

墨田区のお知らせ

No.2117

2024年
(令和6年)

9/1

毎月1日・11日・21日発行

◆2面以降の主な内容

2・3面・・・児童手当制度等

4～6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/>

自転車駐車場整理

植木のせん定

シルバー人材センターでは、企業や家庭、公共団体等から引き受けた仕事を、会員の皆さんへ紹介しています。働くことは、生きがいや健康づくりにつながります。あなたも、会員になって一緒に働いてみませんか？
[問合せ] 高齢者福祉課支援係 ☎5608-6168

シルバー人材センターマスコットキャラクター「チエブクロー」

利用される方と仲良くなり、いつも楽しく仕事をしています。

コミュニティサロンの運営

公園等管理

職をもつと、健康で元気になるれますね！

職場の先輩とのお話は、楽しくて学びがあります。

内職作業

趣味のための資金づくりができて充実しています！

マンション清掃

チームワーク抜群！

施設管理事務・案内

軽易な大工仕事

無理なくできてちょうどよく、楽しめています。

掃除等の家事援助

社会貢献につながるこの仕事は、いろんな方のお手伝いができ、やりがいがあります！

働くヨロコビ
つながる安心

シルバー人材センターに入会しませんか？

会員を募集しています！

会員になるためには…

シルバー人材センターで仮登録を行い、入会説明会への参加を経て会員となります。

[対象] 区内在住の60歳以上で、健康で働く意欲がある方

…… 問合せ 墨田区シルバー人材センター ……

☎3616-5048 *受け付けは月曜日～金曜日の午前8時半～午後5時15分(祝休日・年末年始を除く)

[ところ] 文花1-32-1-101

詳細は問い合わせるか、墨田区シルバー人材センターHPをご覧ください。

“はじめての一步”踏み出してみませんか？

もしも？

入会したら、どんな仕事があるの？

シルバー人材センターでは、これまでの経験や知識を活かせる専門的なものから、未経験でも取り組めるものまで、上記で紹介したほかにも様々な仕事があります。

例えば…

- ・オフィス等清掃作業
- ・障子、ふすま、網戸の張り替え
- ・軽作業
- ・宛名書き(毛筆・賞状)など
- ・チラシの配布

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8 働きがいも
経済成長も11 住み続けられる
まちづくりを

10月から改正されます
児童手当制度

10月から、児童手当が表1のとおり改正されます。改正に伴い、表2に該当する方は申請が必要です。申請期間中に申請がない場合、12月分の支給に改正の内容が反映されませんので、ご注意ください。詳細は問い合わせるか、区HPをご覧ください。

【申請期間】9月2日～10月31日**【問合せ】**子育て支援課児童手当・医療助成係(区役所4階) ☎5608-6160

主な変更点	改正前(9月分まで)	改正後(10月分～)
支給対象	中学生以下(15歳到達後の最初の年度末まで)の児童を養育している方	高校生年代以下(18歳到達後の最初の年度末まで)の児童を養育している方
所得制限	あり	なし
手当月額	▶3歳未満の児童＝1万5000円 ▶3歳～小学生＝1万円(第1・2子)、1万5000円(第3子以降) ▶中学生＝1万円 *児童を養育している方の所得が、所得制限限度額以上所得上限限度額未満の場合は、特例給付として5000円を加算	▶3歳未満の児童＝1万5000円(第1・2子)、 3万円(第3子以降) ▶3歳～高校生年代の児童＝1万円(第1・2子)、 3万円(第3子以降)
支給月	年3回(2・6・10月)	年6回(2・4・6・8・10・12月)
多子加算の算定対象	18歳到達後の最初の年度末までの子	22歳到達後の最初の年度末までの子 *18歳到達後の最初の年度末以降の子は手当受給者に経済的負担がある場合に限る

【多子加算の計算例】19・16・14・10歳の子どもを養育している場合

改正前

19歳 16歳 14歳 10歳

算定対象外 第1子 第2子 第3子

1万円 1万5000円

支給額 月額2万5000円

改正後

19歳 16歳 14歳 10歳

第1子 第2子 第3子 第4子

1万円 3万円 3万円

支給額 月額7万円

■申請が必要な方、申請方法(表2)

申請が必要な方	申請方法
中学生以下の児童を養育しておらず、高校生年代(18歳到達後の最初の年度末まで)の児童を養育している方	申請書を直接または郵送で、申請期間中(必着)に問合せ先へ *申請書は対象と見込まれる世帯へ8月下旬に送付済み *保護者と児童が別世帯の場合や、9月13日までに申請書が届かない場合は問合せ先へ
現行制度において所得上限限度額を超えており、現在児童手当(特例給付を含む)を受給していない方	
養育する児童が、18歳到達後の最初の年度末以降22歳到達後の最初の年度末までの方(経済的に自立して生活している場合を除く)を含めて3人以上の方	別途手続が必要 *詳細は問合せ先へ

☎公務員は勤務先へ申請してください。

地震に備え、耐震診断・耐震改修をしませんか
耐震改修促進助成事業

首都直下地震などの大規模地震から区民の生命を守るため、建築物の耐震診断や耐震改修に係る各種助成を行っています。詳細は区HPをご覧ください。

【問合せ】不燃・耐震促進課不燃化・耐震化担当 ☎5608-6269

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HPを参照



私たちの建物は大丈夫?

建築の専門家に相談してみましょう

無料耐震相談

地震による建築物の倒壊が不安な方に向けて、区が無料で建築士を派遣し、不安の解消につなげます。詳細は、区HPに掲載のチラシをご覧ください。

チラシ・申請書 

無料耐震相談でできること

- ▶ 建築の専門家に建築物を診断してもらえる
- ▶ 建築物の耐震性や地震への不安等を相談できる
- ▶ 今後の耐震化に関するアドバイスが受けられる
- ▶ 地震のときに安心できる方法を検討できる

対象

区内の木造住宅または非木造建築物の所有者・居住者 *木造の場合、住宅以外の建築物(倉庫、店舗等)は対象外 *所有者でない方は、事前に所有者の承諾を得る必要あり

申込み

電話か、申請書を直接またはファクス、Eメールで、不燃・耐震促進課不燃化・耐震化担当(区役所9階) ☎5608-6269・FAX5608-6409・✉funentaishin@city.sumida.lg.jpへ *申請書は区HPから出力可

資源の有効活用にご協力を
古着・金属製調理器具等の
回収とフードドライブ

家庭で不用になった古着や金属製調理器具等を回収します。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HPをご覧ください。

【とき／ところ】▶9月14日(土)／八広公園(八広5-10-14) ▶9月23日(振休)／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**【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 *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、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

9月中旬に案内を発送します
令和7年度区立小・中学校
選択制度

令和7年度に小・中学校へ入学する新1年生を対象に、学校選択制度の案内を9月中旬に発送します(区立小学校の6年生には学校から配付)。詳細は同封の学校案内または区HPをご覧ください。

【提出方法】同封の希望選択票に希望する学校を記入のうえ、直接または郵送で、11月1日午後5時(必着)までに〒130-8640学務課事務担当(区役所11階) ☎5608-6303へ

お祝いします
米寿・喜寿のお祝いと「ふれあい訪問事業」

米寿・喜寿の方へ、9月11日～30日に民生委員・児童委員がお祝い金をお届けします。また、喜寿の方には生活状況等を伺う「ふれあい訪問」を行います。その際、事前に送付した「ふれあい訪問票」を回収しますので、ご協力ください。

【対象／祝い金】9月1日時点で墨田区に住民登録がある▶米寿＝昭和12年生まれ(数え年で88歳)の方／1万円 ▶喜寿＝昭和23年生まれ(数え年で77歳)の方／5千円**【問合せ】**高齢者福祉課支援係 ☎5608-6168・FAX5608-6404

**9月中に1回目接種を
子宮頸がん予防ワクチンの
キャッチアップ接種**

子宮頸がん予防のためのHPVワクチン接種の機会を逃した方を対象とした公費による接種(キャッチアップ接種)が、7年3月で終了します。接種は3回で、完了までに約6か月かかるため、接種を希望する方は、9月中に接種を始めることを検討してください。なお、高校1年生相当の女性への公費による接種も、7年3月までです。

【対象者】平成9年4月2日～21年4月1日生まれ的女性 **＊**事前に予診票を送付済み(8月に勧奨はがきも送付済み) **＊**過去に接種済みの方を除く**【接種方法】**予診票を区指定の実施医療機関へ持参して接種 **＊**予診票がない場合は、オンライン申請か、直接または電話で、問合せ先へ申し込むことで発行可(転入した方等、墨田区に予診票の発行記録がない方は、親子健康手帳等で接種記録を確認する必要あり)**【問合せ】**保健予防課感染症係(区役所3階) ☎5608-6191



**新しい受給者証は届きましたか
心身障害者医療費助成制度(障)**

身体障害者手帳1・2級(内部障害者は3級も含む)または愛の手帳1・2度、精神障害者保健福祉手帳1級のいずれかの障害があり、国民健康保険や社会保険等に参加中の方は、心身障害者医療費助成制度(障)により、医療費の自己負担が軽減されます。受給者証は毎年9月に更新します。現在(障)を受給中で、引き続き要件に該当する方には、8月下旬に新しい受給者証を送付しましたので、ご確認ください。

精神障害者保健福祉手帳の有効期限が到来する方は、今回送付した受給者証の有効期限も手帳の有効期限までとなり、新たに更新の申請が必要となりますので、ご注意ください。

所得が下表の限度額を超える方や、65歳以上で新規に(障)の対象となる手帳を交付された方、後期高齢者医療被保険者証をお持ちで住民税が課税されている方などは対象となりません。なお、これまで所得が限度額を超えていたために対象外だった方も、令和5年中の所得が下表の限度額以下の場合は対象になる可能性があります。詳細はお問い合わせください。

【問合せ】障害者福祉課障害者給付係 ☎5608-6163・FAX5608-6423

■所得限度額

扶養親族等の数	本人または扶養義務者等の所得限度額
0人	360万4000円
1人	398万4000円
2人	436万4000円
3人	474万4000円
4人	512万4000円
5人	550万4000円

●老人扶養親族、特定扶養親族等がいる場合は、一定額を加算します。

**事業所で取り組んでみませんか
すみだ健康チャレンジ宣言**

「すみだ健康チャレンジ宣言」は、事業主が健康経営に取り組むことを社内外に宣言し、経営者と従業員が一丸となって健康保持・増進に取り組むことで、事業所全体の生産性向上や組織の活性化をめざすものです。宣言をすると、区と協定を結んだ「健康経営サポーター」から健康経営に必要なサポート

やお得なサービスが受けられます。また、宣言をした事業所には宣言書を発行し、事業所名と宣言書を区HPに掲載します。申込み等の詳細は区HPをご覧ください。



【対象】区内に本社・支社・営業所などを有し、代表者のほかに従業員が1人以上いる事業所等**【費用】**無料**【問合せ】**保健計画課データ活用推進担当 ☎5608-1305

**従業員をご推薦ください
中小企業等永年勤続優良従業員表彰**

区内の中小企業等に永くお勤めの優良従業員を表彰します。事業主の方は、該当する従業員をご推薦ください。

【表彰区分】10・20・30年の勤続表彰 **＊**勤続年数の算定基準日は6年12月31日**【対象事業所】**区内の▶中小企業 ▶中小企業が所属する商工団体▶信用金庫・信用組合**【対象者】**表彰区分の各勤続年数に達し、事業主から優良従業員として推薦された方 **＊**すでに同じ表彰区分で表彰された方や、事業主・代表者・役員、事業主・代表者の配偶者と直系1親等の血族の方を除く**【表彰日(予定)】**7年1月28日(火)**【会場(予定)】**すみだリバーサイドホール(区役所に併設)**【推薦方法】**推薦書類を直接または郵送で、10月3日(必着)までに〒130-8640産業振興課産業振興担当(区役所14階) ☎5608-1437へ **＊**推薦書類は産業振興課で配布しているほか、区HPからも出力可

**今号8面に掲載しています！
「私の好きな すみだ」写真募集！**

皆さんが撮影した写真を本紙に掲載します。ぜひ、写真をお寄せください。詳細は区HPをご覧ください。



【応募方法】随時、「私の好きな すみだ」をテーマに区内で撮影した写真と、作品名、撮影場所、応募者の氏名・住所・電話番号を直接または郵送、Eメールで、〒130-8640広報広聴担当(区役所6階) ☎5608-6223・✉oshirase@city.sumida.lg.jpへ **＊**Eメールの件名は「私の好きな すみだ」 **＊**写真は▶直接・郵送=A4以下の紙に印刷するか、jpeg形式でCD-Rに保存 ▶Eメール=jpeg形式で添付(1通あたり3MB以内) **＊**写真の返却は不可

**区公式LINE
友だち募集中！**

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HP内「墨田区公式LINE」のページから登録

【問合せ】広報広聴担当 ☎5608-6220

友だち1万人突破！

登録してね！

**毎月1日は
墨田区防災の日**

**9月1日の点検項目
いざのとき
あわてぬための
防災訓練**

**毎月5日は
すみだ環境の日**

**9月のエコしぐさ
省エネも
みんなでやれば
効果大**

**9月は東京都の自殺対策強化月間です
「気づいてください！
体と心の限界サイン」**

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
(正午～翌朝5時半／年中無休)

LINE相談は「相談ほっとLINE@東京」
(受け付けは午後3時～10時半／右記コードからLINEで友だち登録)

**区政情報番組
ウィークリー すみだ
9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・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HP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 貸=くまだまさしを1日貸しちゃいます！
電=吉川正洋・廣田あいかのすみだ電車車！

放映日	午前9時	正午	午後4時	午後8時
9月1日(日)～7日(土)	知 すみだの認知症施策			
9月8日(日)～14日(土)	特 雨水先進都市すみだ	知 すみだの認知症施策	特 雨水先進都市すみだ	知 すみだの認知症施策
9月15日(日)～21日(土)	貸 すみだ水族館			
9月22日(祝)～28日(土)	貸 すみだ水族館	特 雨水先進都市すみだ	貸 すみだ水族館	特 雨水先進都市すみだ
9月29日(日)～10月5日(土)	電 すみだの最強鉄人編			

* 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 担＝担当課				
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	町会・自治会広報活動PR展“まちの話題で心がほっこり！わがまち広報室”	9月4日(水)～9日(月)の午前8時半～午後5時15分 ＊最終日は午後3時まで	区役所1階アトリウム	内町会・自治会活動の内容や魅力が分かる、町会・自治会が作成した広報誌などのパネル展示 費無料 申期間中、直接会場へ 問地域活動推進課地域活動推進担当☎5608－6592
	食生活講習会「食品ロスにしない備蓄のすすめ“日常備蓄を美味しく活用”」	9月19日(木)午後1時半～3時半	本所保健センター(東駒形1－6－4)	内備蓄品を使って、災害時に役立つ調理方法等を学ぶ 対区内在住在勤の方 定先着20人 費無料 持筆記用具、飲物 申9月2日から電話で、本所保健センター☎3622－9137へ
	墨田区消費者講座「貯金だけで大丈夫？“ゼロ”から始める資産運用“お金の貯め方のコツがわかる家計マネジメント”」	10月8日(火)午前10時～正午	区役所会議室123(12階)	内ファイナンシャルプランナーから資産運用の基本を学ぶ 対区内在住在勤在学の方 定先着30人 費無料 持筆記用具、A4サイズの資料が入る手提げ袋 申事前に氏名(フリガナ)・電話番号を電話、Eメールで、産業振興課産業振興担当☎5608－6186・✉sangyou@city.sumida.lg.jpへ
	地域活動スタート講座“ユートリヤから始める地域活動の第一歩”	10月11日(金)午後6時半～8時	すみだ生涯学習センター(東向島2－38－7)	内区内で地域活動をしている団体から話を聴く 【講師】寺島・玉ノ井まちづくり協議会、声とことばの力、トッピングイースト 定20人(抽選) ＊区内在住在勤在学の方を優先 費無料 申オンライン申請か、講座名・氏名(ふりがな)・住所・年齢・電話番号を往復はがきで、9月27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 担地域活動推進課
健康・福祉	コース型「シニアの筋トレ&ストレッチ」の1回体験	9月4日～25日の毎週水曜日午後1時半～2時半	スポーツプラザ梅若(墨田1－4－4)	内足腰の筋トレ、踏み台昇降運動、姿勢改善トレーニングを安全に行う 対60歳以上の方 定各先着15人 費1100円 ＊体験以降は残り回数×1100円 持室内用の運動靴、飲物、タオル ＊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 ＊詳細は問い合わせるか、申込先HPを参照 担スポーツ振興課
	スマートフォンの疑問や不安についての定期相談会	9月5日～10月31日の毎週木曜日午前9時半～午後0時半 ＊相談時間は30分(30分ごとに受け付け)	区民相談コーナー(区役所1階)	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
	地域福祉プラットフォームイベント「オレンジランプ」上映会	9月9日(月)午後1時半～4時 ＊開場は午後1時	地域福祉プラットフォーム墨田(墨田5－49－5)	内若年性認知症のことが分かる映画の上映と認知症に関する講話 費無料 申当日直接会場へ 問墨田区社会福祉協議会☎5655－8361 ＊受け付けは月曜日～金曜日の午前9時～午後5時
	「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	▶9月11日(水)午前11時～午後0時半 ▶9月24日(火)午前10時～11時半	▶11日＝地域福祉プラットフォーム本所(本所1－13－4) ▶24日＝すみだボランティアセンター(東向島2－17－14)	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活動(有償ボランティア)ができる18歳以上の方 ＊今すぐ活動できなくても可 定▶11日＝先着8人 費無料 申事前に電話で、すみだハート・ライン21事業室☎5638－0511へ ＊協力会員・協力員への登録方法の詳細は申込先へ
	ふれあい半額入浴デー	9月16日(祝)・22日(祝)、10月14日(祝) ＊各公衆浴場の営業時間中	区内の公衆浴場	対にここに入浴証をお持ちの方および一緒に入場する家族 費▶12歳以上の方＝270円 ▶6歳～11歳の方＝100円 ▶5歳以下の方＝50円 ＊いずれも通常の半額 申当日直接会場へ 問高齢者福祉課支援係☎5608－6168 ＊詳細は区HPを参照
	弁護士による権利擁護法律相談	9月19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
	むこうじま家族会(認知症家族会)	9月20日(金)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)	内介護の困り事や悩みなどを家族同士で話し合う 対区内在住で、認知症の方を介護している方 定先着20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・ベレール向島内)☎3618－6541へ 担高齢者福祉課
	認知症を正しく学ぼう“認知症サポーター養成講座”	9月21日(土)午前10時～11時半	梅若橋コミュニティ会館(堤通2－9－1)	内認知症に関する正しい知識、認知症の方との接し方などを学ぶ 対認知症に関心がある方 定先着20人 費無料 申事前に梅若橋コミュニティ会館☎3616－1101へ 担地域活動推進課
	はなみずき家族会	9月21日(土)午後1時半～2時半	八広はなみずき高齢者支援総合センター(八広5－18－23)	内認知症の方に適した福祉用具について学ぶ 対区内在住で、認知症の方を介護している家族等 定先着20人 費無料 申事前に八広はなみずき高齢者支援総合センター☎3610－6541へ 担高齢者福祉課
	がん対策アクション&ピンクリボンinすみだ2024“がんを知り、がんになっても安心して暮らせるために”	9月24日(火)～27日(金)の午前9時～午後4時 ＊初日は午後1時～ ＊一部講演会は午後6時半～8時	すみだリバーサイドホール1階ギャラリー(区役所に併設)等	内がんの早期発見や治療・生活に関する展示、講演会、個別相談、体験プログラム等 ＊詳細は区HPを参照 費無料 申▶展示・体験＝期間中、直接会場へ ▶その他＝区HPを参照 問健康推進課地域保健担当☎5608－8514
	認知症普及啓発講座「生活習慣病と認知症予防」	9月25日(水)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)	対認知症予防に関心がある方 定先着20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 担高齢者福祉課
	シニア体操教室(各全10回)	10月1日～12月24日の火曜日▶午前9時半～10時半 ▶午後1時半～2時半 ＊10月8日、11月12日、12月10日を除く	フクシ・エンタープライズ墨田フィールド(区総合運動場)(堤通2－11－1)	内運動が初めての方でも無理なくできる簡単なリズム体操や筋トレ、ストレッチ 対60歳以上で次の全ての要件を満たす方▶要介護・要支援認定を受けていない ▶心臓病・重度の高血圧症・糖尿病ではない ▶最近6か月以内に心臓発作・脳卒中を起こしていない 定各16人(抽選) 費各5000円 申9月23日までにフクシ・エンタープライズ墨田フィールド☎3611－9070へ ＊空きがあれば、途中参加や1日のみの参加も可 ＊詳細は問い合わせるか、申込先HPを参照 担スポーツ振興課

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 担＝担当課



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	青空体操教室	10月3日(木)・10日(木) 午前10時～10時45分	フクシ・エンタープライズ墨田フィールド(区総合運動場)(堤通2-11-1)	内 簡単なリズム体操や筋トレ、姿勢や不調を改善するためのストレッチ *雨天時は屋内で実施(先着20人) 対 60歳以上で健康な方 費 各500円 持 飲物、タオル *動きやすい服装で参加 申 当日直接会場へ 問 フクシ・エンタープライズ墨田フィールド☎3611-9070 *詳細は問い合わせるか、問合せ先HPを参照 担 スポーツ振興課
	点訳講習会“基礎からパソコン点訳まで”(全20回)	10月8日～7年3月4日の火曜日午後6時半～8時半 *12月24・31日を除く	すみだボランティアセンター(東向島2-17-14) *オンライン会議システム「Zoom」を使用する場合あり	対 講習会終了後に区内でボランティア活動等、障害者福祉のために活動する意思があり、Zoomを使用できる方 定 先着15人 費 5000円(教材費等) 申 9月2日午前9時からオンライン申請、電話で、すみだボランティアセンター☎3612-2940へ *電話の受け付けは月曜日～金曜日の午前9時～午後5時
子育て・教育	英語のおはなし会「英語で遊ぼう!」	9月28日(土)午後2時～3時 	八広図書館(八広5-10-1-104)	内 レイクランド大学ジャパン・キャンパスの学生による英語のお話会 対 5歳児～小学校2年生とその保護者 定 先着10組 費 無料 申 9月2日午前9時からオンライン申請(左記コード)か、直接または電話で、八広図書館☎3616-0846へ *詳細は墨田区立図書館HPを参照
	日曜赤ちゃんおはなし会スペシャル「おひざでえほん」と松山油脂株式会社による「親子でたのしむスキンケア習慣」	9月29日(日)午前10時半～11時半 		対 0歳児とその保護者 定 先着20組 *0歳児1人につき保護者1人または2人 費 無料 申 9月2日午前9時からオンライン申請(左記コード)か、直接または電話で、八広図書館☎3616-0846へ *詳細は墨田区立図書館HPを参照 *参加者にはスキンケアセットを進呈
	みんなで上手くなろう!読み聞かせ講座(全6回)	10月19日、11月23日、12月21日、7年1月18日、2月15日、3月22日いずれも土曜日午前10時～正午	すみだ生涯学習センター(東向島2-38-7)	内 毎月テーマに沿った本を各自で選び、読み聞かせのこつを学ぶ 【講師】アクトおはなしクラブ 定 10人(抽選) *区内在住在勤在学の方を優先 費 2500円 申 オンライン申請か、講座名・氏名(ふりがな)・住所・年齢・電話番号を往復はがきで、10月5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 担 地域活動推進課
仕事・産業	墨田区中小企業DX推進セミナー	9月12日(木)午後3時～5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ツリー4階)	【テーマ】低コストですぐにできる!ノーコード・ローコードを活用した業務効率化の取組 対 区内中小企業の経営者・従業員 定 先着20人 費 無料 申 事前にオンライン申請 *受け付けは9月9日まで 問 経営支援課経営支援担当☎5608-6184
	墨田区公式外国人アンバサダー意見交換会	9月12日(木)午後6時半～8時半	区役所会議室131(13階)	内 墨田区公式外国人アンバサダー事業の報告や今年度新たに任命されたアンバサダーとの意見交換等 対 区内の観光関連事業者(宿泊、飲食、施設、産業等) 定 先着50人 費 無料 申 事前に事業者名、代表者の氏名・電話番号、参加人数を電話、Eメールで、観光課観光担当☎5608-6500・✉kankou@city.sumida.lg.jpへ *受け付けは9月10日まで
	すみだ創業支援ネットワーク事業「ひがしん創業塾」(全6回)	10月12・26日、11月9・16・30日、12月7日いずれも土曜日午前9時～ *終了時間は日により異なる(詳細は問合せ先HPを参照)	ひがしんみどりビル9階会議室(両国4-31-16)	内 創業に必要な基礎知識や事業計画書の作成方法等を学ぶ 対 全日程参加でき、墨田区・足立区・江東区・江戸川区内で▶創業を希望する方▶創業後5年未満の方 *11月30日は任意参加 定 先着20人 費 無料 持 筆記用具 申 9月5日からオンライン申請 問 東京東信用金庫お客様サポート部中小企業応援センター担当☎3633-2445 担 経営支援課
文化・スポーツ	リーグH(ハンドボール)「ジークスター東京ホームゲーム」観戦無料招待および優待	▶9月6日(金)午後7時～ ▶9月23日(振休)午後4時～ ▶9月27日(金)午後7時～	ひがしんアリーナ(区総合体育館)(錦糸4-15-1)	内 ▶6日=ゴールデンウルヴス福岡戦 ▶23日=大同フェニックス東海戦 ▶27日=富山ドリームス戦 対 ▶招待=都内在住在学の中中学生以下 ▶優待=都内在住在勤在学の高校生以上 定 ▶招待=各先着200人 費 ▶優待=各500円引き 持 都内在住在勤在学を証明できる書類 申 事前にオンライン申請 問 ▶ジークスター東京✉info@zeekstar.tokyo ▶スポーツ振興課スポーツ振興担当☎5608-6312
	区民スポーツ祭「クレ射撃大会」	9月15日(日)午前8時～午後4時 *受け付けは午前7時半～10時	成田射撃場(千葉県印西市山田166)	種 トラップの部、スキートの部 対 区内在住在勤在学の方 費 各1万円 持 銃砲、装弾、猟銃所持許可証、猟銃用火薬類等譲受許可証 申 当日直接会場へ 問 墨田区クレ射撃連盟 森庄太郎☎090-8770-6954 担 スポーツ振興課
	スポーツドアあずま ファン ランクラブ「レベルアップクラス」	9月21日(土)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ぶ 対 区内在住在勤で18歳以上の方 定 先着15人 費 1000円 持 飲物、タオル 申 事前にオンライン申請(左記コード)、電話で、スポーツドアあずま事務局☎3617-9002へ *受け付けは9月14日午後5時まで 担 スポーツ振興課
	ラジオ体操	9月24日(火)午前6時半～6時40分 *雨天中止	フクシ・エンタープライズ墨田フィールド(区総合運動場)(堤通2-11-1)	費 無料 申 当日直接会場へ 問 フクシ・エンタープライズ墨田フィールド☎3611-9070 *詳細は問い合わせるか、問合せ先HPを参照 担 スポーツ振興課
	フィールドナイトヨガ	9月24日(火)、10月3日(木)午後7時半～8時15分		内 ハタヨガの呼吸とポーズで心と体を整える *雨天時は屋内で実施(先着20人) 対 足や腰、膝に疾患がなく、有酸素運動ができる中学生以上 *中学生は保護者の同伴が必要 費 各500円 持 飲物、タオル *動きやすい服装で参加 *マットの貸出し可(数に限りあり) 申 当日直接会場へ 問 フクシ・エンタープライズ墨田フィールド☎3611-9070 *詳細は問い合わせるか、問合せ先HPを参照 担 スポーツ振興課
	ひがしんアリーナ公開講座“今より動くカラダをめざして”「ゆうゆう体操」	9月27日(金)午前9時半～11時半	ひがしんアリーナ(区総合体育館)(錦糸4-15-1)	内 日常生活の動きに合わせた体操を行う 定 先着30人 費 無料 持 室内用の運動靴 *動きやすい服装で参加 申 事前に氏名・住所・電話番号を電話、Eメールで、ひがしんアリーナ☎3623-7273・✉sumidagym@n-reco.co.jpへ *受け付けは9月20日まで 担 スポーツ振興課

☎ = 電話 FAX = ファクス ✉ = Eメール HP = ホームページ

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 担＝担当課

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	英語多読講座「多読とは？多読の魅力について」 	9月29日(日)午後2時～4時 ＊開場は午後1時半	ひきふね図書館(京島1-36-5)	内 英語多読の魅力を学び、体験する 【講師】繁村一義氏 対 区内在住在勤在学の方または墨田区図書館(室)利用カードを持っている中学生以上 定 先着20人 費 無料 申 9月2日午前9時からオンライン申請か、直接または電話で、ひきふね図書館☎5655-2350へ ＊詳細は墨田区立図書館HPを参照 
	エアロビクス、ヨガ、脂肪すっきりらくらく体操、太極拳、からだいきいき体操ほか全8コース「健康体力づくり教室」(各全8回)	10月2日(水)～11月30日(土) ＊各コースの日程の詳細は申込先へ	スポーツプラザ梅若(墨田1-4-4)	対 18歳以上の方 定 各先着80人 費 各2550円 持 室内用の運動靴(必要なコースのみ)、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 ＊9月17日を除く ＊詳細は問い合わせるか、申込先HPを参照 担 スポーツ振興課
	佐藤一恵先生による歌謡教室 	10月3日～31日の毎週木曜日午後2時～4時	社会福祉会館(東墨田2-7-1)	内 毎回異なる歌謡曲を練習する 対 区内在住在勤在学の方 定 各60人(抽選) 費 無料 申 希望日・氏名・住所・電話番号を直接またははがき、ファクス、Eメールで、9月2日～12日(必着)に社会福祉会館「歌謡教室」係(〒131-0042東墨田2-7-1)☎3619-1051・FAX3619-1054・✉syahuku@city.sumida.lg.jpへ ＊窓口の受け付けは月曜日～金曜日の午前9時～午後5時
	日本語ボランティア養成講座(全8回) 	10月3日(木)～31日(木)の月・木曜日午後6時45分～8時45分 ＊10月14日を除く	区役所会議室123(12階) 	内 外国人に日本語を教えるボランティアの養成講座 ＊日本語で実施 対 区内在住在勤で18歳以上の方 定 25人(選考) 費 無料 ＊教材費は自己負担 申 オンライン申請(左記コード)か、申込書を直接または郵送、ファクス、Eメールで、9月12日(必着)までに〒130-8640文化芸術振興課都市交流・国際担当(区役所14階)☎5608-1459・FAX5608-6934・✉bunkashinkou@city.sumida.lg.jpへ ＊申込書は申込先で配布しているほか、区HPからも出力可
	東京文化財ウィーク2024 企画事業 国登録文化財「照田家住宅」特別見学会	10月5日(土)▶1回目＝午前10時～正午 ▶2回目＝午後1時半～3時半	【集合場所】参加者に別途通知 	内 区内にある、通常は非公開の国登録文化財「照田家住宅」を、解説を聞きながら見学する 対 都内在住在勤在学の方 定 各5人(抽選) 費 各100円 申 オンライン申請(左記コード)か、希望回・氏名・住所・年齢・電話番号・Eメールアドレスを往復はがきで、9月17日(必着)までに〒130-8640地域教育支援課「照田家住宅特別見学会」担当☎5608-6310へ ＊往復はがき1通につき1人のみ申込み可 ＊同じ回への重複申込み不可、異なる回への申込みはそれぞれ応募が必要
	60年代冬のニューヨークを舞台に若い夫婦が繰り広げる切なくてハートフルなコメディ！舞台「裸足で散歩」【出演】加藤和樹、高田夏帆、福本伸一、松尾貴史、戸田恵子 	10月10日(木)午後2時～ ＊開場は午後1時半	曳舟文化センター(京島1-38-11)	定 先着582人 ＊未就学児は入場不可 費 ▶区内在住在勤在学の方＝6300円 ▶その他＝7300円 ＊全席指定 申 事前に▶区内在住在勤在学の方＝曳舟文化センター☎3616-3951へ ▶車いす席＝電話で、チケットスペース☎3234-9999へ ▶その他＝オンライン申請、電話で、曳舟文化センター☎3616-3951またはチケットスペース☎3234-9999へ ＊チケットスペースの受け付けは午前10時～午後3時 担 文化芸術振興課 
	区民スポーツ祭「スポーツウエルネス吹矢大会」	10月13日(日)午後0時半～4時半 ＊受け付けは正午～	スポーツプラザ梅若(墨田1-4-4)	対 区内在住在勤在学の方 費 1000円 申 氏名・住所・年齢(学年)・電話番号・級または段を電話、Eメールで、9月30日までに墨田区スポーツウエルネス吹矢協会事務局 川野浩二☎3610-2081・✉k.kouji0209@themis.ocn.ne.jpへ 担 スポーツ振興課
	区民スポーツ祭「おかあさんバレーボール大会」	11月3日(祝)・10日(日)午前9時半～午後9時 ＊受け付けは午前9時～	ひがしんアリーナ(区総合運動場)(錦糸4-15-1)	種 1部、2部 対 区内在住在勤の方で構成されたチーム 費 1チーム3000円 申 電話で、9月20日までにスポーツ振興課スポーツ振興担当☎5608-6312へ ＊代表者会議を10月18日(金)午後7時から、すみだ共生社会推進センター(押上2-12-7-111)で実施
イベント	区民スポーツ祭「民踊大会」	11月24日(日)午前11時～午後4時 ＊受け付けは午前10時～	曳舟文化センター(京島1-38-11)	費 1曲3000円 ＊5分以内 申 氏名・住所・電話番号・曲目を電話、ファクスで、9月10日～30日に墨田区民踊連盟 高橋志津子☎・FAX3622-2816へ 担 スポーツ振興課
	すみなかまつり 	9月28日(土)▶舞台・展示発表＝午後0時10分～4時 ▶講演会＝午後1時～2時	すみだ共生社会推進センター(押上2-12-7-111) 	内 ▶登録団体による舞台・展示発表 ▶講演会「勝海舟に学ぶ平和への道」"やしゃごが語る勝海舟" 【講師】高山みな子氏(フリーライター) 定 ▶講演会＝先着165人 費 無料 申 ▶舞台・展示発表＝当日直接会場へ ▶講演会＝9月2日午前9時からオンライン申請(左記コード)、電話で、すみだ共生社会推進センター☎5608-1771へ ＊手話通訳と1歳以上の未就学児の一時保育(定員制)を希望する場合は9月12日までに申込み 問 すみだ共生社会推進センター☎5608-1771
	皮革手工芸(レザークラフト)教室 	10月～7年3月の火曜日午後0時半～3時半 ＊詳細は問合せ先HP(右記コード)を参照(月4回実施予定)	全国皮革振興会(台東区蔵前2-2-5サクライビル2階)	内 小銭入れ、キーホルダー、小物入れ、カードケース、ショッピングバッグ等の制作 定 先着10人 費 6万円(毎月1万円を支払い) ＊別途材料費等が必要 申 事前にオンライン申請 ＊受け付けは9月20日まで 問 全国皮革振興会☎3865-7457 ＊受け付けは午前10時半～午後2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 担＝担当課

区分	名称	内容・対象等	申込み・問合せ等
文化・スポーツ	「2024全日本ボクシング選手権大会」ボランティアの募集 	内 受け付け、グローブ回収、競技結果記録など大会運営のサポート ＊半日から参加可 【開催日】11月26日(火)～12月1日(日)【開催場所】ひがしんアリーナ(区総合体育館)(錦糸4-15-1) 対 区内在住在勤在学または区内で活動する団体に所属する15歳以上の方 ＊17歳以下の方は保護者の同意が必要	申 10月24日までにオンライン申請(すみだスポーツボランティアに登録) 問 スポーツ振興課スポーツ振興担当☎5608-6312 



墨田区の医療・健康情報

すこやかライフ

●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



区 HP(健康・福祉のページ)

■健康診査・がん検診等

*対象はいずれも令和6年度(4月1日～7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か年度内に各1回)のみ受診可

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(土)までの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	事前にオンライン申請、電話で、すみだ けんしんダイヤル☎5608-1599へ *骨密度測定会はオンライン申請不可 *受け付けは▶若年区民健康診査=11月15日まで ▶骨密度測定会=9月17日まで ▶胃がん検診・子宮頸がん検診・乳がん検診・大腸がん検診・肺がん検診=7年2月7日まで ▶前立腺がん検診=10月11日まで ▶胃がんリスク検査=11月15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(詳細は申込先へ)
骨密度測定会	9月30日(月)午前9時～11時の指定時間中	本所保健センター	【内容】 超音波検査 【対象】 区内在住で30歳～70歳の方 【定員】 先着40人 【費用】 無料 *骨粗しょう症で治療中・経過観察中の方は受診不可	
胃がん検診(胃部エックス線検査・医療機関実施分)	7年2月28日(金)までの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	
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)	7年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)	7年2月28日(金)までの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)	7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	7年2月28日(金)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以上の方のみに実施 【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(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(土)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	

- 「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、申込み状況により、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。
- 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。
- 各種がん検診は、検診の対象部位において、手術後・治療中・経過観察中の方は、受診できない場合があります。「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。
- 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。

■9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	本所保健センター
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】2日(月)・30日(月) 午前9時～10時	【受け付け】2日(月)午前9時～10時 *10月7日(月)も実施
ママのリラックスタイム	5日(木) *10月15日(火)も実施	4日(水) *10月2日(水)も実施
心の健康相談	11日(水)・25日(水)	13日(金)
依存症相談	20日(金)	—
思春期相談	—	11日(水)・18日(水)

— 簡単!便利!すみだ けんしんダイヤルのご利用を —

●骨密度測定会・各がん検診・肝炎ウイルス検診の申込み・受診票再発行・問合せ

●40歳以上の健康診査・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

●若年区民健康診査の申込み・問合せ

☎5608-1599

【受け付け】月曜日～金曜日の午前9時～午後6時(祝休日・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。

午後6時まで受け付けています



! 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・祝休日・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)

●診療日は月曜日～金曜日(祝休日・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(9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
1日(日)	大越歯科クリニック	立花3-1-2ルミエール立花1階 ☎3618-4181
	岡野整形外科☎	両国3-20-8 ☎3631-1088
8日(日)	間宮歯科医院	横川4-1-8 ☎3622-9251
	千葉整形外科☎	東向島5-4-6-103 ☎5630-3232
15日(日)	おそざわ歯科	京島2-17-12 ☎3611-4184
	中村病院☎	八広2-1-1 ☎3612-7131
16日(祝)	岩崎歯科医院	錦糸3-5-1錦糸町北口ビル2階 ☎3626-7200
22日(祝)	香川歯科医院	立花2-5-7 ☎3612-3645
	東京曳舟病院☎	東向島2-27-1 ☎5655-1120
23日(振休)	うが歯科医院	緑2-19-3T&Kビル1階 ☎5600-3654
29日(日)	鴨川歯科クリニック	立花2-25-10-A101 ☎5631-9032
	みどり整形外科クリニック☎	緑1-14-2 ☎5638-8181

●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 *医療情報ネット(ナビイ)HP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、祝休日、年末年始=午前8時～翌朝8時

つながる すみだ人

私の好きな すみだ

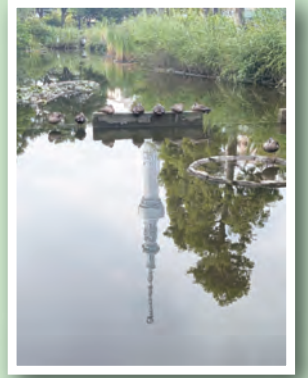
今月の1枚

「逆さカモ?」

【撮影】矢部雅人さん

本コーナーへの写真を随時募集しています。詳細は今号3面をご覧ください。

【問合せ】広報広聴担当 ☎5608-6223



高澤瀬理奈さん(東駒形在住・在勤)

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62回は、「割烹 峰屋」(東駒形3-19-13)の女将として、能登半島地震の被災地支援等を行い、「食」を通して人と人をつなぐ高澤瀬理奈さんです。

Q. すみだでどのような活動をしていますか？

板前である夫が作る季節料理と、刺身師の資格を持つ私が選んだ日本酒でもてなす割烹を営んでいます。3月には、参加費の一部を寄付するチャリティーパーティーを開催しました。夫が作る料理をビュッフェ形式で振る舞うだけでなく、当店で金継ぎ教室を行う元輪島塗職人の講師等が協力してくれ、輪島塗や金継ぎ作品の展示や、金沢の伝統工芸である「水引」のワーク

ショップも行いました。チャリティーに興味を持ってくれた近所の方を含め、約70人が参加してくれました。

また、保育園児の前で魚を捌き、調理したものを食べてもらう食育も行っています。この活動で魚嫌いを克服した子どもがいて、普段の仕事では感じられない喜びや、心の栄養につながっています。

Q. 現在の活動を始めたきっかけは何ですか？

チャリティーパーティーは、20年来の付き合いがある富山市の富美菊酒蔵が、震災の影響で物資不足等に困っていると聞き、開催しました。でも、その根底には、コロナ禍で店の休業を余儀なくされ、区の支援を受けて存続させた私自身の経験が影響していると思っています。困り果てたときに受けた支援の有り難さを痛感したので、誰かの役に立てる機会をずっと探していました。

飲食店は、人と人がつながる場でありたいと強く思っています。パーティーでも、普段なら出会

うことのない金継ぎの講師と店のお客さんが、この催しがきっかけでつながっていく様子を見掛けました。それがとても嬉しく、原動力になっています。

「食」で人をつなげられるし、驚きや感動を与えられる。まさに「食」の可能性は無限大です。今後のチャリティーイベントに協力してくれる飲食店等が増えたら嬉しいです。また、店から飛び出して「食」で関われる機会があれば、ぜひ声を掛けてほしいです。



▶昨年、「こども料理教室」を店で開き、子どもたちはイワシのハンバーグを作りました。大人も含めた全員に、イワシを手で3枚に下ろす「手開き」も体験してもらいました。「食」で笑顔が見られると、こちらもついつい頬が緩みますね。

◀食育活動の様子。この活動は板前の仕事を知ってもらう機会でもあります。子どもたちが板前に憧れて、将来板前になってくれたら嬉しいですね。



Q. 高澤さんは、すみだのどんなところが好きですか？

買物するにもどこへ行くにも、とても便利ですよ。また、夜間は街灯がともって明るいし、人通りもあるので、かつて他区に住んでいたときのような恐怖感はなく、安心して生活できています。

大学では近現代の歴史を専攻していたほど歴史が好きなのですが、すみだは近現代の歴史を感じられるのも素敵です。出身地である鳥取県

に住んでいた頃は、生活の中で戦争の歴史を感じる事が少なかったんです。一方ですみだは、東京大空襲や関東大震災で大勢の方が亡くなったという悲しい歴史もあるけれど、その度に立ち直っているし、どう立ち直るかを常に考えているように思います。これから先、何かあっても「また、進んでいくぞ」と感じられるところが好きですね。

次回登場してくださるのは・・・

高澤さんが食育活動を行う「小梅保育園」で、副園長を務める基加津美さんです。
【問合せ】広報広聴担当 ☎5608-6223



夢

雨水ネットワーク全国大会“雨を活かして未来へつなごう”を開催！

墨田区長

山本 亨

8月3・4日、すみだリバーサイドホールで「第14回雨水ネットワーク全国大会2024 in すみだ」を開催しました。

本大会は平成20年に本区で初めて開催され、今回で14回目を迎えます。また、今年は平成6年に日本で初めて雨水活用をテーマにした国際会議「雨水利用東京国際会議」が開催されてから30周年の節目に当たり、私自身も今回の開催を心待ちにしていました。

今大会のテーマは“雨を活かして未来へつなごう”です。本区では雨水を資源として捉え、“流せば洪水、ためれば資源”をキャッチフレーズに、約40年前から雨水の活用を進めてきました。現在では、区内の約800か所に雨水活

用施設を持ち、約2万7000tの雨水を貯留できます。

また、普段から多くの区民の皆さんが、打ち水や植木の水やり等で、雨水を生活の中に取り入れています。8月7日、両国駅広小路で開催された打ち水イベントでも、両国協会の会や石横処、JR両国駅や東京東信用金庫、墨田区観光協会など、多くの関係者や区民の皆さんが参加され、雨水活用を通して、改めて環境について考える良いきっかけとなりました。

すみだで始まった雨水活用は、今まさに、地球を救う人間の知恵として、より一層その重要性を増しています。先人達が築き上げて

きた思いや積み重ねてきた経験を、今大会や様々な取組を通して、着実に未来につなげていきます。



「両国駅広小路 打ち水イベント」にて

