

墨田区のお知らせ

No.2130

2025年
(令和7年) 1/11

毎月1日・11日・21日発行

◆2面以降の主な内容

2面……………墨田区訪問リハビリサ
ポート事業等

2・3・6～8面…講座・教室・催し・募集

4・5面…………すみだが小布施に出
会ったひと、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/>

小布施を体験する

小布施と交流する

友好都市との紙面交換企画

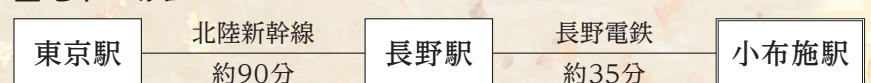
友好都市である長野県上高井郡小布施町との紙面交換企画。8回目となる今回は、「都市農村交流事業」を通じて見えた、小布施の魅力をご紹介します(4・5面に掲載)。この事業は、毎年秋に小布施町と本区が協同で実施している事業です。

皆さんも小布施を訪れて、体験・交流してみたいいかがですか？

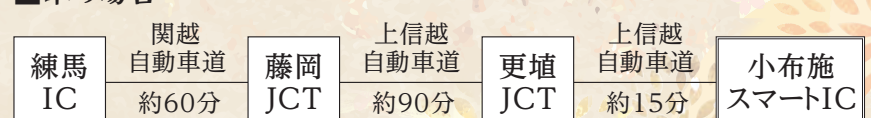
[問合せ] 広報広聴担当 ☎5608-6223

小布施町へのアクセス

■電車の場合



■車の場合



SDGs(持続可能な開発目標)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。本区は「SDGs未来都市」として、持続可能で幸せなまちづくりを着実に進めています。



ぜひ、ご利用ください
墨田区訪問リハビリサポート
事業

【対象】区内在住で、心身機能の低下により在宅で自主的なリハビリを希望する方 *介護保険・医療保険でのリハビリ利用者を除く【支援の流れ・内容】▶東京都リハビリテーション病院(堤通2-14-1)の専門医に相談する ▶区内の在宅リハビリサポートコーディネーターに自宅でリハビリプログラムを作成してもらう ▶在宅リハビリサポートコーディネーターに生活動作の評価や改善のための指導を自宅で6か月間に4回受ける ▶開始から6か月後に東京都リハビリテーション病院の専門医の最終評価を受ける【利用期間】原則6か月間 *要介護者向けの訪問リハビリ支援事業も実施(詳細は区HPを参照)



■臨時初回相談会

【とき】1月30日(木)午前9時～正午【ところ】区役所会議室123(12階)【申込み】1月27日までに電話で、東京都リハビリテーション病院☎3616-8399へ *受け付けは月曜日～金曜日の午前8時半～午後5時15分(祝休日を除く)

【費用】無料【問合せ】保健計画課データ活用推進担当☎5608-1305



ご意見をお聞かせください
都市計画原案の説明会・閲覧

京島一丁目東地区防災街区整備事業における都市計画原案の説明会を実施します。また、原案を閲覧できるほか、地区内に在住の方や地区内に土地の権利をお持ちの方は、意見書を提出できます。

■原案に関する説明会

【とき】1月19日(日)午前10時～11時【ところ】京島第二集会所(京島3-52-8)【費用】無料【申込み】当日直接会場へ

■原案の閲覧、意見書の提出

【閲覧期間】1月20日(月)～2月3日(月)【閲覧場所】不燃・耐震促進課(区役所9階) *区HPでも閲覧可【意見書の提出方法】ご意見(書式自由)・氏名・住所・電話番号を直接または郵送、ファクス、Eメールで、2月10日(必着)までに問合せ先へ



【問合せ】〒130-8640不燃・耐震促進課防災街区担当(区役所9階)☎5608-1594・FAX5608-6409・✉funentaishin@city.sumida.lg.jp



休業や失業等で家賃の支払いにお困りの方へ
住居確保給付金

離職者等で就業意欲がある方のうち、住居を

失った、または失いかねない方に、一定期間、家賃相当額(上限あり)を支給します。相談・申請は原則予約制ですので、事前にお問い合わせください。詳細は区HPをご覧ください。

【対象】▶申請日時時点で離職・廃業から2年以内の方 ▶個人の責に帰すべき理由・都合によらない勤務時間や就労機会の減少等により、収入が減少した方 *そのほか収入、資産、求職活動の要件あり【支給期間】原則3か月【問合せ】くらし・しごと相談室すみだ☎5608-6289【担当課】厚生課



1月17日は
墨田区防災の日

1月17日の点検項目
確かめよう
あなたの家の
危険物



誰もが心を通わす暮らしやすいまちへ
白杖を使用する方が困っていたら声掛けを!

白杖を使用している方が、道で立ち止まって周りを見渡す姿や、同じ道を行き来する姿を見掛けるときは、困っているサインかもしれません。「困り事はありませんか?」と声を掛けてみましょう。

【問合せ】障害者福祉課庶務係☎5608-6217・FAX5608-6423



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	地域福祉プラットフォームイベント			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(祝休日を除く)
	▶お子さん向け読み聞かせ	1月14日(火)午前11時～正午頃 *毎月第2火曜日に開催	地域福祉プラットフォーム京島(京島3-49-18)	内月齢に合わせた絵本の読み聞かせを聞き、手作りの布の絵本やおもちゃで遊ぶ 対未就学児とその保護者
	▶健康のお話	1月15日(水)午後1時半～2時半 *毎月第3水曜日に開催	地域福祉プラットフォーム墨田(墨田5-49-5)	内健康と食べ物について学ぶ
	▶折り紙ボランティア	1月16日(木)午後2時～3時半 *毎月第3木曜日に開催	地域福祉プラットフォーム八広(八広5-18-23)	内高齢者施設等へ贈る折り紙の作品を作る
	▶かんたん健康体操	1月31日(金)午後2時～3時	地域福祉プラットフォーム緑(緑4-4-12)	内座ってできる健康体操
	“ご利用ください”建築・住まいの無料相談	1月17日(金)午後1時～4時 *原則第3金曜日に実施	区役所1階アトリウム	内建築の一般的な疑問や増改築などの悩みを東京都建築士事務所協会墨田支部の所属建築士に相談する 申当日直接会場へ 問建築指導課構造担当☎5608-1307
	令和6年度人権講演会・人権作文発表会 いじめについて考えよう “つつちょのお話とミニライブ”	2月1日(土)午後2時～3時40分 *開場は午後1時半	すみだ生涯学習センター(東向島2-38-7)	【講師】つつちょ氏(シンガーソングライター) *全国中学生人権作文コンテスト東京都大会墨田区代表作品の朗読あり 対区内在住在勤在学の方 定先着200人 費無料 申当日直接会場へ *未就学児の一時保育が必要な場合は、オンライン申請、電話で、1月20日までに ▶PTA・教職員関係者＝地域教育支援課地域教育支援担当☎5608-6503へ ▶その他＝すみだ人権同和・男女共同参画事務所人権同和担当☎5608-6322へ
	すみだにじいろカフェ“すみだゆかりの多世代トークセッション&交流会”	2月9日(日)午後1時～4時15分 *開場は午後0時15分	すみだ共生社会推進センター(押上2-12-7-111)	内性の多様なあり方に関する交流会 定先着40人 費無料 申事前にオンライン申請、電話で、すみだ共生社会推進センター☎5608-1771へ *1歳以上の未就学児の一時保育あり(定員制/受け付けは1月28日まで)
	エコライフ講座	*午前9時50分までに集合	第5回 第6回	対区内在住在勤在学の方 定各20人(抽選) 申オンライン申請(左記各コード)か、講座名・氏名・住所・年齢・電話番号をはがきで、1月24日(必着)までに〒130-8640環境保全課環境管理担当☎5608-6207へ *当選者には2月7日までに通知
	▶第5回「冬芽観察“サクラ”」	2月14日(金)午前10時～正午	区役所会議室31(3階)	内冬芽の基本を知り、隅田公園の桜の冬芽を観察する 【講師】Forest Watchers 森林インストラクターの会 費無料 持筆記用具、ルーペ(お持ちの方のみ)
	▶第6回「緑と花の学習園の材料でつくる水苔玉(壁掛けタイプ)づくり!」	2月18日(火)午前10時～11時半	区役所会議室123(12階)	内加工した金網の台に水苔を張り、植物を植える 費300円 持筆記用具、手袋、作品を持ち帰るための袋 *汚れても構わない服装で参加
	星空フェスタ プラネタリウム上映会2月	2月16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)	内▶1・2回目は「しましまのお星さま」▶3回目は「冬の星空と夜半の明星・木星」 【講師】坪内重樹氏(ステラ・マリーノ) 定各先着80人 費▶中学生以下＝各200円 *大人の膝の上で鑑賞できる子どもは無料 ▶その他＝各500円 申事前にオンライン申請か、直接または電話で、すみだ生涯学習センター事業課☎5247-2010へ 担地域活動推進課

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
暮らし	空き家対策普及啓発セミナー＆個別相談会「空き家放置はやめて！賢い対策と活用法」	2月16日(日)▶セミナー＝午後2時～3時 ▶個別相談会＝午後3時～4時	すみだ産業会館(江東橋3-9-10) 	内 空き家対策の方法や費用面の違いを事例とともに学ぶ *セミナー終了後、個別相談会を実施 対 空き家の所有者・所有予定者等 定 ▶セミナー＝先着30人 費 無料 申 ▶セミナー＝1月11日午前10時からオンライン申請(左記コード)、電話で、問合せ先へ *受け付けは2月15日午後2時までの月曜日～金曜日の午前10時～午後6時(祝休日を除く) ▶個別相談会＝当日直接会場へ 問 株式会社ジェクトワン ☎6427-9364 担 安全支援課
	「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	▶1月8日(水)午前11時～午後0時半 ▶1月16日(木)午前10時～11時半	▶8日＝地域福祉プラットフォーム本所(本所1-13-4) ▶16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 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・協力員の登録方法の詳細は申込先へ
健康・福祉	ふれあい半額入浴デー	1月13日(祝)、2月11日(祝)・23日(祝)、3月20日(祝) *各公衆浴場の営業時間中	区内の公衆浴場	対 にこここ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
	みどり健康カレッジ(全5回) 	1月15・29日、2月12・26日、3月12日いずれも水曜日午後2時～3時半	オウトピアみどり苑(緑2-5-12)	内 専門家から「シニア(65歳以上の方)」[「プレシニア(40歳～64歳の方)」]の健康について学び、地域の活動を知り、仲間と出会う 対 両国・千歳・緑・立川・菊川・江東橋在住で、全日程参加できる方 定 先着15人 費 無料 持 筆記用具、飲物 申 事前に電話で、みどり高齢者支援総合センター ☎5625-6541へ 担 高齢者福祉課
	弁護士による権利擁護法律相談	1月16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)	1月17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・ベレー向島内) ☎3618-6541へ 担 高齢者福祉課
	はなみずき家族会	1月18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 地域福祉権利擁護事業と成年後見制度を学ぶ 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
	決して他人ごとではない認知症(認知症普及啓発事業)	1月18日(土)午後2時～3時半	なりひらホーム(業平5-6-2)	【テーマ】認知症の先輩から学ぶ「いつかは自分も」の心構えと準備 対 区内在住在勤の方 定 先着15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 担 高齢者福祉課
	ひきこもり家族会“オープンダイアログに基づいた手法で「開かれた対話」を行います” 	1月19日(日)午前10時～正午	本所地域プラザ(本所1-13-4)	費 無料 申 ▶初回の方＝事前に氏名・住所を電話、Eメールで、問合せ先へ ▶2回目以降の方＝当日直接会場へ 問 ひきこもり相談窓口「すみ家」 ☎080-9817-4740・✉ps-support@kame.co.jp 担 厚生課
	“ボランティア活動の紹介、活動時の注意点の説明等”ボランティア説明会	1月20日(月)午前10時～11時半	すみだボランティアセンター分館(緑4-4-12メゾンベール錦糸町1階)	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(東向島2-17-14) ☎3612-2940へ *受け付けは月曜日～金曜日の午前9時～午後5時
	季節の飾りを作ってみよう「バレンタインのオーナメント」	1月21日(火)午後2時～3時半	立花四丁目集会所(立花4-8-10)	内 バレンタインデー用の壁掛けを作る 対 区内在住で60歳以上の方 定 10人(抽選) 費 無料 持 個人登録証 *お持ちでない方は発行 申 電話で、1月16日までに立花ゆうゆう館 ☎3613-3911へ *受け付けは月曜日～土曜日の午前9時～午後5時 *当選者には1月17日に連絡 担 高齢者福祉課
	ローズティーの会(同愛認知症家族会)	1月24日(金)午後1時半～3時	本所地域プラザ(本所1-13-4)	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 事前に同愛高齢者支援総合センター(亀沢2-23-7) ☎3624-6541へ 担 高齢者福祉課
	“ウォーキングの要点を学び、効果を実感！”健康ウォーキング教室	1月28日(火)午後1時半～3時頃 *受け付けは午後1時～	ひがしんアリーナ(区総合体育館)(錦糸4-15-1)	対 区内在住で老人クラブ未加入の方 *老人クラブ加入者は別途募集 定 先着20人 費 無料 申 1月14日午前10時から電話で、墨田区老人クラブ連合会事務局 ☎5608-6167へ *受け付けは月曜日～金曜日の午前10時～午後4時(祝休日を除く) 担 高齢者福祉課
	認知症普及啓発講座「運動生活で認知症の発症を遠ざけよう」	1月29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)	内 日々の生活で取り組める認知症予防の運動を学ぶ 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
	区民医療フォーラム「人生100年時代“自分らしく生き抜くために知っておきたいこと”」 	2月2日(日)午後1時半～3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 ▶第1部＝講演「かかりつけ医の役割・最期までサポートしていくために」「ACP(人生会議)について」 ▶第2部＝パネルディスカッション 対 区内在住在勤の方 定 先着200人 費 無料 申 事前にオンライン申請か、氏名・住所・電話番号をファクスで、墨田区医師会事務局 FAX3616-7185へ *受け付けは1月24日まで 問 保健計画課データ活用推進担当 ☎5608-1305 
	“懐かしいメロディーに合わせ、いきいきワクワク楽しく体を動かす”シニア「懐メロ健康体操教室」(全4回)	2月5日～26日の毎週水曜日午前10時～正午	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 定 20人(抽選) 費 無料 申 1月17日までの午前9時～午後5時に梅若ゆうゆう館 ☎5630-8630へ *詳細は申込先HPを参照 担 高齢者福祉課 
	第10回墨田区・千葉大学区民向け公開講座「動脈硬化・肥満・老化を学んで健康長寿を目指そう!」 	2月9日(日)午前10時～11時半	千葉大学墨田サテライトキャンパス(文花1-19-1)	内 動脈硬化・肥満・老化に関する最新の医学的な考え方や、健康長寿をめざすためのポイント・注意点を学ぶ 定 先着200人 費 無料 申 事前にオンライン申請(左記コード) 問 行政経営担当 ☎5608-6230
	1から完成まで、楽しく学べる折り紙技術！高齢者「折り紙教室」(全3回)	2月13・27日、3月13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 12人(抽選) 費 100円 申 1月20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
	“イギリス人の講師から簡単な英会話を学ぶ”シニアから始める英会話教室(全5回)	2月14日～3月14日の毎週金曜日午前10時～正午	梅若ゆうゆう館(墨田1-4-4・シルバープラザ梅若内)	対 区内在住で60歳以上の英会話初心者 定 12人(抽選) 費 無料 申 1月14日～20日の午前9時～午後5時に梅若ゆうゆう館 ☎5630-8630へ *詳細は申込先HPを参照 担 高齢者福祉課 

☎＝電話 FAX＝ファクス ✉＝Eメール HP＝ホームページ

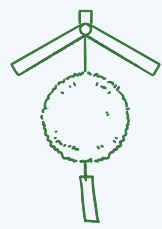
広告 尿に関するお悩みや泌尿器がん治療などお気軽にご相談ください。言問橋から浅草寺方面へ歩いて約10分 浅草泌尿器科クリニック ☎03-3874-8184

ほくしんごがく
北信五岳 “ま・み・く・と・い”を望み

すみだが小布施に出会った

ほくしんごがく
北信五岳

長野県北信地方から
望む斑尾山、妙高山、黒姫山、
戸隠山、飯綱山の5つの山を総称
して、北信五岳といいます。
覚え方は、右から頭文字をとって
“ま・み・く・と・い”。
小布施ならではの「子どもの
頃に教わること」の
1つです。



出発！

小布施町役場

2軒の酒蔵巡り

または 花の寄せ植え

希望に分かれて…



日本ハンギングバスケット協会
ハンギングバスケットマスター
桜井信子さん

小布施でガーデニングと言
えば、桜井さん。町民の皆さんが町内の街路灯に掛けるフ
ラワーハンギングバスケットを制作する際なども、講
師を務めています。



まずは
土を入れ
と3分



花をバランスよく配置



水苔を入れて
土はばれを防ぎます

創業は江戸時代の中期で、松代藩に
酒を納めていました。200年以上続く
酒蔵で、明治初期に小布施に移転し、
私は14代目です。

様々な地域の酒蔵を見学しまし
たが、そこで聞いたことを同じように
やっても、同じ味にはなりません。気
候や水質などが、その地域ならではの
酒を生んでいるんですね。小布施の水
は、地下150mからくみ上げた中硬水
でとても珍しく、酒の熟成に向いてい
ます。地域の特性を活かしながら自分
たちの酒を追求し、丁寧に造ってい
きたいと思っています。



興味深いお話ばかり



酒が仕込まれたタンクがずらり



酒を仕込む木桶



日本酒は奥深い

松葉屋本店
(小布施町小布施778)
代表取締役 市川博之さん



み

ま

墨田区民と小布施町民との交流をテーマに、長野県上高井郡小布施町を訪れる「都市農村
交流事業」。今年度は、6年11月9・10日に開催されました(参加者は本紙6年9月11日号等で
募集)。参加した皆さんは、小布施でどんな体験・交流をし、どんな魅力に触れたのでしょうか。
【問合せ】▶都市農村交流事業=文化芸術振興課都市交流・国際担当 ☎5608-1459 ▶そ
の他=広報広聴担当 ☎5608-6223

今回の体験では、収穫したばかりの長野県産のそばの実を使ったそば粉を使い
ます。つまり「新そば」です。

新そばの実は、殻を取ると薄い緑色で、風味が強いのが特徴です。時間の経
過とともに、茶色くなり風味も薄れていきますので、今がまさに旬の時期で
す。また、一般にそばの実の水分量は14%~15%ですが、新そばは16%くら
いあります。

そばの実を石臼で挽くと、実の中心の白い部分が最初に粉になって出
て来ます。この白いそば粉を一番粉と言ひ、さらに挽いた
ものが二番粉、三番粉となります。それぞれの良さがあ
りますが、今回使う二番粉は、そば特有の香りや風味があり、
味と食感のバランスが良いそばに仕上がります。

昼食には自分で打ったそばを食べてもらいますので、良
い思い出になると思います。そして、機会があったら、小布
施のそば屋でも食べてみてほしいです。



富蔵家
(小布施町上町959)
店主 丸山実留さん



料理人として49年、そば打ち歴35
年。小布施町内で数店舗を営む傍
ら、本格的なそば打ち指導も行って
います。



まずはお手本から



水を加えて
指先で
優しく混ぜます



完成まであと少し

すみだへ



そば打ち体験・昼食

自由散策



また、小布施に來たいです！

まち歩きも楽しかったです！



今回の様子は、
小布施町の広報誌
12月号でも紹介さ
れました。



町報おぶせ

私は静岡県で生まれ育ちました。会社員として勤め
ていましたが、食を見直すきっかけなどがあり、友人
がいた小布施で農業をするために2014年(平成26年)
に移住しました。小布施町は長野県にある77市町村の
中でも1番小さい町で、町民の声がダイレクトに行政
に届きやすく、その距離の近さや町民のまちづくりへ
の意識の高さに驚きました。これからも、様々な方と
のつながりを大切にしながら、楽しく活動してい
きたいと思っています。

今回、農業体験はありません
でしたが、農業に携わる者として、
ぜひ一度、小布施のリンゴをその
場で食べてもらい、その香りやみず
みずしさを体感してほしいです。
私が感じたあの感動を、皆さ
んにも味わってもらいたいで
すね。



小布施まちづくり委員会
会長 工藤陽輔さん



あけびの湯

11月9日の日没が近づく頃、「小布
施温泉 あけびの湯(小布施町雁田
1311)」に到着。右の集合写真は、そ
のときに撮影したものです。
ここからは、小布施町と北
信五岳一望できます。



温泉の後は、田中洋友副町長をは
じめ、小布施まちづくり委員会や町
役場の皆さんとの交流会が開催さ
れました。小布施まちづくり委員会は、
町民・議会・行政が情報を共有し議
論する場、まちづくりに意欲的な方
との連携の場で、様々な立場の方が
委員として参加しています。

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 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	いのちを守るゲートキーパー養成講座	▶初級編=2月14日(金)午後6時~8時 ▶中級編=3月4日(火)午後6時~8時	すみだ保健子育て総合センター(横川5-7-4)	内ゲートキーパーの役割や対応のポイントを学ぶ 対区内在住在勤の方 定各先着50人 費無料 持筆記用具 申事前にオンライン申請か、希望日・氏名・住所・電話番号をEメールで、保健予防課保健予防係☎5608-6506・✉hokenyobou@city.sumida.lg.jpへ
	幼稚園・保育所・こども園等での食育を応援する「食育シンポジウム」	2月15日(土)午後1時半~4時15分頃	曳舟文化センター(京島1-38-11)	内基調講演「楽しく食べるために“食物アレルギー対応についておさらいしましょう”」 定先着400人 費無料 申事前に氏名・住所・電話番号・Eメールアドレスを電話、Eメールで、健康推進課地域保健担当☎5608-6517・✉kenkousuishin@city.sumida.lg.jpへ
	丸シールアートでひな祭りの飾りづくり(全2回)	2月18日(火)・25日(火)午後2時~4時	立花四丁目集会所(立花4-8-10)	対区内在住で60歳以上の方 定10人(抽選) 費無料 持個人登録証 *お持ちでない方は発行 申電話で、2月11日までに立花ゆうゆう館☎3613-3911へ *受け付けは月曜日~土曜日の午前9時~午後5時 *当選者には2月13日に通知 担当高齢者福祉課
	依存症状でお困りの方のための相談“ファミリーメンタル相談”	2月19日(水) *時間は申込時に調整	すみだ保健子育て総合センター(横川5-7-4)	内専門医に家族関係等の悩みを個別に相談する 対区内在住の方 費無料 申1月14日から電話で、健康推進課地域保健担当☎3622-9152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	2月20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	ぶんか高齢者支援総合センター(文花1-29-5)	対60歳以上の方 定各20人(抽選) 費無料 持スマートフォン *希望者には貸出し可 申電話で、2月13日までにスマートフォン普及啓発事業事務局☎6775-9480へ *受け付けは月曜日~金曜日の午前9時~午後5時(祝休日を除く) *結果は2月17日までに電話で通知 担当高齢者福祉課
	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”	2月27日(木)午後1時半~3時	すみだ保健子育て総合センター(横川5-7-4)	内参加者同士で日頃の悩みを話し合い、病気や福祉制度などの情報を交換する 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1月14日から電話で、健康推進課地域保健担当☎3622-9152へ
子育て・教育	おもちゃサロン			内自分の好きなおもちゃを選んで自由に遊ぶ 対未就学児とその保護者 費無料 申当日直接会場へ
	▶本所地域プラザ開催分	1月15日、2月19日、3月19日いずれも水曜日午前10時~午後3時半 *毎月第3水曜日に開催	本所地域プラザ(本所1-13-4)	問本所地域プラザ☎6658-4601 *子どもと親のための心の相談コーナー(午後1時~5時)、おもちゃドクターによる修理(午後1時半~3時)も実施
	▶八広地域プラザ開催分	1月16日、2月20日、3月20日いずれも木曜日午前10時~午後3時半 *毎月第3木曜日に開催	八広地域プラザ(八広4-35-17)	問八広地域プラザ☎6657-0471 *おもちゃドクターによる修理も実施(1人1点まで/小さいものは2点まで可能な場合あり)
	▶すみだボランティアセンター開催分	1月17日(金)・20日(月)・24日(金)・31日(金)、2月7日(金)・14日(金)・17日(月)・21日(金)・28日(金)▶午前10時~11時半 ▶午後1時半~3時 *金曜日、第3月曜日に開催(祝休日を除く)	すみだボランティアセンター(東向島2-17-14)	定各先着20人 *第1金曜日の午後と第3月曜日は、障害のある子ども・発達が気になる子どもとその保護者が対象 *毎月第2金曜日は、おもちゃドクターによる修理も実施 問墨田区社会福祉協議会☎5655-8361 *詳細は問合せ先HPを参照
	▶みどりコミュニティセンター開催分	1月22日(水)、2月26日(水)、3月26日(水)▶午前10時~11時半 ▶午後1時半~3時 *毎月第4水曜日に開催	みどりコミュニティセンター(緑3-7-3)	問みどりコミュニティセンター☎5600-5811 *おもちゃドクターによる修理も実施
	すみだキラキラママのつどい	1月22日(水)午前10時~午後2時		内/定▶賢い子どもに育てるヒント/先着5組 ▶知育リトミック(3か月~2歳)/先着5組 ▶足裏リフレクソロジー/先着7組 対親子 *妊婦・母親のみも参加可 費各1000円 申事前に希望プログラム名・氏名・子どもの年齢をEメールで、すみだキラキラママのつどい✉kirakiramamasumida2010@gmail.comへ 問みどりコミュニティセンター☎5600-5811 担当地域活動推進課
	“ひろばデビュー応援隊”子育て講座「絵本講座」	1月24日(金)午前11時~11時半	子育て支援総合センター(横川5-7-4すみだ保健子育て総合センター4階)	内絵本の紹介・読み聞かせ、手遊び等 対未就学児とその保護者 費無料 申当日直接会場へ 問子育て支援総合センター在宅子育て支援担当☎3622-1150
	墨フィーでクッキングキャンプ“冬の陣”	2月1日(土)午後2時~2日(日)午後3時 *1泊2日	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)	内節分にちなんだ料理作りと、レクリエーションを楽しむ 対小・中学生 定先着42人 費7000円 申事前にオンライン申請 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 担当スポーツ振興課
	“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”産後ママのボディメンテナンス	2月15日(土)午前9時半~10時15分	八広地域プラザ(八広4-35-17)	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500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2月10日まで(1月20日を除く) 担当地域活動推進課
	“親子で味噌づくり体験と試食を楽しむ”親子味噌づくり体験	2月23日(祝)午後1時~3時		対小学生とその保護者(2人1組) 定先着10組 費1人500円 持エプロン、三角巾(バンダナ)、ハンカチ *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2月16日まで(1月20日を除く) 担当地域活動推進課

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
仕事・産業	働く人対象講座「ストレスに負けるな!!働く人のメンタルヘルスを学ぶ」	2月1日(土)午前10時～正午	すみだ共生社会推進センター(押上2-12-7-111)	対 区内在住在勤の方 定 先着20人 費 無料 申 1月11日午前9時からオンライン申請、電話で、すみだ共生社会推進センター ☎5608-1771へ *事前申込みによる1歳以上の未就学児の一時保育あり(定員制/受け付けは1月21日まで)
	女性しごと応援キャラバンinすみだ 今の自分ができること・やりたいこと「自己理解・自己PRのポイント」	2月6日(木)▶セミナー＝午前10時～正午 ▶個別相談会＝午後0時20分～1時25分 *相談時間は30分		内 経験やスキルを洗い出し、自分の強みを明確にして、自己PRにつなげる方法を学ぶ *希望者にはキャリアコンサルタントによる個別相談会も実施 対 就職を希望する女性 定 ▶セミナー＝先着50人 ▶個別相談会＝先着12人 費 無料 申 1月14日午前9時からオンライン申請、電話で、女性しごと応援キャラバン運営事務局 ☎6734-1346へ *事前申込みによる6か月以上の未就学児の一時保育あり(定員制/受け付けは1月31日正午まで) 問 すみだ共生社会推進センター ☎5608-1771
文化・スポーツ	“足腰の筋トレ、姿勢改善トレーニング”コース型「シニアの筋トレ&ストレッチ」の1回体験	1月15日～3月26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)	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、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 *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
	みんなでポッチャ体験会・練習会in旧隅田小	1月25日(土)午前9時～正午	旧隅田小学校体育館(墨田5-49-5)	内 初心者向けの投げ方やルールの説明・体験会、経験者向けの試合形式の練習会 対 区内在住在勤在学の方 費 無料 持 室内用の運動靴 申 当日直接会場へ 問 スポーツ振興課スポーツ振興担当 ☎5608-6312
	第209回すみだ文化講座「すみだ生まれの北斎“江戸町民文化に花咲いた巨星”」	1月25日(土)午後2時～4時 *開場は午後1時半	八広図書館(八広5-10-1-104)	【講師】松島茂氏(すみだ学研究愛好家・元墨田区立図書館員) 定 先着50人 費 無料 申 1月12日午前9時からオンライン申請か、講座名・氏名・電話番号・ファクス番号を直接または電話、ファクスで、八広図書館 ☎3616-0846・FAX3616-0672へ *手話通訳を希望する場合は1月18日までに申込みが必要
	“エアロビクス、ヨガ、脂肪すっきりらくらく体操、太極拳ほか全8コース”健康体力づくり教室2・3月(各全8回)	2月1日(土)～3月28日(金) *各コースの日程の詳細は申込先HPを参照	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(不要なコースあり)、タオル、飲物 *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 *1月21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
	筋膜リリース講習会“柔軟性特集”	2月2日(日)午後1時半～3時	八広地域プラザ(八広4-35-17)	内 フォームローラーの正しい使い方を学び、パフォーマンスと柔軟性の向上をめざす 対 高校生以上 定 先着15人 費 800円 持 汗拭きタオル、飲物 申 事前にオンライン申請、電話で、スポーツドアあずま事務局 ☎3617-9002へ *受け付けは1月31日午後5時まで 担 スポーツ振興課
	第210回すみだ文化講座「すみだの企業から見た昭和30年代の暮らし」	2月2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＝オンライン会議システム「Zoom」を使用	内 現代のライフスタイルが庶民に広がった昭和30年代に焦点を当て、区内の工場で作られていた製品が人々の生活に与えた変化を学ぶ 【講師】青木然氏(たばこと塩の博物館学芸員) 定 ▶会場＝先着40人 ▶オンライン＝先着50人 費 無料 申 1月14日午前9時から▶会場＝オンライン申請か、講座名・氏名・電話番号を直接または電話、ファクスで、問合せ先へ *手話通訳を希望する場合は1月23日までに申込みが必要 ▶オンライン＝オンライン申請 問 ひきふね図書館 ☎5655-2350・FAX5655-2351
	みんなでランチ&コンサート(演奏家の船出応援コンサート)	2月8日(土)▶ランチ＝正午～午後1時 ▶コンサート＝午後1時～	本所地域プラザ(本所1-13-4)	内 若手演奏家によるコンサート(サクソフォン四重奏) 定 先着120人 費 700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 担 地域活動推進課
	うどん打ち体験“うどんや季節に合わせたデザートを作って食べる”	2月22日(土)▶午前10時～正午 ▶午前11時～午後1時	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)	対 3歳以上の方 *小学校4年生以下は保護者の同伴が必要 定 各先着8人 費 各1100円 申 事前にフクシ・エンタープライズ墨田フィールド ☎3611-9070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
	すみだ地域学まち歩きシリーズ 東京大空襲80年「知る、感じる。被害の記録と痕跡」	▶講義＝2月22日(土)午後1時半～3時 ▶まち歩き＝3月22日(土)午後1時～3時半	▶講義＝すみだ生涯学習センター(東向島2-38-7) ▶まち歩き＝区内各所(押上・向島エリア)、すみだ郷土文化資料館(向島2-3-5)	内 ▶講義＝すみだ郷土文化資料館の企画展「東京大空襲80年 新たな記録を探し続けて」の解説を聴く ▶まち歩き＝区内の被災遺跡を巡り、すみだ郷土文化資料館を見学する 【講師】石橋星志(すみだ郷土文化資料館学芸員) 定 ▶講義＝80人(抽選) ▶まち歩き＝20人(抽選) *区内在住在勤在学の方を優先 *まち歩きは講義受講者を優先 費 300円 *入館料は別途自己負担 申 オンライン申請か、催し名・氏名(ふりがな)・住所・年齢・電話番号を往復はがきで、2月7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 *講義のみ受講希望の方は「講義のみ」と記載 担 地域活動推進課
イベント	“新日本フィルハーモニー交響楽団員による弦楽五重奏”令和6年度2月議会(施政方針)開会前コンサート	2月3日(月)午後0時10分～0時40分	区議会本会議場(区役所19階)	定 60人(抽選) 費 無料 申 催し名・氏名・住所・電話番号をはがき、ファクス、Eメールで、1月21日(必着)までに新日本フィルハーモニー交響楽団事務局パトロネージュ部(〒130-0013 錦糸1-2-3) FAX5610-3825・☎culture@njp.or.jpへ 問 新日本フィルハーモニー交響楽団事務局パトロネージュ部 ☎5610-3820 *受け付けは月曜日～金曜日の午前10時～午後6時(祝休日を除く) *午後1時～1時45分頃の本会議区長施政方針の説明まで傍聴した方に新日本フィルハーモニー交響楽団「公開リハーサル案内状」を進呈 担 区議会事務局
	すみだBeer Festival 2025「ビアワングランプリ」	2月16日(日)午後2時～6時	すみだ産業会館(江東橋3-9-10) *車・自転車での来場は不可	内 音楽演奏等を楽しみながら、すみだのビールを含む全国のクラフトビールを試飲する 対 20歳以上の方 定 先着800人 費 5500円 申 事前にオンライン申請 問 産業振興課産業振興担当 ☎5608-1437

☎＝電話 FAX＝ファクス ㊟＝Eメール HP＝ホームページ

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、「友だち登録」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 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
区政その他	議員研修会の傍聴	1月27日(月)午後2時～4時	区議会第1委員会室(区役所17階)	【テーマ】議会におけるハラスメント防止 【講師】太田雅幸氏(弁護士) 定 先着20人 申 当日直接会場へ 問 区議会事務局庶務係 ☎5608-6350
	令和6年度第4回「墨田区協治(ガバナンス)まちづくり推進基金審査会」の傍聴	1月28日(火)午後6時半～	区役所会議室123(12階)	内 令和6年度すみだの力応援助成事業、すみだの夢応援助成事業の進捗報告および来年度募集要項の検討 定 先着10人 申 事前に催し名・氏名・電話番号を電話、Eメールで、地域活動推進課まなび担当 ☎5608-6202・✉katsudosuishin@city.sumida.lg.jpへ *受け付けは1月23日まで *詳細は区HP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 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	墨フィーステージVol.7出演者の募集	【とき】3月16日(日)▶1部＝午前10時半～正午 ▶2部＝午後1時半～3時 【ところ】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)	申 事前に参加希望の旨と、代表者または参加者の氏名・電話番号を直接または電話、Eメールで、フクシ・エンタープライズ墨田フィールド ☎3611-9070・✉info@sumidacity-ground.comへ *受け付けは1月25日午後9時まで *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
	▶出演チーム	内 ダンス、チアダンス、バレエ、コーラスなどを発表する 定 先着24枠(1枠5分、1チーム3枠まで) 費 1枠1500円	
	▶墨フィーキッズ	内 事前にダンスレッスン(8回)と個人レッスン(1回)を受け、「墨フィーキッズ」として出演する 対 小・中学生 定 先着10人 費 8000円	



は～もに～ トリフォニーホール(錦糸1-2-3)おすすめ情報

トリフォニーホールチケットセンター ☎5608-1212・錦糸1-2-3

佐渡裕氏(すみだ音楽大使)により音楽が磨かれていく様をぜひご覧ください！
新日本フィル 中東「アブダビフェスティバル」出演決定「特別公開リハーサル」にご招待！！
【とき】2月2日(日)午前10時半～午後0時45分(予定) *入場は午前10時～10時20分【曲目】新日本フィルハーモニー交響楽団HPを参照【出演】佐渡裕(指揮)、新日本フィルハーモニー交響楽団(演奏)【定員】500人(抽選)【入場料】無料【申込み】1月24日までにオンライン申請



オンライン申請



佐渡裕

名作映画を彩る珠玉の旋律とともに、あの感動がよみがえる！
新日本フィル「映画音楽」コンサート2025
【とき】3月6日(木)午後3時開演【曲目】フランシス・レイ／男と女、ミシェル・ルグラン／シェルブールの雨傘、マックス・スタイナー／風と共に去りぬ、ヘンリー・マンシーニ／シャレード、ジョルジュ・オーリック／ローマの休日ほか *風と共に去りぬ以降の曲目は映像付き【出演】竹本泰蔵(指揮)、田添菜穂子(司会)ほか【入場料(全席指定)】5500円 *区内在住在勤の方は4400円 *区内在住在学の小学生～高校生・大学生等は1000円



「ローマの休日」より



竹本泰蔵

北斎を知る

最新情報は、すみだ北斎美術館HPをご覧ください。【問合せ】文化芸術振興課文化芸術担当 ☎5608-6115



すみだ北斎美術館(亀沢2-7-2)で開催中の企画展「読み解こう！北斎も描いた江戸のカレンダー」前期の見所をご紹介します。

葛飾北斎「鶯と金太郎」(摺物)

江戸時代の暦は現在と異なり、月の日数は30日(大の月)か29日(小の月)で、毎年同じ月でも日数が変わりました。そこで、その年の大や小の月を絵の中などに隠した「絵暦」や「大小」と呼ばれる作品が流行しました。本作もその一つで、銭に「小」、刃先に「正、五、六、八、十、十一」とあります。小の月がこの配列の年は寛政11年(1799年)で、この年に配られたものと分かります。本作は企画展「読み解こう！北斎も描いた江戸のカレンダー」の前期(1月26日まで)で展示しています。

【とき】3月2日(日)までの午前9時半～午後5時半 *入館は午後5時まで【入館料】▶一般＝1000円▶高校生・大学生・65歳以上の方＝700円▶中学生・障害のある方＝300円▶小学生以下＝無料【問合せ】すみだ北斎美術館 ☎6658-8936 *詳細は、すみだ北斎美術館HPを参照



北斎名品コレクション⑥9

すみだ北斎美術館に収蔵されている北斎の名品をご紹介します。

葛飾北斎「雪の朝」(摺物)

本作は薄暗い雪の朝に門口で女性が手燭を差し出して、男性を見送る場面を描いています。静かな雪景色の中、朝を告げる鶏の鳴き声が聞こえてきそうです。女性の着物や帯の模様には金摺が施された豪華な摺物です。本作は「大小」で、着物の帯に文化10年(1813年)の大の月である「十、正、三、七、九、十一、十二」が記されています。この年は酉年のため、鶏を描き込んでいます。本作は企画展「読み解こう！北斎も描いた江戸のカレンダー」で、半期で同タイトルの作品に展示替えして、通期で展示しています。

