

墨田区のお知らせ

NO.2144

2025年  
(令和7年) 6/1

毎月1日・11日・21日発行

◆2面以降の主な内容  
 2・3面……春の叙勲・褒章等  
 4～6・8面……講座・教室・催し・募集  
 7面……すこやかライフ

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/>

契約されている  
ガス会社に委託され、  
給湯器の点検に伺いました

屋根瓦が  
ずれているので  
無料で点検します

法改正があって、  
床下と排水管の点検が  
義務になりました

突然の  
訪問・電話での  
勧誘は  
断って!!



上記は、家庭を訪問後、無料と  
言いながら「今すぐ工事・交換を  
しないと大変」などと嘘の報告を  
し、高額な工事や商品の販売をす  
る「点検商法」と呼ばれる悪徳商  
法でよく使われる言葉です。

今号では、その対策やもしもの  
ときの「駆け込み寺」をご紹介します。  
**【問合せ】**産業振興課産業振興担  
当 ☎5608-6186

## 対策3か条

✓ **その場で頼まない・費用を払わない**  
せかされても、その場で判断しない。

✓ **周囲に相談、相見積りを取る**  
1人で決めない。複数の業者から見積りを取る。

ターゲットは、  
**マンション(集合住宅)も!?**

悪徳業者は住宅の種類に関係なく訪問してきます。  
油断せず、自分事として日々注意することが大切です。

もしも申込み・契約してしまったら…  
**「駆け込み寺」へ迷わず相談!**

\*詳細は各施設HPを参照

### ■すみだ消費者センター

(押上2-12-7-215) ☎5608-1773

専門の相談員がトラブル等の解決をお手伝いします。

### ■住まい何でも相談処 (墨田まちづくり公社京島事務所)

(京島2-15-5) ☎3617-2262

住まいに関する建築・耐震相談、困り事等の相談や  
修理業者等の紹介をしています。



✓ **玄関や電話機に  
ラベルを貼る**

しっかり理解していても、いざという  
ときには正しい判断ができないことも。も  
しものときに慌てないように、右・下記  
のラベルを切り取って、玄関(室内側)の  
ドアや電話機近くの目立つ場所に貼り、  
毅然とした態度で断れるようにしましょう。

▼電話機用 玄関ドア用▼

不審な電話は  
すぐに切る!

業者との申込み・契約のトラブルは  
すぐ相談!!

困ったら相談

すみだ消費者センター

☎5608-1773

**【相談時間】**月曜日～土曜日の午前9時～  
午後4時半(祝休日、年末年始を除く)  
\*土曜日は電話による相談のみ受け付け

ピンポン  
無料点検に  
来ました

ドアの向こうに  
いる人は  
「悪徳業者」  
かも…

ちょっと待った!  
ドアを開けないで!

対策のポイント

はっきり  
断る!

NO!

お断りします!

帰ってください!

困ったら相談

すみだ消費者センター

☎5608-1773

**【相談時間】**月曜日～土曜日の午前9時～午  
後4時半(祝休日、年末年始を除く) \*土  
曜日は電話による相談のみ受け付け

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。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。



11 住み続けられる  
まちづくりを





## 受章された方をお知らせします 春の叙勲・褒章

令和7年春の叙勲・褒章が発表され、墨田区では次の16人の方が受章されました(順不同・敬称略)。なお、[ ]内は、功労・功績概要と主要経歴です。

### ■旭日小綬章

五街道雲助(本名 若林恒夫)[文化財保護功労／落語家・重要無形文化財「古典落語」保持者]

### ■旭日双光章

鈴木洋[保健衛生功労／元 墨田区医師会会長]

### ■旭日単光章

上竹誠一[生活衛生功労／現 東京都中華料理生活衛生同業組合副理事長]

松永政司[中小企業振興功労／現 日生バイオ株式会社代表取締役]

### ■瑞宝双光章

岩撫明[外交領事事務功労／元 在シアトル日本国総領事館領事]

遠藤憲史[学校保健功労／元 学校歯科医]

小駒正人[更生保護功労／現 保護司]

小山進[更生保護功労／現 保護司]

小林進[教育功労／元 公立特別支援学校長]

三浦美津枝[内閣府行政事務功労／元 内閣府事務官]

水村豊[公正取引行政事務功労／元 内閣府事務官]

### ■瑞宝単光章

小林史朗[消防功労／元 東京都向島消防団副団長]

鈴木成稔[消防功労／元 東京消防庁消防司令長]

### ■黄綬褒章

中澤昇一[業務精励(歯科技工士・卓越技能)／現 和田精密歯研株式会社歯科技工士]

### ■藍綬褒章

杉野あけみ[更生保護功績／現 保護司]

高木眞澄[更生保護功績／現 保護司]



## 子どものより良い成長を願って 家庭教育学級補助金

保護者が学び合う「家庭教育学習会」を自主的に開催するための経費の一部を助成しています。

**【対象】**区内の保育所や幼稚園、小・中学校の父母の会・PTA、社会教育関係登録団体等**【定員】**先着15団体程度**【補助上限額】**3万400円**【申込み】**事前に申請書を直接または郵送で、〒130-8640地域教育支援課地域教育支援担当(区役所11階) ☎5608-1433へ ＊申請書は申込先で配布しているほか、区HPからも出力可 ＊受け付けは8年2月7日(必着)まで



## ぜひ、ご利用ください トイレ・玄関(室内側)への 手すりの取付け

トイレまたは玄関(室内側)に無料で手すりを取り付けます。

**【取付日】**6月29日(日)**【対象】**区内在住で65歳以上の方がいる世帯 ＊過去に本事業を利用した世帯を除く ＊賃貸住宅は事前に管理組合や家主の承諾が必要**【定員】**先着50世帯 ＊1世帯につき1本**【手すりの規格】**長さ60cm程度(木製)**【申込み】**6月3日から電話で、次のいずれかへ ▶東京土建墨田支部 ☎3614-3806 ▶すみだボランティアセンター ☎3612-2940 ＊受け付けは6月10日までの午前9時～午後5時(土・日曜日を除く) ＊電話がつながりにくい場合あり



## ご注意ください マイナンバーカード交付手 続等の一時休止

6月22日(日)は窓口開庁日ですが、全国的なシステムメンテナンスにより、マイナンバーカードの交付・券面変更、電子証明書に係る手続き等を終日休止します。詳細は区HPをご覧ください。



**【問合せ】**墨田区マイナンバーカードコールセンター ☎5608-6370**【担当課】**窓口課



## 6月2日からリアルタイムで確認できます 窓口混雑状況の配信

区役所1・2階で取り扱う手続きの待ち人数や呼び出し状況を、下記コードからリアルタイムで確認できます。また、来庁後番号札に印字されているコードからEメールアドレスを登録すると、受け付けの順番が近づいたときにEメールで通知します。来庁時の目安として、ぜひご利用ください。

**【運用開始日】**6月2日**【対象手続】**▶住民異動届 ▶印鑑登録 ▶各種証明書(住民票、戸籍、税等)の交付 ▶戸籍届 ▶マイナンバーカードの各種手続 ▶国民健康保険・後期高齢者医療制度の届出、保険給付の申請、保険料の納付や相談 ▶国民年金の加入、保険料の免除 ▶住民税の申告 ▶原動機付自転車等の登録・廃車手続 ▶納税相談 ＊水曜延長・日曜開設窓口では一部の手続のみ実施**【問合せ】**窓口課庶務係 ☎5608-6100



## 都市計画図書が見られます 防災街区整備事業の決定

防災街区整備事業(京島一丁目東地区)に関する都市計画を決定しました。決定内容を記載した都市計画図書を縦覧できます。

**【ところ】**都市計画課(区役所9階)**【問合せ】**▶都市計画図書の縦覧＝都市計画課都市計画・開発調整担当 ☎5608-6265 ▶防災街区整備事業＝不燃・耐震促進課防災街区担当 ☎5608-1594



## ご協力ください 衣料品・雑貨の回収

資源循環型社会の実現のため、不用品ボックス回収システム「R-LOOP」を活用し、衣料品・雑貨の回収を実施しています。詳細は区HPをご覧ください。

**【回収場所】**▶立川リサイクルストックヤード(立川2-9-5) ▶すみだリサイクルセンター(横川5-10-1) ▶墨田さんさんプラザ(立花4-30-16) ▶喜楽里すみだ工房(東向島3-34-4)**【問合せ】**環境政策課環境政策担当 ☎5608-6209



## 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製品(体温計・血圧計・温度計)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HPをご覧ください。

**【とき／ところ】**▶6月1日(日)／すみだ清掃事務所(業平5-6-2) ▶6月14日(土)／平井橋第二公園(立花6-8-44) ▶6月21日(土)／若宮公園(本所2-2-19) ＊時間はいずれも午前9時～午後2時 ＊水銀製品の回収は6月1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、水銀製品(体温計・温度計・血圧計)、使い捨てコンタクトレンズの空ケース ＊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 ＊車ででの来場は不可**【問合せ】**すみだ清掃事務所分室 ☎3613-2228



## ご協力ください 自転車のリユース・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。また、今回はすみだ清掃事務所での回収は実施しません。

**【とき】**6月30日(月)午前9時～午後2時 ＊正午～午後1時を除く**【ところ】**向島ストックヤード(向島5-9-1) ＊車ででの来場は不可**【回収品目】**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 ＊キックバイク(ストライダー®等)は不可**【対象】**区内在住在勤の方 ＊事業者を除く**【費用】**無料**【申込み】**オンライン申請、電話で、6月22日までに、すみだ清掃事務所分室 ☎3613-2228へ



## お気軽にご相談ください 女性のためのカウンセリ ング＆DV相談(予約制)

**【とき】**▶月・火・水・金曜日、第2・4土曜日＝午前10時～午後4時 ▶第1・3木曜日＝午後3時～8時 ＊いずれも祝休日、年末年始を除く**【ところ】**すみだ共生社会推進センター(押上2-12-7-111)**【対象】**区内在住在勤在学の女性**【費用】**無料**【申込み】**事前に電話で、すみだ共生社会推進センター ☎5608-1771へ ＊受け付けは▶月曜日～金曜日＝午前8時半～午後9時 ▶土・日曜日、祝休日＝午前9時～午後5時 ＊年末年始を除く



## 申請期限は6月30日です 墨田区価格高騰重点支援給 付金(3万円)

物価高騰の影響が大きい世帯(住民税非課税等)に対し、給付金を支給しています。申請期限は6月30日ですので、お早めに申請してください。なお、対象世帯には確認書を送付済みです。対象と思われる方で確認書が届いていない場合や、再発行が必要な場合はお問い合わせください。詳細は区HPをご覧ください。



**【給付金額】**▶非課税・均等割のみ課税世帯＝1世帯当たり3万円 ▶こども加算＝児童1人当たり2万円**【申込み】**オンライン申請(確認書に記載の二次元コードを読み取り)か、必要書類を郵送で、6月30日(消印有効)までに〒130-8770地域福祉課臨時特別給付金担当へ**【問合せ】**墨田区価格高騰重点支援給付金(3万円)専用ダイヤル ☎6738-9240 ＊受け付けは月曜日～金曜日の午前8時半～午後5時(祝休日を除く)**【担当課】**地域福祉課



皆さんの大切な一票を  
東京都議会議員選挙

**【投票日時】**6月22日(日)午前7時～午後8時**【投票できる方】**日本国民で、平成19年6月23日以前に生まれ、令和7年3月12日までに墨田区へ転入の届出をし、引き続き6月12日まで住民基本台帳に記載されている方　＊投票を行う日までに都外へ転出した人は投票不可**【持ち物】**入場整理券　＊世帯の対象者全員分の入場整理券を一つの封筒に入れて送付　＊入場整理券がない場合でも対象者であれば投票可　＊3月13日以降に都内の他区市町村から転入した方は、前住所地の投票所で投票できる場合あり(詳細は前住所地の選挙管理委員会事務局に問合せ)

期日前投票

仕事やレジャー等で投票日に投票できない方は期日前投票ができます。期日前投票を行う場合は、告示日前後に世帯ごとに送付する入場整理券の裏面にある「宣誓書兼請求書」を記入のうえ、お持ちください。なお、入場整理券がない場合でも対象者であれば投票できます。

**【投票期間】**6月14日(土)～21日(土)の午前8時半～午後8時**【ところ】**▶区役所会議室122(12階)　▶ひがしんアリーナ(区総合体育館)(錦糸4-15-1)　▶すみだ生涯学習センター(東向島2-38-7)　▶みどりコミュニティセンター(緑3-7-3)　▶千葉大学墨田サテライトキャンパス(文花1-19-1)

不在者投票

仕事先・旅行先などの滞在地の選挙管理委員会、不在者投票ができます。不在者投票を行う場合は、選挙人名簿登録地の選挙管理委員会に、「不在者投票宣誓書兼請求書」を持参または郵送してください。なお、「不在者投票宣誓書兼請求書」は、問合せ先で配布しているほか、区HPから出力できます。マイナンバーカードをお持ちの方は、マイナポータル「ぴったりサービス」からも請求できます。また、指定の病院や老人ホーム等に入院・入所している方は、施設内で不在者投票ができます。施設ごとの指定の状況は、問合せ先または入院・入所している施設にお問い合わせください。

郵便等投票の請求

**【対象】**身体障害者手帳または戦傷病者手帳、介護保険被保険者証をお持ちで、障害等の程度が郵便等投票の条件に当てはまる方**【請求方法】**郵便等投票請求書と郵便等投票証明書を郵送で、6月18日(必着)までに問合せ先へ　＊代理者による持参も可　＊対象者の詳細や郵便等投票請求書・郵便等投票証明書の交付は問合せ先へ

**【問合せ】**〒130-8640選挙管理委員会事務局(区役所12階) ☎5608-6320

安全な食生活のために  
夏場の食中毒にご用心

気温が上がる夏場は、食品が傷みやすくなります。楽しい夏を過ごすためにも、食品の取扱方法に気を付けて、食中毒を防ぎましょう。万が一、おう吐や下痢など食中毒の疑いがある症状が現れた場合は、速やかに医療機関を受診のうえ、問合せ先へご連絡ください。詳細は区HPをご覧ください。

食中毒予防3原則

以下の3原則を参考に、食中毒を予防しましょう。  
**【食中毒菌をつけない】**▶調理前や食事前には、しっかりと手を洗う　▶食材や調理器具をよく洗浄する**【食中毒菌を増やさない】**▶食材は冷蔵庫・冷凍庫で保存する　▶調理済食品を室温で放置し

ない**【食中毒菌をやっつける】**▶加熱する食品は中心部まで十分に加熱する　▶調理器具は洗浄後、熱湯や漂白剤で殺菌する

魚介類の刺身などによる食中毒の予防方法

▶魚介類は冷蔵で保管・陳列している店で購入する  
▶購入後は早く帰宅し、冷蔵庫内のよく冷える場所で保存する　▶丸魚は早めに内臓を取り除き、水道水でよく洗う　▶魚介類に寄生虫が付いていないかよく確認する



墨田区食品衛生キャラクター「すみだこ」

食品衛生夏期対策事業

夏場における食中毒発生防止と食の安全確保を図るため、毎年6月～8月に食品衛生夏期対策事業を行っています。食品の製造・販売施設等を対象として立入検査を実施しますので、ご協力をお願いします。

**【問合せ】**生活衛生課食品衛生係 ☎5608-6943

納入通知書等を送付します  
国民健康保険料

令和7年度の国民健康保険料について、国民健康保険加入者がいる世帯の世帯主へ、今月中に納入通知書等を送付します。詳細は、同封の「国保だより」をご覧ください。

なお、保険料の決定には、収入がない方も住民税の申告が必要です。申告していない方は、1月1日に住民登録があった市区町村で申告してください。申告がない場合、保険料の決定や減額判定のほか、高額療養費の支給、入院時に負担する食事代の減額等にも不利益が生じることがあります。

普通徴収(納付書または口座振替による納付)

普通徴収の保険料は、6月～8年3月に10回に分けて納めてください(納付書は10回分をまとめて送付)。保険料は、令和7年度算定基礎額(前年の総所得金額等から基礎控除43万円を差し引いた金額)を基に計算します。算定基礎額が確定していない場合は、保険料の所得割分が決定できないため、均等割分のみを納付書を先に送付し、算定基礎額

毎月1日は  
墨田区防災の日

6月1日の点検項目  
災害に  
役立つ近所の  
おつき合い

の確定後、7月以降に改めて納付書を送付します。

特別徴収(公的年金等からの徴収)

昨年度から引き続き特別徴収に該当する方と、今年度から新たに特別徴収に該当する方へは、7月中に納入通知書を送付します。

**【問合せ】**国保年金課こくほ資格係 ☎5608-6121

7月1日から金額が変更になります  
理容・美容サービスと寝具洗たく・乾燥サービス

高齢者や障害のある方を対象とした理容・美容サービスと寝具洗たく・乾燥サービスについて、7月1日以降の利用分から、各サービス利用者の自己負担額が変わります。サービス内容や対象要件等の詳細はお問い合わせください。

**【自己負担額(変更後)】**▶理容・美容サービス＝1回600円　▶寝具洗たく・乾燥サービス＝水洗い1回800円、乾燥1回500円**【問合せ】**▶高齢者＝高齢者福祉課支援係 ☎5608-6168　▶障害のある方＝障害者福祉課障害者給付係 ☎5608-6163

一人暮らしの体験の場を提供します  
自立生活体験事業

精神障害のある方で、自分らしい暮らし方を探す・めざす人を支援するサービス「自立生活体験事業」を実施しています。一人暮らしに向けた体験や、気分転換、休息など、様々な目的で利用できます。

**【ところ】**区内グループホーム内**【対象】**墨田区に住民登録がある18歳以上で、精神科へ通院・入院している方　＊ほかにも要件あり**【費用】**▶1泊＝250円　▶日帰り＝100円　＊最長6泊7日**【相談・見学の申込み】**事業名・氏名・住所・電話番号を電話、Eメールで、自立支援センターふるさと ☎5819-3254・✉info-gh@hurusatonokai.jpへ　＊相談・見学後に利用申請(結果は別途通知)　＊実施場所等の詳細は申込先へ**【問合せ】**保健予防課保健予防係 ☎5608-6506

毎月5日は  
すみだ環境の日

6月のエコしぐさ  
アクセルは  
ゆっくり踏もう  
エコ運転

区政情報番組  
ウィークリー すみだ  
6月の番組表

知=すみだのそこが知りたい 特=特集 緑=くまだまさを1日貸しちゃいます! 銭=サルゴリラのすみだ銭湯巡礼

| 放映日              | 午前9時              | 正午           | 午後4時              | 午後8時         |
|------------------|-------------------|--------------|-------------------|--------------|
| 6月1日(日)～7日(土)    | 知 セーフティネット住宅      |              |                   |              |
| 6月8日(日)～14日(土)   | 特 すみだマイスター        | 知 セーフティネット住宅 | 特 すみだマイスター        | 知 セーフティネット住宅 |
| 6月15日(日)～21日(土)  | 緑 新日本フィルハーモニー交響楽団 |              |                   |              |
| 6月22日(日)～28日(土)  | 緑 新日本フィルハーモニー交響楽団 | 特 すみだマイスター   | 緑 新日本フィルハーモニー交響楽団 | 特 すみだマイスター   |
| 6月29日(日)～7月5日(土) | 銭 薬師湯             |              |                   |              |

＊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、J:COMカスタマーセンター ☎0120-999-000へ

キャスター  
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



| 講座・教室・催し                                                                                                 |                                                                                                   |                                                                 |                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 区分                                                                                                       | 名称                                                                                                | とき                                                              | ところ                                                                                                      | 対象・定員・費用・申込み・問合せ等                                                                                                                                                                                                                               |
| <div><br/>暮らし</div>     | 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                                                                                                                                                                                  |
|                                                                                                          | ▶ お子さん向け読み聞かせ                                                                                     | 6月10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 ボランティアによる読み聞かせを楽しみながら、おもちゃスペースで遊ぶ 対 未就学児とその保護者                                                                                                                                                                                                |
|                                                                                                          | ▶ クラフトボランティア                                                                                      | 6月10日(火)午後2時～3時半 *毎月第2火曜日に開催                                    | 地域福祉プラットフォーム八広(八広5－18－23)                                                                                | 内 <sup>エスディー・ジーズ</sup> SDGs達成に向けて資源を再利用しながら、区内の施設や地域の方に贈る作品を作る                                                                                                                                                                                  |
|                                                                                                          | ▶ のんびり「切手整理」「ニット会」                                                                                | 6月11日(水)午後2時～3時半                                                | 地域福祉プラットフォーム本所(本所1－13－4)                                                                                 | 内 切手整理などのボランティアや編み物をする                                                                                                                                       |
|                                                                                                          | ▶ 絵本の会                                                                                            | 6月13日(金)午前11時～正午頃                                               | 地域福祉プラットフォーム緑(緑4－4－12)                                                                                   | 内 乳幼児～高齢者の多世代が絵本の紹介や読み聞かせを通して交流する *お勧めの絵本がある方は持参                                                                                                                                                                                                |
|                                                                                                          | 千葉大学プラスカフェ・こどもレタス会「お部屋レタスを体験！サンドイッチをたべよう」                                                         | 6月21日(土)、7月12日(土)午後0時15分～1時                                     | 千葉大学墨田サテライトキャンパス(文花1－19－1)                                                                               | 内 屋内で育てた水耕レタスの収穫体験をし、サンドイッチの試食をする 対 17歳以下の方(4歳以上の方推奨)とその保護者 定 各先着18人 費 各200円 申 事前にオンライン申請 *空きがあれば当日会場でも申込み可 問 千葉大学グリーンズ ☎043－290－3106 担 行政経営担当               |
| <div><br/>健康・福祉</div> | “気づこうとすることから始めませんか”無意識の偏見や思い込み「アンコンシャス・バイアス」を学ぶ講座                                                 | 6月28日(土)午後2時～4時 *受け付けは午後1時40分～                                  | すみだ共生社会推進センター(押上2－12－7－111)                                                                              | 定 先着30人 費 無料 申 6月1日午前9時からオンライン申請 問 すみだ共生社会推進センター ☎5608－1771 *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)                                                                  |
|                                                                                                          | 「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                                                          | 6月3日(火)午後2時～3時半、6月14日(土)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 家事援助などの活動(有償ボランティア)に関心がある18歳以上の方 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 *有償ボランティアの登録方法の詳細は申込先へ                                                                                                                                             |
|                                                                                                          | ぶんか・みかんの会(認知症の人と家族の会)                                                                             | 6月10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 カフェ形式で参加者と交流する 対 認知症の方とその家族、認知症の方の介護経験者、認知症に関心がある方 定 先着18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                                                                                                                                     |
|                                                                                                          | オレンジカフェすみだ     | 6月11日(水)・19日(木) 午後2時～3時半                                        | ▶11日＝八広はなみずき高齢者支援総合センター(八広5－18－23)<br>▶19日＝本所地域プラザ(本所1－13－4)                                             | 内 認知症に関する情報交換や悩みなどの共有、交流 *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 当日直接会場へ 問 ▶11日＝八広はなみずき高齢者支援総合センター ☎3610－6541 ▶19日＝同愛高齢者支援総合センター ☎3624－6541 担 高齢者福祉課                                                                                   |
|                                                                                                          | “認知症の気づきと早期受診のポイントを学ぶ”むこうじまセミナー「認知症早期発見・早期受診のススメ」                                                 | 6月17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)                                                                                   | 対 区内在住の方 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 *受け付けは月曜日～土曜日の午前9時～午後6時(祝休日を除く) 担 高齢者福祉課                                                                                                                           |
|                                                                                                          | <sup>YouTube</sup> YouTubeの見方などを学ぼう「インターネットの世界」                                                   | 6月22日(日)午後2時～3時                                                 | 立花ゆうゆう館(立花6－8－1－102)                                                                                     | 対 区内在住で60歳以上の方 定 5人(抽選) 費 無料 持 スマートフォンまたはタブレット、個人登録証 申 6月16日までの午前9時～午後5時に立花ゆうゆう館 ☎3613－3911へ *当選者には6月17日に連絡 担 高齢者福祉課                                                                                                                            |
|                                                                                                          | 学ぼう！介護保険サービス“訪問看護・往診編”(認知症普及啓発事業)                                                                 | 6月23日(月)午後2時～3時半                                                | すみだ福祉保健センター(向島3－36－7)                                                                                    | 内 認知症になっても安心して生活できるよう、訪問看護・往診サービス等を学ぶ 対 区内在住在勤の方 定 先着15人程度 費 無料 申 事前に、こうめ高齢者支援総合センター(すみだ福祉保健センター内) ☎3625－6541へ 担 高齢者福祉課                                                                                                                         |
|                                                                                                          | ひがしんアリーナ公開講座「“動けるカラダをキープする”ゆうゆう体操」                                                                | 6月26日(木)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 参加者の体の状態に合わせて運動する 定 先着15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6月19日まで 担 スポーツ振興課                                                                                            |
|                                                                                                          | 第10回立花トークサロン「認知行動療法を日常に取り入れよう」                                                                    | 6月28日(土)午後3時～4時                                                 | 立花図書館(立花6－8－1－101)  | 内 日々のストレス対処に役立つ方法を学ぶ *詳細は墨田区立図書館HP(左記コード)を参照 定 先着20人 費 無料 申 6月1日午前9時から催し名・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、立花図書館 ☎3618－2620・FAX3618－2625へ *6月3日～6日を除く *手話通訳を希望する場合は6月14日までに申込み                                                                      |
|                                                                                                          | シニア体操教室(全11回)  | 7月1日～9月30日の火曜日<br>▶午前9時半～10時半<br>▶午後1時半～2時半 *7月8日、8月12日、9月9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 初めて参加する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5500円 申 6月3日～24日にフクシ・エンタープライズ墨田フィールド ☎3611－9070へ *空きがあれば2回目以降からや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 |
|                                                                                                          | エンタメ講座「Let's Dancing講座(ジャズダンス)」*体力測定付き                                                            | 7月1日～9月16日の第1・3火曜日午前10時～11時                                     | 立花ゆうゆう館(立花6－8－1－102)                                                                                     | 対 区内在住で60歳以上の方 定 各14人(抽選) 費 無料 持 個人登録証、タオル、飲物 *動きやすい服装・靴で参加 申 6月16日までの午前9時～午後5時に立花ゆうゆう館 ☎3613－3911へ 担 高齢者福祉課                                                                                                                                    |
|                                                                                                          | エンタメ講座「楽しくボイトレ 歌謡サロン(歌唱講座)」                                                                       | 7月2日(水)・16日(水)午後1時半～3時                                          |                      | 対 区内在住で60歳以上の方 定 各15人(抽選) 費 無料 持 個人登録証、飲物 申 6月22日までの午前9時～午後5時に立花ゆうゆう館 ☎3613－3911へ 担 高齢者福祉課                                                                                                                                                      |



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   | 身体障害者向け「椅子に座ってできる筋力アップ体操教室」(全4回)                                                                                                                                           | 7月2日～23日の毎週水曜日午後1時半～3時半                                                                                                                                                      | すみだ福祉保健センター(向島3-36-7)                                                                                                     | 対 区内在住で身体に障害のある方 定 12人(抽選) 費 無料 持 タオル、飲物 申 教室名・氏名・住所・電話番号・ファクス番号・手話通訳またはヒアリング(磁気)ループの希望(必要な方のみ)を直接または電話、ファクスで、6月7日までに、すみだ福祉保健センター☎5608-3721・FAX5608-3720へ                                                                                                                                                                    |
|         | やりたいことを実現するために！「まるごと若がえり教室(運動特化型)」(全12回)                                                                                                                                   | 7月15日～10月21日の火曜日午前10時～11時半<br>* 7月22日、9月16・23日を除く                                                                                                                            | ひがしんアリーナ(区総合体育館)(錦糸4-15-1)                                                                                                | 内 筋力アップ運動、栄養バランスや <sup>こうくう</sup> 口腔ケア等の講義 対 介護保険の要介護認定で要支援1・2と認定された方、基本チェックリストで事業対象者と判定された方 *ほかにも要件あり 定 先着10人 費 4800円 申 事前に各高齢者支援総合センターまたは担当の介護支援専門員へ *受け付けは6月16日まで 問 高齢者福祉課地域支援係☎5608-6178                                                                                                                                 |
| 子育て・教育  | 里親関連イベント<br>▶ 里親という家庭のカタチ「説明会&相談会」<br><br>東京都里親制度普及啓発キャラクター「さとぺん・ファミリー」 <br>▶ 里親家庭のお話を聞く会 | ▶ 6月18日(水)午後2時～、午後3時半～ ▶ 7月8日(火)午後5時～ ▶ 7月23日(水)午後1時半～、午後3時～ * 時間はいずれも1時間                                                                                                    | ▶ 6月18日、7月8日 = オンライン開催 ▶ 7月23日 = 曳舟文化センター(京島1-38-11)                                                                      | 内 / 定 ▶ 説明会&相談会 = 都の里親制度についての説明・相談 / 各先着2組 ▶ お話を聞く会 = 実際に子どもを迎えた里親家庭の話を聞く / 先着10人程度 対 墨田区または江東区在住の方 費 無料 申 事前にオンライン申請、電話で、江東児童相談所フォスタリング機関☎3640-5432へ * 受け付けは各開催日の3日前まで * 電話での受け付けは月曜日～金曜日の午前9時～午後5時(祝休日を除く) 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                                                                             |
|         | “楽しく体を動かそう” 障害者(児)向け「スマイル運動教室“ボール運動編”」                                                                                                                                     | 6月29日(日) ▶ 午前9時半～10時40分 ▶ 午前11時～午後0時10分                                                                                                                                      | 八広地域プラザ(八広4-35-17)                                                                                                        | 対 区内在住在勤在学中で障害のある ▶ 午前9時半～ = 小学生 ▶ 午前11時～ = 中学生以上 とその家族・支援者 定 各先着15組 費 無料 持 室内用の運動靴、タオル、飲物 * 動きやすい服装で参加 申 6月1日午前9時からオンライン申請、電話で、スポーツドアあずま事務局☎3617-9002へ 担 スポーツ振興課                                                                                                                                                            |
|         | 子どもとのコミュニケーションスキルアップ講座“CAREプログラムを使って”(全3回)                                                                                                                                 | 7月2・9・16日いずれも水曜日午前10時～11時半                                                                                                                                                   | すみだ保健子育て総合センター(横川5-7-4)<br>          | 内 子どもとの適切な関わり方を学ぶ 対 区内在住で3歳児～小学生の保護者 定 先着12人 費 無料 申 事前にオンライン申請(左記コード) 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 * 事前申込みによる未就学児の一時保育あり                                                                                                                                                                                              |
|         | サブ・リーダー講習会(夏期)<br><br><br>サブ・リーダー講習会イメージキャラクター「サブゴン」                                    | ▶ 保護者説明会 = 7月15日(火)午後6時半～7時半 * 受け付けは午後6時～ ▶ 区内講習 = 8月3日(日)・17日(日)午前9時半～午後4時 * 受け付けは午前9時～ ▶ 宿泊講習 = 8月22日(金)～25日(月) * 3泊4日                                                     | ▶ 保護者説明会 = 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) ▶ 区内講習 = 横川小学校(東駒形4-18-4) ▶ 宿泊講習 = 国立那須甲子青少年自然の家(福島県西白河郡西郷村真船村火6-1) * 往復バスを使用    | 内 レクリエーションやゲーム、野外活動等のグループ活動を通して、社会性やリーダーシップを育む 対 全日程参加できる区内在住在学の小学校5・6年生 定 54人(抽選) 費 1万円 持 ▶ 宿泊講習 = 着替え、筆記用具、常備薬、水筒など 申 オンライン申請か、参加者の氏名(ふりがな)・住所・性別・学校名・学年・生年月日・キャンプネーム(講習会での呼び名)、保護者の氏名・電話番号・EメールアドレスをEメールで、6月2日～30日に地域教育支援課地域教育支援担当☎5608-6311・✉chiikikyoku@city.sumida.lg.jpへ * Eメールで申し込んだ場合は、受信確認のため申込先へ電話が必要 * 詳細は区HPを参照 |
|         | サマー・テニス・スクール(全12回)                                                                                                                                                         | 7月22日(火)～8月29日(金)の毎週火・金曜日午後1時15分～3時45分                                                                                                                                       | 錦糸公園テニスコート(錦糸4-15-1)                                                                                                      | 種 初心者、初級、中級、上級 対 区内在住在学の小・中学生 定 先着50人程度 費 6000円 持 硬式用テニスラケット、テニスシューズ 申 種別・氏名・住所・年齢(学年)・電話番号を、直接または郵送で、墨田区庭球協会事務局(〒130-0013錦糸1-4-13)☎3622-7454へ * 受け付けは7月8日(必着)まで 担 スポーツ振興課                                                                                                                                                   |
|         | ファミリーキャンプin日光                                                                                                                                                              | 8月9日(土)～11日(祝) * 2泊3日                                                                                                                                                        | 葛飾区立日光林間学園(栃木県日光市花石町2067-1)【集合・解散場所】区役所1階アトリウム * 往復バスを使用                                                                  | 対 区内在住在学中でハイキングができる小学生とその保護者 * 兄弟も参加可 定 先着50人程度 費 ▶ 小学生以下 = 1人2万円 ▶ その他 = 1人3万円 申 6月3日午前10時からオンライン申請 * 家族単位で申込み * 受け付けは6月13日まで 問 スポーツ振興課スポーツ振興担当☎5608-6312                                                                                                                                                                   |
|         | 最新技術でモノづくり×ビジネス体験「CEO Project」<br><br><br>Create, Entrepreneur, Outreach                | ▶ 講義 = 8月25日(月)～29日(金)の午後1時～5時 ▶ 成果発表 = 11月3日(祝)午前10時～午後6時                                                                                                                   | iU 情報経営イノベーション専門職大学(文花1-18-13)ほか<br> | 内 製品企画、3Dプリンター等を使ったものづくり、販売を通じてビジネスを体験する * 8月24日までに事前研修の動画を視聴 対 原則全日程参加できる区内在住在学の中学校2・3年生 定 先着20人 費 無料 申 6月2日からオンライン申請(左記コード) * 受け付けは7月21日まで 問 ▶ iU 情報経営イノベーション専門職大学学生支援部☎5655-1552 ▶ 経営支援課経営支援担当☎5608-6185                                                                                                                  |
| 仕事・産業   | 下町5区合同職員採用説明会(Ⅲ類・経験者・保育士対象) * 墨田・江東・足立・葛飾・江戸川の5区合同<br><br>                              | 6月21日(土) ▶ 経験者5区コラボ説明 = 午前10時～10時45分 ▶ 保育 = 午前10時～11時15分 ▶ 経験者向け人事委員会説明 = 午前11時～11時半 ▶ Ⅲ類向け人事委員会説明 = 正午～午後0時半 ▶ 経験者 = 正午～午後1時15分 ▶ Ⅲ類5区コラボ説明 = 午後0時45分～1時半 ▶ Ⅲ類 = 午後2時～4時45分 | すみだ産業会館(江東橋3-9-10)<br><br>            | 内 各区ブースでの1回30分の説明会(経験者・保育士向けを各2回、Ⅲ類向けを各4回実施)、人事委員会説明・5区コラボ説明(Ⅲ類・経験者向けを各1回実施) 対 特別区職員採用試験(Ⅲ類・経験者)または保育士採用選考の受験予定者 費 無料 申 当日直接会場へ 問 職員課人事係☎5608-6244 * 詳細は区HPを参照                                                                                                                                                               |
|         | セミナー「年金を受給しながら働こう」                                                                                                                                                         | 6月26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、ハローワーク墨田専門援助第一部門(シニア応援コーナー)☎5669-8961へ 担 経営支援課                                                                                                                                                                                                             |
| スポーツ・文化 | 健康体力づくり教室「盆おどり」                                                                                                                                                            | 6月6日～7月18日の毎週金曜日午後2時～3時                                                                                                                                                      | スポーツプラザ梅若(墨田1-4-4)<br>               | 内 様々な時代の曲に合わせ、盆踊りをする 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、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 * 詳細は問い合わせるか、申込先HP(左記コード)を参照 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

お知らせ 食中毒予防 冷蔵品や冷凍品は、買い物の最後に購入し、寄り道せずに帰ろう[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 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 | 企画展「東京大空襲80年“空襲被害写真と空襲体験画を見つめて”」                                | 6月7日(土)～9月21日(日)の午前9時～午後5時 *入館は午後4時半まで *月曜日・第4火曜日(祝休日のときは翌日)、9月9日～11日を除く | すみだ郷土文化資料館(向島2-3-5)                    | 内 空襲体験画や空襲被害写真、工場等の被災実態や町会等での慰霊祭の現状を知る 費▶個人=100円 ▶団体(20人以上)=1人80円 *中学生以下、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とその介助者は無料 申 期間中、直接会場へ 問 すみだ郷土文化資料館 ☎5619-7034                                                          |
|         | ▶証言映像上映会「戦争の記憶の一片を集めて」ほか                                        | 6月14日(土)午後1時～3時                                                          |                                        | 内 区民と資料館それぞれが製作した戦争体験証言映像の上映 【解説】多田井利房氏・深谷陽子氏(スミダSGEP) 定 先着40人 費 100円(入館料) 申 事前に電話で、すみだ郷土文化資料館 ☎5619-7034へ                                                                                                         |
|         | ▶講演会「戦争の記憶との向き合い方について考える“東京大空襲死者の慰霊・追悼行事を通して”」                  | 7月12日(土)午後1時半～3時半                                                        |                                        | 内 空襲被災地域の町会等の慰霊・追悼行事の研究成果に関する講演 【講師】木村豊氏(大正大学准教授) 定 先着40人 費 400円(入館料込み) 申 事前に電話で、すみだ郷土文化資料館 ☎5619-7034へ                                                                                                            |
|         | 盆踊り講習会                                                          | 6月10日(火)、7月8日(火) 午後6時～8時                                                 | すみだ共生社会推進センター(押上2-12-7-111)            | 費 無料 申 当日直接会場へ 問 墨田区民踊連盟事務局 高橋 ☎3622-2816 担 スポーツ振興課                                                                                                                                                                |
|         | “初心者向け”みんなでポッチャ体験会                                              | 6月14日(土)午前9時～正午                                                          | 旧隅田小学校体育館(墨田5-49-5)                    | 対 区内在住在勤在学のポッチャ初心者 定 先着30人 費 無料 持 室内用の運動靴 申 6月5日午前9時からオンライン申請(左記コード) 問 スポーツ振興課スポーツ振興担当 ☎5608-6312                                                                                                                  |
|         | すみだ地域学セミナー「落語のまち、すみだ」                                           |                                                                          | すみだ生涯学習センター(東向島2-38-7)                 | 申 オンライン申請(左記コード)か、催し名・氏名(ふりがな)・郵便番号・住所・年齢・電話番号を往復はがきで、各申込期限(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 *区内在住在勤在学の方を優先 担 地域活動推進課                                                                         |
|         | ▶講演会                                                            | 6月28日(土)、7月6日(日)・12日(土)午後2時～3時半                                          |                                        | 【テーマ/定員/申込期限】▶6月28日=「落語のまち、すみだヒストリー 江戸～明治編“江戸落語の源流から近代落語の祖三遊亭圓朝まで”」/160人(抽選)/7月6日=「落語のまち、すみだヒストリー 昭和～令和編“昭和の名人志ん生から令和の落語風景へ”」/200人(抽選)/7月12日=「すみだ落語地図“落語の舞台・ゆかりの地を知ろう”」/160人(抽選)/7月4日 【講師】瀧口雅仁氏(江戸東京文化研究家) 費 各200円 |
|         | ▶関連企画「林家あんこ落語会 すみだゆかりの落語家」                                      | 7月13日(日)午前10時～11時半                                                       |                                        | 定 200人(抽選) 費 500円 【申込期限】7月4日                                                                                                                                                                                       |
|         | ▶子どもすみだ博士セミナー「落語体験してみよう！」                                       | 8月8・22・29日いずれも金曜日午前9時半～11時半 *最終日は正午まで                                    |                                        | 【講師】古今亭圓菊氏(落語家) 対 区内在住在学の小学校3年生～中学生 定 5人(抽選) 費 1000円 【申込期限】7月25日                                                                                                                                                   |
| イベント    | すみだ食育フェス2025「食育でみんながつくる 笑顔の環」                                   |                                                                          |                                        |                                                                                                                                                                                                                    |
|         | ▶地域イベント「ハチミツを搾ってみよう！親子採蜜体験会」                                    | 6月14日(土)・22日(日)▶1回目=午前10時～正午 ▶2回目=午後1時半～3時半                              | 千葉大学墨田サテライトキャンパス(文花1-19-1)             | 【講師】三輪正幸氏(千葉大学助教) 対 区内在住の小学生とその保護者 定 各先着9組 費 無料 申 6月7日正午からオンライン申請 問 健康推進課地域保健担当 ☎5608-6517                                                                                                                         |
|         | ▶展示・体験                                                          | 6月18日(水)～22日(日)の午前9時～午後4時                                                | 区役所1階アトリウム、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) | 内 野菜摂取量の測定(18日～20日のみ実施)、食育に関する展示やリーフレット等の配布 費 無料 申 期間中、直接会場へ 問 健康推進課地域保健担当 ☎5608-6517                                                                                                                              |
|         | ▶アニサキス博士になろう「オリジナルキーホルダー作り」                                     | 6月18日(水)午後3時～4時半 *受け付けは午後2時半～                                            | すみだ保健子育て総合センター(横川5-7-4)                | 内 家庭内でアニサキスを予防する方法を学び、オリジナルキーホルダーを作る 対 区内在住在勤の方 定 先着30人 費 無料 申 6月2日午前9時からオンライン申請、電話で、生活衛生課食品衛生係 ☎5608-6943へ                                                                                                        |
|         | ▶講演「食で！育む 墨田区×北海道芽室町コラボ企画“大友牧場オンラインツアー”牛さんを通して食の大切さといのちの恵みに触れる」 | 6月19日(木)午前10時～11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)          | 【講師】大友詠吉氏(北海道芽室町酪農家) 対 区内在住在勤在学の方 定 先着50人 費 無料 申 6月2日午前9時からオンライン申請、電話で、健康推進課地域保健担当 ☎5608-6517へ                                                                                                                     |
|         | ▶地域イベント「味わって知る、野菜の世界」                                           | 6月19日(木)午後6時～7時半                                                         | カフェ コハナ(横川3-11-14)                     | 内 野菜をおいしく食べる調理法を学び、野菜を使った料理を食べる 【講師】小華和洋介氏(カフェ コハナオーナー)、小谷庸夫氏(介護福祉士・調理師) 定 先着15人 費 1000円 申 6月2日から催し名・氏名・電話番号を電話、Eメールで、カフェ コハナ ☎070-5451-2706・✉washes01@willcom.comへ 担 健康推進課                                        |
|         | ▶地域イベント「住む人も働く人も。みんなでつながるレタス会」                                  | 6月20日(金)午前11時半～午後1時                                                      | 八広地域プラザ(八広4-35-17)、ガレージスミダ(八広4-36-21)  | 内 街中植物工場の紹介とそこで栽培したレタス料理の試食 【講師】今泉博子氏(千葉大学准教授) 対 区内在住在勤在学の方 定 先着20人 費 200円(材料費) 申 6月2日からオンライン申請(左記コード) 問 健康推進課地域保健担当 ☎5608-6517                                                                                    |
|         | ▶地域イベント「すみだ青空市 ヤッチャバ」                                           | 6月21日(土)午前8時～午後1時頃 *売り切れ次第終了                                             | イーストコア曳舟駅前広場(京島1-1-1)                  | 内 近県で採れた野菜等の販売 費 無料 *購入費は自己負担 申 当日直接会場へ 問 健康推進課地域保健担当 ☎5608-6517                                                                                                                                                   |
|         | ▶講演「どこから来るの？私たちの食べもの“毎日の食が地球環境とつながっていることをクイズなどを通して考えましょう”」      | 6月21日(土)午後1時～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 フードマイレージ・地産地消の観点から、普段の食事が地球環境に与える影響を学ぶ 【講師】近藤恵津子氏(CSまちデザイン理事長) 対 区内在住在勤在学の方 定 先着30人 費 無料 申 6月2日午前9時からオンライン申請、電話で、健康推進課地域保健担当 ☎5608-6517へ                                                                         |
| その他     | とうきょうスカイツリー駅付近上下線高架化記念報告会                                       | 6月5日(木)～7日(土)の午前10時～午後4時 *最終日は正午まで                                       | 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)            | 内 事業に関するパネルの展示、Nゲージ鉄道模型の展示、高架化工事映像の上映等 費 無料 申 期間中、直接会場へ 問 立体化推進課立体化推進担当 ☎5608-6263 *詳細は区HPを参照                                                                                                                      |



墨田区の医療・健康情報



すこやかライフ



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7年度(4月1日～8年3月31日)中に誕生日を迎え、対象年齢になる方  
※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                                                                                                                            |
|--------------------------|---------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 骨密度測定会                   | 7月25日(金)午前9時～11時の指定時間中    | すみだ保健子育て総合センター                                                                      | 【内容】超音波検査【対象】区内在住で30歳～70歳の女性【定員】先着80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                                                                         | 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                                                                                        |
| 若年区民健康診査(16歳～39歳の方の健康診査) | 7月1日(火)～11月30日(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                                             | *骨密度測定会はオンライン申請不可 *受け付けは▶骨密度測定会＝7月4日まで ▶若年区民健康診査＝6月16日～11月14日 ▶各がん検診(前立腺がん検診を除く)＝8年2月6日まで ▶前立腺がん検診＝10月10日まで ▶胃がんリスク検査＝11月14日まで |
| 胃がん検診(胃部エックス線検査・医療機関実施分) | 8年2月28日(土)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                                                                                                   | *検診車実施分は、健診会場・日程の選択可(詳細は申込先へ)                                                                                                  |
| 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)  | 8年3月までの毎月1回               | 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＝マンモグラフィー【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)         | 8年2月28日(土)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・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】マンモグラフィー【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月～8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                   | 8年2月28日(土)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                                    |  若年区民健康診査                                 |
| 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 |  各がん検診                                    |
| 前立腺がん検診                  | 10月31日(金)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                                 |
| 胃がんリスク検査                 | 11月30日(日)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                                                                                      |  肝炎ウイルス検診                                 |

- ❶「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。
- ❷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。
- ❸各がん検診は、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のある方は受診できません。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。
- ❹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。

6月の健康相談窓口 【ところ】すみだ保健子育て総合センター(横川5-7-4)

| 種別                     | とき                | 申込先 *事前予約制                                                                                                         |
|------------------------|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 健康相談 *保健師・栄養士・歯科衛生士が対応 | 月曜日～金曜日 *電話相談可    | ▶栄養＝☎3622-9165<br>▶歯科＝☎5608-1462<br>▶その他＝☎3622-9152                                                                |
| 育児相談                   | 2日(月)・16日(月)      | オンライン申請(下記コード)                                                                                                     |
| ママのリラックスタイム            | 4日(水) *7月2日(水)も実施 | ☎3622-9152<br> 育児相談<br>オンライン申請 |
| 心の健康相談                 | 13日(金)・25日(水)     |                                                                                                                    |
| 思春期相談                  | 11日(水)・18日(水)     |                                                                                                                    |
| 依存症相談                  | 9日(月)             |                                                                                                                    |

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)
- ❶番号をお確かめのうえ、掛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。
- ❷聴覚障害のある方等は、FAX6862-65711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。受診時間・受診方法をご案内します。事前連絡がない場合、一度帰宅をお願いすることがありますので、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 |

❶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 | 同愛記念病院診療棟1階小児科外来(横綱2-1-11)☎3625-1231 | 小児科(15歳以下の子ども) |

❶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(6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)  | はらい川歯科医院              | 八広4-30-5 ☎3611-4364                    |
|        | 梶原病院☎                 | 墨田3-31-12 ☎3614-2255                   |
| 8日(日)  | 蛭間歯科クリニック             | 両国2-20-12-Aライオンズステーションプラザ両国 ☎3634-6480 |
|        | みどり整形外科クリニック☎         | 緑1-14-2 ☎5638-8181                     |
| 15日(日) | 文花歯科                  | 文花3-24-17-1階小国ビル ☎3616-0807            |
|        | すみだ運動器リハビリテーションクリニック☎ | 横川1-1-10-1階すみだパークプレイスⅡ ☎5637-7460      |
| 22日(日) | かほろ歯科クリニック            | 菊川3-14-8 ☎3635-5520                    |
|        | 墨田中央病院☎               | 京島3-67-1 ☎3617-1414                    |
| 29日(日) | 関谷歯科医院                | 八広1-42-6 ☎3611-4671                    |
|        | 東京曳舟病院☎               | 東向島2-27-1 ☎5655-1120                   |

❶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。  
❷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。

休日等の急病のときには

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)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

☎＝電話 FAX＝ファクス ㊚＝Eメール HP＝ホームページ

お知らせ

虐待を受けていると思われる子どもに関する相談を24時間受け付けます。 児童相談所虐待対応共通ダイヤル ☎189 いちはやく



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 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 | 墨田区・千葉大学区民向け公開講座              |                    | 千葉大学墨田サテライトキャンパス(文花1-19-1) | 費 無料 申 事前にオンライン申請(左記各コード) 問 行政経営担当 ☎5608-6230                          |
|       | ▶第11回「在宅リハビリテーション・ケア支援の現状と構想」 | 6月21日(土)午前10時～11時半 |                            | 内 在宅リハビリテーション・ケアを支援する技術の機能性等の現状と、医学・看護学・工学連携のアプローチ、将来展望に関する講演 定 先着70人  |
|       | ▶第12回「東京高等工芸学校とやなせたかしの“夢”」    | 6月28日(土)午前10時半～正午  |                            | 内 戦前・戦中期に東京高等工芸学校が社会に発信しようとした“夢”と、やなせたかし氏がアンパンマンに託した“夢”を考察する講演 定 先着50人 |

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                                                                                                                                                                                                                  |
|--------|----------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 暮らし    | クールスポット協力施設の募集                               | 内 熱中症予防のために、冷房がある施設を一時的に避難所として開放する「クールスポット協力施設」の募集 *協力施設にはステッカーを配付し、所在地を区HPで公表 *要件の詳細は区HP(右記コード)を参照 【開放期間】6月1日～9月30日                                                                                                                                                                                          | 申 事前にオンライン申請 問 環境保全課環境管理担当 ☎5608-6207                                                                                                                                                                                     |
| 子育て・教育 | 子育て支援活動助成希望団体の募集                             | 内 子育て支援活動経費の一部助成を希望する団体の募集 対 区内で子育て支援活動に取り組んでいる団体 *審査あり                                                                                                                                                                                                                                                       | 【募集期間】6月30日まで *対象や応募方法等の詳細は募集要項を参照 *募集要項は問合せ先で配布しているほか、区HPからも出力可 問 子育て支援課子育て計画担当(区役所5階) ☎5608-6084                                                                                                                        |
|        | 墨田育英会奨学生の募集(高等学校等在学生対象)                      | 【奨学資金の貸付額(月額)】▶国公立=1万8000円 ▶私立=3万5000円 *初回は8月中に4月～9月の6か月分を支給し、その後は10月・8年1月に支給 【利率】無利子 【償還方法等】貸付終了後1年間据置き、15年以内の月賦・半年賦・年賦等で償還 対 国公立または私立の高等学校、高等専門学校、専修学校(高等課程)に在学し、次の全ての要件を満たす方▶保護者が区内に引き続き1年以上居住している ▶経済的な理由で修学が困難である ▶成績が優秀である(直近の全教科の成績が5段階評価で平均3.0以上)▶世帯の収入が基準以下である ▶同種の奨学金の貸付けをほかから受けていない 定 10人程度 選 書類選考 | 申 申請書・住民票(申込日を含めて1か月以内に交付され、本籍地および世帯主との続柄が記載された世帯全員のもので、マイナンバーの記載を省略したもの)・所得証明(父母または申込者を扶養している方の課税証明書等)・在学する高等学校等の奨学生推薦調書を直接または郵送で、6月2日～30日(必着)に〒130-8640墨田育英会(区役所11階・庶務課内) ☎5608-6301へ *申請書は申込先で配布しているほか、区HPからも出力可 担 庶務課 |
| 事業・産業  | 人材確保支援事業「SUMIDA JOB FESTA」(合同企業説明会)への出展企業の募集 | 【開催日時】8月7日(木)午後2時～4時半 【開催場所】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) 定 先着8社程度                                                                                                                                                                                                                                            | 申 事前にオンライン申請 *受け付けは6月20日まで 問 経営支援課経営支援担当 ☎5608-6185                                                                                                                                                                       |
| イベント   | すみだまつり・こどもまつりポスターデザイン画の募集                    | 対 区内在住在学の小学生～高校生または7歳～18歳の方【規格】B4判の用紙を横長になる向きで使用 *作品内には題名を入れない *作品の下部に縦4cmの余白を設ける 選 「小学生」、「中学生・高校生」の部門ごとに数点の入賞作を選び、その中から大賞を1点、優秀賞を1点、入賞を数点選定                                                                                                                                                                  | 申 作品の裏面に題名・氏名(ふりがな)・住所・年齢・電話番号・学校名(学年)を記入し、直接または郵送で、7月4日(消印有効)までに〒130-8640すみだまつり実行委員会事務局(区役所14階・文化芸術振興課内) ☎5608-6181へ *大賞には2万円分、優秀賞には1万円分、入賞には3000円分の図書カードを贈呈するほか、応募者全員に参加賞を進呈 担 文化芸術振興課                                  |
| 区政その他  | 「すみだの顔」として区の魅力をPRしてみませんか?第24代すみだ親善大使の募集      | 対 次の全ての要件を満たす方▶区内在住在勤在学中で7年4月1日現在18歳～34歳である(区内在勤はパート・アルバイトを除く)▶1年を通じて区の公式行事や地域のイベント(年20回程度・謝礼あり)に参加し、PR活動等に協力できる▶現在、ほかの地域の親善大使等に就任していない 定 3人 選 選考会を8月24日(日)に実施 *応募人数が30人を超えた場合は、事前に書類選考を行い、結果を通知                                                                                                              | 申 応募用紙を直接または郵送で、8月1日(消印有効)までに〒130-8640すみだまつり実行委員会事務局(区役所14階・文化芸術振興課内) ☎5608-6181へ *応募用紙は申込先、各出張所・図書館等で配布しているほか、区HPからも出力可 *認定式等を10月4日(土)・5日(日)の「すみだまつり・こどもまつり」で実施 担 文化芸術振興課                                                |

夢

すみだ型共生社会の実現に向けて、支え合いの輪を広げよう

墨田区長

山本 亨

全国民生委員児童委員連合会が定める「民生委員・児童委員の日 活動強化週間」の初日となる5月12日、「一日民生委員・児童委員」として今年も任命を受け、区役所で行われたPR活動に参加しました。

今回は初の試みとして、民生委員・児童委員の皆さんが、幅広い世代の方に日頃の活動を紹介したいと想いを込めた寸劇を披露してくれました。私もPR活動の一環として、民生委員役で出演しました。

委員の皆さんは、「電球の交換が1人では難しい」と困っている高齢者や、赤ちゃんの夜泣きに悩む保護者など、誰にでもイメージしやすいシナリオを考え、この日のために練習を重ねてきま

した。“困り事”をリアルに演じる委員の皆さんに、見に来てくれた私立小梅保育園の園児や来庁した皆さんから、大きな拍手と声援が湧き、共演した私も大変嬉しく思いました。寸劇の後には、園児たちから委員の皆さんに歌と折り紙の花束がプレゼントされるなど、すみだならではの“世代を超えた地域のつながり”を再認識できました。

民生委員・児童委員は、区民の皆さんと行政・専門相談窓口とをつなぐパイプ役であり、日頃から困っている方の“心のよりどころ”ですが、その活動をまだ知らない方も多くいらっしゃいます。区では今回のような活動や日常的に行っている「ふれあい活動」の支援など、これからも様々な機会を通して、普及啓発に取り組めます。

“すみだ型共生社会”の主役は地域の皆さんです。人と人とのつながりを大切にしながら、助け合い・支え合いの輪をみんなで一緒に広げていきましょう。



「一日民生委員・児童委員」の活動で行った寸劇の様子

