイキングコースの地図を基に、開業120周年を迎える両国駅～亀戸駅の各スポットを散策する *中学生以下は保護者の同伴が必要 *詳細は左記コードの「JR東日本 駅からハイキング」のホームページを参照 費無料 申期間中、直接会場へ 問▶駅からハイキング事務局☎6386-9503▶観光課観光担当☎5608-6500
	第17回すみだNPOフェスティバル			費無料 問▶すみだNPO協議会☎sumida-npo-info@googlegroups.com▶地域活動推進課まなび担当☎5608-6202
	▶トークイベント「震災100周年とすみだの地域活動の源流を訪ねる!」	3月29日(金)午後6時半～8時半	すみだリバーサイドホール1階ミニシアター(区役所に併設)	定先着50人 申事前に氏名・電話番号を、Eメールで、すみだNPO協議会☎sumida-npo-info@googlegroups.comへ *空きがあれば当日会場でも申込み可
	▶フェスティバル	3月30日(土)・31日(日)午前10時～午後4時	隅田公園そよ風ひろば(向島1-3)	内区内で活動するNPOや地域団体の活動紹介のパネル展示、活動成果の発表、ワークショップ等 *詳細はすみだNPO協議会のホームページを参照 申当日直接会場へ
すみだガラス市	4月20日(土)・21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」をはじめとするガラス製品の販売・チャリティセール *詳細は左記コードのすみだガラス市の公式ツイッターを参照 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	

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
健康・福祉	知的障害のある方が、仲間を作り、社会生活のルールを学ぶ「すみだ教室」	【活動期間】5月19日～7年2月2日の原則毎月第1・3日曜日午前9時半～午後3時 *ボランティアは午後3時半まで 【活動場所】本所中学校(東駒形3-1-10)ほか 選面接 *面接日は後日通知	申 申込書を直接または郵送で4月4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 *下記コードの各専用サイトからも申込み可
	▶受講生の募集	対区内在住在勤の65歳以下で知的障害のある、次の全ての要件を満たす方▶義務教育課程を修了した(高等学校等に在学中の方を除く)▶医療管理や介護を必要としない▶団体行動ができる▶自宅と活動場所を1人で往復できる▶全日程参加できる▶愛の手帳3・4度に相当する	定若干名 費無料 *教材費等は自己負担
	▶ボランティアの募集	対18歳以上で、障害者教育に関心がある方 *高校生を除く	*謝礼あり

☎=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

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
産業 仕事・	伝統工芸品の道具や材料の生産・流通に関するヒアリング協力者の募集	対 伝統工芸品の道具や材料の生産・流通に従事している、または過去に従事したことがある方 【実施時期】5月～7月 *詳細は調整のうえ決定 【実施場所】協力者の勤務地、千葉大学墨田サテライトキャンパス(文花1-19-1)ほか	申 氏名・電話番号を、電話またはEメールで4月10日までに産業振興課産業振興担当 ☎5608-1437・✉sangyou@city.sumida.lg.jpへ
区政その他	墨田区図書館運営協議会の区民委員の募集	内 墨田区図書館運営協議会で図書館の運営等について利用者の立場から意見を述べる 【任期】区教育委員会が委嘱した日～8年3月31日 対 区内在住の18歳以上で、図書館の運営に関心があり、原則、土・日曜日に開催する会議(年3回程度、各回約2時間/令和6年度は墨田区子ども読書活動推進計画策定準備のため、年4回～6回程度開催)に出席できる方 *過去に本協議会委員になった方を除く 定 2人 選 書類選考	申 申込書と課題作文を、直接または郵送、ファクス、Eメールで4月4日(必着)までに、ひきふね図書館(〒131-0046京島1-36-5) ☎5655-2350・FAX5655-2351・✉hikifune@city.sumida.lg.jpへ *募集要領と申込書は各図書館で配布しているほか、墨田区立図書館のホームページからも出力可

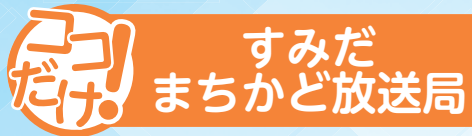


必見! YouTube 墨田区公式チャンネル

問合せ 広報広聴担当 ☎5608-6220

Q どんな動画が見られるの?

A 例えば…



YouTube限定で配信している「すみだのまち」のニュース動画です!



すみだのそこが知りたい

すみだの事業やイベントを、大山キャスターが紹介!



歩いてみよう!すみだでオフタイム

散歩したくなるおすすめスポットを区長自ら紹介!

などの動画がご覧になれます。

Q 新着動画をすぐにチェックしたい。

A ぜひ、墨田区公式チャンネルのチャンネル登録を!

チャンネル登録で、YouTubeで動画を公開しているアカウントをお気に入り登録すれば、新着動画を見つけやすくなります。

チャンネル登録の方法



ここからアクセス!



チャンネルトップページに表示されている「チャンネル登録」ボタンをクリック!

①チャンネル登録をするには、YouTubeへのログインが必要です。

②お使いの機種やOSのバージョンによって、表示などが一部異なる場合があります。

様々な方法で!

区報(本紙)がご覧になれます!

●区ホームページ

区ホームページ内に掲載された区報を、パソコン・タブレット・スマートフォン等から、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



毎月1日・11日・21日に発行!



●戸別配付(新聞を購読していない方のみ)

区報は、主に新聞に折り込んで配布していますが、新聞を購読していない方の自宅へ、発行日に無料でお届けする戸別配付を行っています。

[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み可 [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



問合せ 広報広聴担当 ☎5608-6223