

令和 **7** 年度号

# 地域活動 ガイドブック

- ✿ 登録団体の紹介
- ✿ 区の支援制度
- ✿ 貸出施設ガイド
- ✿ 講座・ボランティア情報 等



ひと、つながる。  
**墨田区**





# はじめに



## 地域活動 ガイドブック?

地域活動ガイドブックは、地域のために活動している方やこれから活動を始めたいと考えている方を応援するために墨田区が発行している情報誌です。

助成金・補助金等の支援制度や区内で借りられる施設、区が主催・募集する講座・ボランティア情報など、活動に役立つ情報を紹介しています！

## 地域活動ガイドブックの活用法

この冊子を手にとった皆様の目的・悩みに合わせた活用法をご提案します。本書を活用する上で参考にしてください。

### 【すでに活動を始めている方】

協力し合える仲間が欲しい…

活動できる場所がない…

活動資金が足りない…

新しい活動を始めたい…



#### ～おすすめページ～

登録団体の紹介(3 ページ～)

区の支援制度(11 ページ～)

東京ボランティア・市民活動センター  
(23・ ページ)

貸出施設ガイド(24 ページ～)

### 【これから活動を始めたいと考えている方】

退職して時間ができた。育児がひと段落した。

何か始めようかな…

一人で活動するのはちょっとさびしい。

一緒に活動する仲間が欲しいな…



#### ～おすすめページ～

登録団体の紹介(3 ページ～)

貸出施設ガイド(24 ページ～)

講座情報(29 ページ～)

ボランティア情報(43 ページ～)

## 注意事項

■本書は令和7年4月時点の情報を掲載しています。詳細については、各問合せ先にご確認ください。

■墨田区保健所（保健計画課、生活衛生課、保健予防課、健康推進課(本所・向島保健センター)）、墨田区子育て支援総合センターは令和6年11月5日に「すみだ保健子育て総合センター（横川5-7-4）」へ移転しました。

各課の問合せ先は、本誌「☉区内施設等一覧」及び区HPをご覧ください。



# も く じ



**①「地域人材情報登録」「地域活動団体登録制度」** 1ページ～2ページ

**②登録団体の紹介** 3ページ～10ページ

**③区の支援制度《助成金・補助金》** 11ページ～17ページ

すみだの力応援助成事業……………11 ページ	飼い主のいない猫の不妊手術等費用助成事業…16 ページ
すみだの夢応援助成事業……………13 ページ	家庭教育学級補助金交付事業……………16 ページ
地域力向上推進事業補助金……………15 ページ	老人クラブ助成金……………16 ページ
子育て支援活動助成事業……………15 ページ	墨田区食支援団体利用環境整備等運営補助金…17 ページ

**④区の支援制度《助成金・補助金以外の支援制度》** 18ページ～22ページ

すみだボランティアセンター	すみだ文化芸術情報サイト……………19 ページ
ボランティア登録制度……………18 ページ	墨田区老人クラブ……………20 ページ
緑と花のまちづくり推進地域制度…18 ページ	介護支援ボランティア・ポイント制度…21 ページ
すみゆめプロジェクト……………19 ページ	通いの場の活動場所提供者登録及び団体利用促進事業…22 ページ

**⑤東京ボランティア・市民活動センター** 23ページ

NPO 法人設立ガイダンス・運営相談等…23 ページ	情報を探す・投稿する……………23 ページ
----------------------------	-----------------------

**⑥貸出施設ガイド** 24ページ～28ページ

すみだ生涯学習センター……………24 ページ	地域集会所……………27 ページ
本所地域プラザ・八広地域プラザ…26 ページ	その他貸出施設一覧……………28 ページ

**⑦講座情報** 29ページ～42ページ

おすすめ講座……………29 ページ	元気高齢者施設のご案内……………36 ページ
地域活動・ボランティア……………31 ページ	障害のある方に……………37 ページ
環境……………32 ページ	子ども・親子・子育て……………38 ページ
人権……………32 ページ	子ども施設のご案内……………40 ページ
健康づくり……………33 ページ	スポーツ……………41 ページ
ご高齢の方に……………34 ページ	スポーツ施設のご案内……………42 ページ

**⑧ボランティア情報** 43ページ～47ページ

**⑨区内施設等一覧** 48ページ～50ページ

**⑩区内関連施設マップ** 51ページ



# 地域人材情報登録 地域活動団体登録制度



地域活動推進課では、地域の活性化や課題解決に取り組む方に向けて、個人を対象とした「地域人材情報登録」と非営利団体を対象とした「地域活動団体登録制度」の2つの登録制度を設けています。

## 【地域人材情報登録】

墨田区内で地域の課題解決や活性化に向けて活動している方や、地域活動に興味・関心がある区民等を対象にした登録制度です。

登録すると・・・

### ★地域活動に役立つ情報をメールでお届け！

助成金・補助金情報や、地域活動に関する講座や交流会などのイベント情報を、適宜メールでお届けします。昨年度は12月に「他団体との交流から得る今後の活動のヒント」と題したセミナー兼交流会を開催し、参加者の皆さまには楽しく交流しながら活動のヒントを持ち帰っていただきました。

### ★区主催事業にご協力（ご参画）いただける方の募集！

すみだタウンミーティングの企画運営委員等、随時募集を行います。



【タウンミーティングの様子】

区内で地域活動をしている  
様々な方と交流できます！



## ▶登録方法（下記①②のいずれかの方法でご登録ください。）

- ①右記コードから区ホームページにアクセスし、「電子申請」の申込みフォームからご登録ください。
- ②「地域人材情報登録書」を郵送、持参、メールまたはFAXにより、ご提出ください。様式は区ホームページからダウンロードまたは担当（P4に掲載）までお問合せください。



【区HP】

## 【地域活動団体登録制度】

墨田区の地域活性化に取り組む非営利団体を対象とした制度です。

登録すると・・・

### ★地域人材情報登録と同様の各種支援！

地域活動に役立つ情報、区主催事業へのご参画に関する情報等を提供します。

### ★「地域活動ガイドブック」や区ホームページに団体情報を掲載！

団体情報（分野、活動内容、連絡先等）を掲載し、団体のPRを行います。

### ★「地域の力応援通信」(年4回発行)に団体のイベント情報等を掲載！

団体が主催するイベント情報やボランティア募集に関する情報を掲載します。

### ▶登録できる団体の要件

- 墨田区の地域課題の解決や地域活性化に取り組む非営利の団体であること。
- 団体の運営に関する規則（定款、規約、会則等）が定められていること。
- 構成員が3名以上であること。

など

### ▶登録する内容

#### 【団体情報】（公開）

団体名、活動分野、活動内容、活動場所、HPやSNSのURL、問合せ先（電話番号・メールアドレス） など

#### 【連絡責任者】（非公開）

氏名、電話番号、メールアドレス

### ▶登録方法（詳細はホームページをご確認ください。）

【用意するもの】 ※いずれもデータでご用意ください。

- ①団体の運営に関する規則 ②団体の役員名簿

#### 【手順】

右記コードから区ホームページにアクセスし、「申込みフォーム」からご登録ください。（上記①②のファイル添付が必要です。）



【区HP】

### 【担当・問合せ先】

墨田区 地域力支援部 地域活動推進課 まなび担当  
☎：03-5608-6202 FAX：03-5608-6934  
✉：KATSUDOSUISHIN@city.sumida.lg.jp

次頁から、現在登録中の  
団体を紹介しています！





## 登録団体の紹介



「地域活動団体登録制度」に登録されている23団体をご紹介します。(令和7年2月現在)  
 様々な分野の活動が行われており、会員またはボランティアを募集している団体もあります。  
 ご興味があれば、活動に参加してみたいはかがでしょうか♪

団体紹介ページ

①～④・・・5ページ	⑬～⑯・・・8ページ
⑤～⑧・・・6ページ	⑰～⑳・・・9ページ
⑨～⑫・・・7ページ	㉑～㉓・・・10ページ

### ◆子育て世代（主に乳幼児・未就学児期）の支援に取り組んでいます！

- ⑧ 特定非営利活動法人子育てひろば・かあかのおうち
- ⑬ ふあんらいむ
- ⑳ 親子あそび『元気いっぱい』

### ◆青少年（主に小学生）の健全育成・居場所づくりに取り組んでいます！

- ① 特定非営利活動法人 Chance For All
- ④ 一般社団法人 SSK
- ⑫ 特定非営利活動法人アイデアツリーヒラメキ
- ⑮ 子どもスクエア

### ◆シニアの生きがいづくりに取り組んでいます！

- ⑤ 特定非営利活動法人声とことばの力

### ◆国際交流・多文化共生に取り組んでいます！

- ② 特定非営利活動法人すみだ多文化共生交流会（SMC）
- ㉓ 日本語ボランティア教室「にほんごはなそ！」

### ◆環境保全・自然に触れる活動に取り組んでいます！

- ⑨ 特定非営利活動法人寺島・玉ノ井まちづくり協議会
- ㉒ まちなか de ガーデナー

### ◆ものづくり・製品開発に取り組んでいます！

- ③ すみだ新製品開発プロジェクト
- ⑱ すみだ de ハンドメイド

## ◆歴史や文化の学び・発信、戦争体験の継承に取り組んでいます！

- ⑦ スミダ SGEP
- ⑪ すみけんサークル
- ⑰ 江戸東京博物館友の会

## ◆スポーツによる健康増進に取り組んでいます！

- ⑥ 特定非営利活動法人両国倶楽部

## ◆音楽または演劇による活動に取り組んでいます！

- ⑭ 特定非営利活動法人トッピングイースト
- ⑯ NPO 団体未来表現教育ラボ
- ⑲ すみだ美音グループ 想いをカタチにすみだで Be on !
- ⑳ My Favorite Things LABO.

## ◆見た目による人権問題の解決に取り組んでいます！

- ⑩ 特定非営利活動法人マイフェイス・マイスタイル (MFMS)

### 区ホームページでも団体情報をご覧いただけます☆

団体情報は、区ホームページに公開しているプロフィールシートからもご覧いただけます。本紙には載せきれなかった情報(活動場所、活動スケジュール等)もあり、充実した内容となっています☆

今後、新たに登録があった場合も、随時情報を追加・更新していきますので、最新の団体情報は、右記コードからご確認ください！



【区HP】

### すみだNPO協議会のご紹介

墨田区内で活動しているNPOや一般社団法人等で結成した任意団体です。

34 団体(運営会員 28 団体、賛助会員 6 団体)が加入しており、セミナー・講習会の開催や、所属団体を紹介する広報紙「てくてく」の作成、メーリングリストによる情報交換など、様々な事業を行いながら、各団体の活動を支援しています。


#### 会員を募集しています！


- ① 墨田区内に事務所を置くNPOや一般社団法人等の非営利団体
  - ② 墨田区内で活動実績のあるNPOや一般社団法人等の非営利団体
- ※ 年会費がかかります。(運営会員:2,000 円、賛助会員:1,000 円)





【HP】

【問合せ先】 MAIL : [sumida-npo-info@googlegroups.com](mailto:sumida-npo-info@googlegroups.com)


①	<b>特定非営利活動法人 Chance For All</b>
分野	子ども・教育
活動内容	<p>「生まれ育った家庭や環境に関わらず、だれもが幸せに生きていける社会の実現」を目指す団体です。地域のみんなでこどもたちを見守ること、こどもたちが自分の意志で自由にアクセスできる居場所やあそび場を運営すること、あそびや居場所の大切さを研究したり社会に伝えたりすること等の活動を行っています。</p> 
PR	こどもたちと一緒に活動する学生ボランティアを随時募集しています！子供が好きな方・何か始めてみたい方、大歓迎です☆
問合せ	メール：info@chance-for-all.org


②	<b>特定非営利活動法人 すみだ多文化共生交流会 (SMC)</b>
分野	国際交流
活動内容	<p>ともに学び助け合う地域コミュニティの形成を目的に、外国人の生活全般の相談を受けて適切な支援につなげる「まちかど相談室」や、多文化・多世代による交流イベントや講演会等の活動を行っています。</p>  <p>墨田区在住・在勤外国人と日本人との交流を促進するイベントも適宜開催しています。</p>
PR	「まちかど相談室」の相談員やイベント時のボランティアを募集しています！外国語が得意な方、多文化交流に関心のある方、日本人・外国人ともに大歓迎です！
問合せ	☎ 080-9032-9966 メール：npo.smc2021@gmail.com

③	<b>すみだ新製品開発プロジェクト (SSKP)</b>
分野	まちづくり・地域づくり、防犯・防災
活動内容	<p>下町の中小企業が一丸となって、SDGsの視点で環境に配慮した社会的課題を解決する新製品・新サービスを創造して発信しています。2021年に制作した災害対応のリヤカー型移動図書館（北斎丸）を活用して、児童館や地域のイベント等に参加しています。また、芝浦工業大学の学生さんと防災に関するミーティングも行っていきます。</p> 
PR	一緒に活動する仲間（会員）、移動図書館のお手伝いをしてくれるボランティアを募集しています！ものづくりが好きな方、子供が好きな方大歓迎です！
問合せ	☎ 03-3610-2200（三進製作所内） メール：ichichokan@sanshinss.co.jp


④	<b>一般社団法人 S S K</b>
分野	子ども・教育
活動内容	<p>キャンプなどの野外活動や、「遊びを引き出す道具と素材」を積んで地域を回る車「からふる号」で、さまざまな場所に遊び場を設けています。また、区内の町工場から提供された素材で子供たちが自由に遊べる「あそび大学」にも携わっています。その他、地域団体のイベントに出展したり、団体の運営支援等も行っていきます。</p> 
PR	移動式あそび場「からふる号」を派遣します！屋外イベントの際には、ぜひご検討ください。派遣依頼は、ホームページ又は下記の問合せ先までご連絡ください。
問合せ	☎ 090-1818-3739 メール：info@ssk.tokyo





<b>⑤</b>	<b>特定非営利活動法人 声とことばの力</b>
分野	健康・福祉、子ども・教育
活動内容	 <p>高齢者の介護・フレイル・認知症予防のためのプログラム「健康朗読」の開発・普及・運営を行うとともに、自治体の介護予防事業、高齢者施設でのレクリエーション、シニアとこどもの交流事業など、「声のコミュニケーション」を通じてシニアの生きがいがづくり、Well-Beingの達成に向けて活動しています。</p>
PR	シニアの健康増進、生きがいがづくりに興味・関心のある方、一緒に活動する仲間（会員）を募集しています！お気軽にご連絡ください☆
問合せ	☎ 03-5669-4688 メール：info@koetokotoba.org


<b>⑥</b>	<b>特定非営利活動法人 両国倶楽部</b>
分野	健康・福祉、スポーツ
活動内容	 <p>地域住民のふれあいや青少年の健全育成、健康維持増進などを目的に、両国中学校等を拠点に活動する総合型地域スポーツクラブです。毎月、様々なスポーツを開催しています。 (ヨガ、硬式テニス、バレーボール、卓球、相撲甚句、スポーツウェルネス吹矢、ビーチボールバレー、バドミントン、フットサル、ミニバス、フラ、ボッチャ、太極拳、ストレッチ体操、健康体操教室など)</p>
PR	各種スポーツ教室の参加者を募集しています！ぜひ会員登録をお願いします。入会金等の詳細はお気軽にお問合せください。
問合せ	☎ 03-3622-5181 (月～金：13時～18時、土：13時～16時) メール：ryougoku_club@jcom.home.ne.jp


<b>⑦</b>	<b>スミダSGEP</b>
分野	人権・平和、子ども・教育
活動内容	戦後70年の節目を機に、墨田区で起きた戦時中の惨事を広く伝えようと発足した団体です。墨田区で東京大空襲や戦争を体験した方々にインタビューを行い、その映像をまとめた「東京大空襲とすみだ」と「戦争の記憶の一片を集めて」を制作し、町会・自治会や小・中学校、老人ホームなど、さまざまな場所で上映会を実施しています。
PR	制作した映像の上映会を開催しませんか？一人でも多くの方に鑑賞いただくため、上映会を開催する方を募集しています。ご興味のある方は、問合せ先までご連絡ください。
問合せ	☎ 090-4004-2178 メール：t.tatai-1104@docomo.ne.jp


<b>⑧</b>	<b>特定非営利活動法人 子育てひろば・かあかのおうち</b>
分野	子ども・教育
活動内容	 <p>妊娠期から入園前の乳幼児を中心に、子育て中のパパ・ママを応援する施設です。生後1ヶ月からの一時預かりや、親子で過ごせる「ひろば」を開催しています。「ひろば」では、英語教室、ピラティス、季節の行事、子育てに役立つ講座等を行っています。特に、かあかのおうちが用意した離乳食をみんなで食べて楽しむ「赤ちゃん食堂」が人気です！</p>
PR	新米ママ・パパや妊婦さんをお待ちしています。実家のような“かあかのおうち”にぜひ遊びに来てください♪おかえりなさい☆
問合せ	☎ 03-3614-5016 メール：kaakanouchi@may.so-net.jp


⑨	<b>特定非営利活動法人 寺島・玉ノ井まちづくり協議会</b>
分野	まちづくり・地域づくり、環境保全
活動内容	暮らしの中で土にふれ、農体験の楽しさを感じながら、地域の方がふれあい繋がる場として、『たもんじ交流農園』(墨田5-30-19)を運営しています。地域の方への貸出区画や、自由参加で寺島なすの栽培・収穫体験をする共用区画もあります。その他、寺島なすをバトンに地域をつなぐ「青果リレー」、区内全域に農体験の場を広げていく「すみ里プロジェクト」など、様々な活動をしています。 
PR	一緒に活動する仲間(会員・ボランティア)を募集しています!農作業・野菜作り・環境保全に興味のある方、地域の交流の輪を広げたい方、大歓迎です!
問合せ	☎ 090-3222-2688 メール: info@teratama.tokyo


⑩	<b>特定非営利活動法人 マイフェイス・マイスタイル(MFMS)</b>
分野	人権・平和、子ども・教育
活動内容	誰もが自分らしい顔で自分らしい生き方を楽しめる社会の実現を目指し、先天的(生まれつき)または後天的(事故や病気等)に「見た目(外見)」に症状をもつ人たちがぶつかる様々な困難の解決に向けて活動しています。写真展や交流会の開催、人権に関する講演、メディアへの働きかけ等、さまざまな取組を行っています。 
PR	「見た目問題」は当事者だけでなく、当事者を取り巻く環境や社会全体が変わらなければ解決しません。私たちの活動へのご理解・ご支援のほどよろしくお祈いします。
問合せ	メール: info@mfms.jp


⑪	<b>すみけんサークル</b>
分野	文化・芸術・観光・歴史、まちづくり・地域づくり
活動内容	多くの人にすみだの魅力を伝え、「暮らし続けたいまち」「訪れたいまち」を実現するため、街歩きを通じてすみだに関するクイズを作り、解き、学び合い、発信しています! 原則毎月第3土曜に街歩き・クイズ制作等を行っています。また、年1回、クイズを集めた小冊子を作成して、すみだ生涯学習センターのユートリヤ祭に出展しています。 
PR	一緒に街歩き・クイズ制作を行う仲間(会員)を募集しています。すみだが好きの人・興味のある人ならどなたでも大歓迎です☆
問合せ	☎ 090-8961-5190 メール: oonoda@sumiken.org


⑫	<b>特定非営利活動法人 アイデアツリーヒラメキ</b>
分野	子ども・教育、健康・福祉
活動内容	電気・電池を使わないアナログゲームで自己肯定感向上を!子供の健全育成や社会教育の推進を目的に、パズルやボードゲームなどのアイデアグッズを開発し、小学校の出前授業やアフタースクール・すみだまつり等のイベントで体験して楽しんでもらっています。また、皆さんが考えたアイデアを実現するための支援も行っています。 
PR	一緒に活動する仲間(会員・ボランティア)を募集しています!子供が好きの方・パソコンが得意な方、アイデアをお持ちの方大歓迎です!
問合せ	☎ 03-6658-8092 メール: info@hirameki.co.jp


⑬	<b>ふあんらいむ</b>
分野	子ども・教育、文化・芸術・観光・歴史
活動内容	<p>おとあそびをメインとした親子参加型プログラムをお届けします。音楽に合わせたふれあいあそび（おとあそび）を、ママ・パパの声と一緒に行うことで、お子さまの愛着や好奇心・情緒を楽しみながら育みます。季節にちなんだ、歌いやすく覚えやすい創作おとあそびと童謡を組み合わせ、子育て支援施設等でイベントを開催しています。</p> 
PR	乳幼児期は心を作るとても大切な時期。毎日のふれあいでママ・パパの声や手の温度など、小さな気づきの積み重ねが信頼関係やお子様の協調性・社会性を育てます。
問合せ	メール：info@funrhyme.com

⑭	<b>特定非営利活動法人 トッピングイースト</b>
分野	文化・芸術・観光・歴史、 まちづくり・地域づくり
活動内容	<p>子どもたちが世界中の音楽に触れ、練習し、発表会を行う「ほくさい音楽博」。使いおえた電化製品を楽器にオーケストラを目指す「エレクトロニコス・ファンタスティコス!」。東東京をリサーチし地域の隠れたりソースを掘り起こす「BLOOMINGEAST」。</p> <p>響きの美しい鮮やかな音粒を東東京エリアに振りまきながら、音楽がまちなかで出来ることを広げています。</p> 
PR	イベント開催時のボランティアを募集しています！すみだのまちが好きな方、音楽やアートが好きな方、福祉やまちづくりに関心がある方、大歓迎です！
問合せ	☎ 080-9671-7507 メール：info@toppingeast.com

⑮	<b>子どもスクエア</b>
分野	子ども・教育、防災・防犯
活動内容	<p>小学生が、遊び、学び、表現できる居場所として、【子どもスクエア】を定期的で開催しています。英語を使ったゲームなどを取り入れ、楽しく遊びながら英語や防災について学べます。英語が堪能で幅広い資格（小学校教諭、幼稚園教諭、保育士、防災士等）をもったスタッフたちが、楽しく安心して過ごせる居場所を提供します。</p> 
PR	学習支援ボランティアを募集しています！子どもが好きな方、英語でコミュニケーションをとりたい方、大歓迎です！お気軽にご連絡ください。
問合せ	メール：r.terakoya0902@gmail.com

⑯	<b>NPO団体未来表現教育ラボ</b>
分野	文化・芸術・観光・歴史
活動内容	<p>主に、乳幼児・児童・障がい児・子育て中の世代・高齢者等を対象に、演劇公演や表現活動を実施しています。また、子育て相談、子どもの自己肯定感を伸ばす交流会や、認知症の方への関わり方などの研修会、親子で楽しめるイベントを定期的で開催しています。</p> 
PR	一緒に活動する仲間（会員・ボランティア）を募集しています。子育て中の方、子供が好きな方、演劇が好きな方など大歓迎です！お気軽にご連絡ください。
問合せ	☎ 070-2318-6591 メール：ta@lead-protagonist.com

⑰	<b>江戸東京博物館友の会</b>
分野	文化・芸術・観光・歴史
活動内容	<p>友の会は、江戸・東京の歴史と文化をこよなく愛する人たちが集い、「江戸・東京を学び、遊び、体験して」交流する場です。江戸・東京の歴史や文化を探訪する見学会や古文書講座、幅広いテーマでのセミナーを実施しています。また江戸東京博物館と連携して地域文化の向上に寄与しています。（※博物館休館中のため、規模を縮小して活動中）</p> 
PR	<p>会員を募集しています！会員になって、セミナーや古文書講座で学び、見学会を楽しんだりしませんか。お気軽にご連絡ください。</p>
問合せ	メール：edotomo-jim@edo-tomo.jp

⑱	<b>すみだdeハンドメイド</b>
分野	子ども・教育、文化・芸術・観光・歴史
活動内容	<p>子どもたちが幼い頃から「ものづくり」にふれ、創造力により作品を完成させる経験から、達成感と自己肯定感を高めるとともに「ものづくり」への興味を育てます。世代を越えたコミュニケーションの場にもなり人と人とのつながりが生まれます。これらを目的に、子どもも大人も楽しめるワークショップ等のイベントを開催しています。</p> 
PR	<p>一緒に活動する仲間（会員）、イベント開催時のボランティアを募集しています！ハンドメイドが好きな方、子どもが好きな方、お待ちしております。</p>
問合せ	メール：sumidadehandmade@gmail.com

⑲	<b>すみだ美音グループ 想いをカタチにすみだで Be on !</b>
分野	文化・芸術・観光・歴史、 まちづくり・地域づくり
活動内容	<p>自分も周囲の方々も健康で豊かな心と体を保ち続けるために、音楽家・美容家・洋裁師たちが集まり、ワクワクする音楽イベント等を開催しています。</p> <p>音楽・美容・ファッションをテーマに、世代間交流を深めながら、自分らしさを楽しんでいただくことで、明るく健康的な笑顔が繋がる取り組みを行っています。</p>
PR	<p>楽しいことが好き！笑っていることが好き！な、一緒に活動するメンバーをお待ちしております。お気軽にご連絡ください☆</p>
問合せ	☎ 070-8570-2651 メール：stgivepr@gmail.com

⑳	<b>親子あそび『元気いっぱい』</b>
分野	子ども・教育
活動内容	<p>自然とのふれあいや創作活動など、いろいろな遊びを通じて、子どもたちの生きる力、人生を楽しむ力（自由に考え、感じ、行動する力）を育て合い、成長し合える居場所を創ります。</p> <p>原則毎月第4日曜に、そと遊び、体遊び、表現遊び、昔の遊びなど、参加者の希望も聞きながら色々な活動をしています☆</p>
PR	<p>一緒に活動する仲間（会員）を募集しています。あそびが好きな方・みんなであそびを楽しめる方、お待ちしております！</p>
問合せ	メール：oyakoasobi.genki.ippai@gmail.com

②1	<b>My Favorite Things LABO.</b>
分野	文化・芸術・観光・歴史
活動内容	音楽を通じた生きがいづくり、仲間づくり、心身の健康増進、地域活性化を目的に、乳幼児子育て世代から高齢者や障がいをお持ちの方までを対象とした演奏会や楽器体験会を開催しています。また、自身の得意や好きを大切に、広げ深めていくプロアマ混合のビッグバンド演奏活動なども定期的に行っています。
PR	一緒に演奏するメンバー、イベント時のボランティアを随時募集しています！お子様連れも大歓迎。みんなで見守りあいながら一緒に楽しんでいきましょう！
問合せ	メール：tromvocalmariko@gmail.com

②2	<b>まちなかdeガーデナー</b>
分野	環境保全、まちづくり・地域づくり
活動内容	季節の草花情報の発信や、各種イベントへの参加・実施を通して、区民がガーデニングを楽しみ、緑被率の低い墨田区全体の緑化が進む事を目的に、楽しみながら活動しています。まちなかを緑いっぱいにするため、講演等に参加して知識を高め、さらなる情報発信やワークショップを開催していきたいと思っています。
PR	すみだに緑を増やす第一歩として、Instagramで草花の魅力を発信しています。ぜひご覧になって草花に癒されてください♪
問合せ	メール：machinakadegardener@gmail.com

②3	<b>日本語ボランティア教室 「にほんごはなそ！」</b>
分野	国際交流、まちづくり・地域づくり
活動内容	やさしい日本語を活用して、異文化理解を深めることを目的に、日本語教室を開催しています。地域に暮らす外国人が、日常生活に必要な日本語を習得し、生活の質を向上させるための支援を行います。 また、日本語学習を通じて、多文化共生を促進し、地域社会の活性化と国際交流を推進して、すみだで暮らす絆を深めます。
PR	一緒に活動するメンバー（会員・ボランティア）を随時募集しています。「やさしい日本語を活用した異文化理解」に賛同する方、お待ちしております！
問合せ	☎：080-1265-7878 メール：nihongohanaso2025@gmail.com





## 区の支援制度《助成金・補助金》



# すみだの力応援助成事業

地域のまちづくりを担う団体の成長と発展を目指して、墨田区の地域課題に取り組む、先駆性・創造性・発展性の高いまちづくり活動を支援する制度です。

助成対象として採択された団体には、活動経費の一部を「すみだの力応援基金」（区民や事業者等による寄付金）から助成します。

### 選べる2つのコース

#### スタート応援コース

助成金額：3万円～10万円

審査方法：書類審査のみ

対象団体：応募資格を満たし、設立から5年未満の団体（過去に同助成を受けていないこと）

#### ステップアップ応援コース

助成金額：10万円～50万円

審査方法：①書類審査

②公開プレゼンテーション

対象団体：応募資格を満たす団体

#### 対象となる団体

- ・原則として、区民等（墨田区在住者・在勤者・在学者）が自発的に組織し、墨田区内に活動拠点を置く団体
- ・構成員が5人以上の団体
- ・非営利の団体 等

#### 対象となる事業

- ・墨田区の地域課題や社会課題解決に取り組む事業
- ・単年度で完了する事業
- ・他の機関から助成等を受けない事業等

#### 申請方法

【事前確認期間】令和7年**4月15日(火)～5月15日(木)**

【申請受付期間】令和7年**4月15日(火)～5月28日(水)**

申請書の提出は2段階です。

①「事前確認期間」内に一度申請書類を提出し、区の確認を受けます。

②「申請受付期間」内に本提出を行います。

その後、ステップアップ応援コースの場合は、プレゼンテーション審査があります。

※ 申請に当たっては必ず募集要項をご確認ください。



#### これまでに助成を受けた主な事業



##### 【福祉・子育て・教育】

多世代交流のワークショップ  
親子の交流・つどいの場の提供  
子供たちの夢を叶える取り組み 等

##### 【観光・まちづくり】

地域観光ツアーの開催 等

##### 【環境】

ガーデニングワークショップ 等



##### 【歴史・文化・芸術】

東京大空襲体験者証言DVDの作成  
地域の歴史を探るまち歩きイベントの開催  
音楽・アートイベントの開催 等



##### 【多文化交流】

多文化交流フェスティバル

##### 【防災】

地域防災学習ワークショップ 等



◆申請・問合せ先◆

地域活動推進課 まなび担当 TEL 03-5608-6202

ホームページはこちらから！→



# 令和6年度助成事業のご紹介

【団体名】 事業名



令和6年度は7団体の事業がすみだの力応援成事業として実施されました！

## 📌 スタート応援コース

【My Favorite Things LABO.】  
0歳ベビーから100歳シニアまでの  
キャラクタージャズコンサート事業



子育て世代と祖父母世代が交流しながら楽しめるコンサートを開催しました。生の楽器演奏に触れたり、手形記念制作など様々なプログラムにより心身の刺激や健康増進を図り、参加者、協力者とも幅広い繋がりを作ることができました。



【まちなか de ガーデナー】  
すみだ手のひらサイズのオープンガーデン



春に咲く花の寄せ植え、たねダンゴ、落ち葉のしおり、手のひらサイズアレンジメント作りなど9種類の作品のワークショップは多数の参加があり好評でした。また、区内の路地栽培や花壇の写真の展示、映像の上映もあり、植物に親しみ、楽しめるイベントとなりました。



## 📌 ステップアップ応援コース

【特定非営利活動法人すみだ多文化共生交流会】  
多文化共生交流フェスティバル～地域とつながる～  
～すみだ万博～

パビリオンに仕立てたテントでの各国の文化紹介やステージで音楽や舞踊を披露し、国籍や年齢を問わず国際交流を深めることができました。また、消防署や防災士協力のもと、外国人のための防災コーナーにて救命講習や防災グッズの紹介・配布を行いました。



【特定非営利活動法人声とことばの力】  
墨田区内に新たな多世代交流の場の創生を  
～SUMIDA こども未来応援団プロジェクト～

運動遊び、工作、頭も体も使う謎解きなど、交流会やイベントを多数回実施しました。大学生がファシリテーターとなり、子どもからシニアまで多数の参加があり、施設全体を使用して多世代交流を楽しみました。



【チームうめわか】  
『イスからつながるプロジェクト2024』～つくろう！  
あそぼう！つどおう！オレンジのイス～

子どもから高齢者まで誰でも座れるオレンジのイスを活用し、魚つりゲーム、将棋、お手玉、ポッチャ大会などの多世代交流イベントを開催しました。また、イス作製のワークショップも実施し、楽しみながら地域活動に参加していただきました。



【すみだ未来枠】  
すみっこ探検隊！

小学生親子を対象に、謎解きなどをしながらまち歩きができるイベントを3パターン開催しました。区内のお寺、会社、店舗、消防署、商店街の協力を得て、地域の歴史に関する謎解きや、消防署員と共に消火器を使用して消火訓練を行いました。親子で楽しく新たな発見ができるイベントとなりました。



【特定非営利活動法人寺島・玉ノ井まちづくり協議会】  
墨田区の江戸野菜「寺島なす」による歴史の味を観光資源に！第3回「寺島なす★祭り」の開催事業

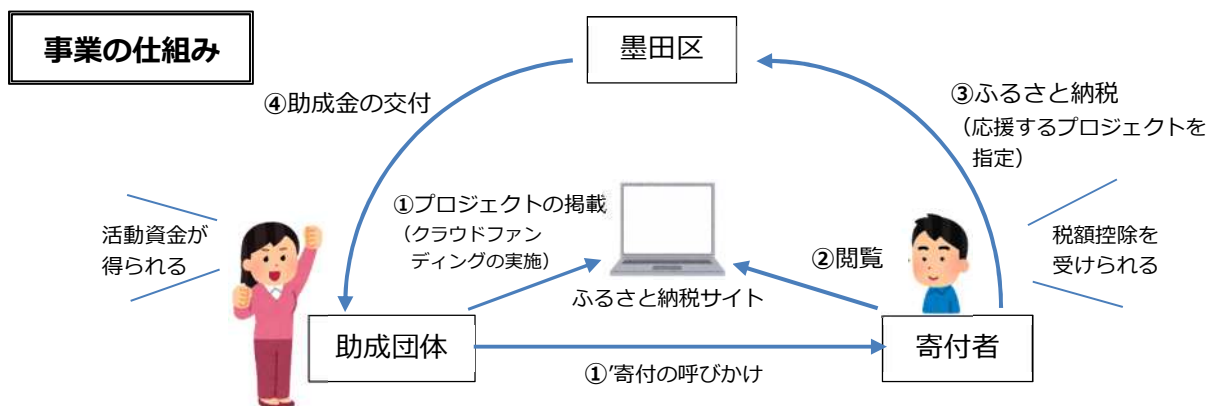
メインイベントのN1(ナスワン)グランプリでは、区内の9店舗が参加し、寺島なすを使った様々な料理で、すみだの食文化の魅力度向上につなげました。また、江戸東京野菜に関するトークショー、青果リレーなど、様々なプログラムで、コミュニティ形成に貢献しました。





# すみだの夢 応援助成事業

区内で実施する「すみだのまちを元気にするプロジェクト」を応援する制度です。  
採択された団体は「ふるさと納税を活用したクラウドファンディング」に挑戦し、  
そこで集めた寄付金が助成金として交付される、**変動型のユニークな助成金**です。



## 応募できる団体

- ・「すみだのまちを盛り上げたい」といった熱い想いのある団体
- ・法人格を有する団体(有していない場合、法人格を有する団体からの推薦が必要)

団体所在地が  
墨田区外でもOK!

## 対象となる事業

- ・墨田区内で実施する非営利の事業
- ・単年度で完了する事業
- ・申請額(事業経費)が100万円以上であること 等

多くの方から共感を得られる  
(=寄付が集まる)ような事業であることが重要です!

## 審査方法

- ・書類審査(第1次審査) および
- ・公開プレゼンテーション審査(第2次審査)

## 助成金額

- ・4カ月間(原則9～12月に実施)のクラウドファンディングで集めた寄付額の100%  
(※当初目標額を超えた分については、手数料相当分を差し引いて交付)

サイト掲載手数料は  
区が負担します♪

## 申請方法

【事前確認期間】 令和7年 **4月1日(火)～4月24日(木)**  
【申請受付期間】 令和7年 **4月1日(火)～4月30日(水)**  
申請書の提出は2段階です。  
①「事前確認期間」に申請書類一式を準備し、区の確認を受けます。  
②事前確認を受けた書類を「申請受付期間」に提出します。  
※ 申請に当たっては必ず募集要項をご確認ください。



事業の詳細は、ホームページをご覧ください☆

### ◆申請・問合せ先◆

地域活動推進課 まなび担当 TEL03-5608-6202





# ★これまでに採択されたプロジェクトのご紹介★



令和6年度までに、33のプロジェクトがすみだの夢応援助成事業として採択されました！  
その一部をご紹介します。

## こどもたちが自分の意思で選べるあそび場を墨田区に

＜特定非営利活動法人 Chance For All＞

寄付額 4,102,200 円 / 目標額 4,000,000 円

区内の町工場から出た素材を使って、こどもたちが自由に遊べる「あそび大学」を実施。様々な素材を手にとって、自由な発想で色々なことにチャレンジする姿が見られました。



## “たもんじ交流農園” 広がる交流の輪

＜特定非営利活動法人 寺島・玉ノ井まちづくり協議会＞

寄付額 1,715,000 円 / 目標額 1,500,000 円

緑の少ない墨田区に農園を作りたい！と活動をスタート。「すみだの夢」で3年間かけて手作り農園を整備しました。現在は、地域の方が集いふれあうコミュニティの場にもなっています。



## ～すみだ北斎館前 緑町公園を北斎のモザイクアートで彩る～ 北斎パークアートプロジェクト

＜特定非営利活動法人 エコ平板・防塵マスク支援協会＞

寄付額 1,503,000 円 / 目標額 4,670,000 円

北斎美術館前に北斎画をモチーフにしたモザイクアートを設置。製作は区内の福祉作業所で行い、障がい者の就労支援にも貢献しました。寄付者銘板とともに公園を彩っています。



## 様々な世代をつなぐ日常的な多世代交流の場を創生する SUMIDA こども未来応援団プロジェクト

＜特定非営利活動法人 声とことばの力＞

寄付額 1,036,000 円 / 目標額 1,600,000 円

シニアに「生きがい」を、こどもに「豊かな成長」を、親に「安心な子育て環境」を与えようと、多世代交流イベントを実施。橋渡し役として、大学生が企画・運営を行いました。



## 「移動式遊び場」で、子どもたちが元気に遊べる環境をつくってあげたい！

＜一般社団法人 SSK＞

寄付額 1,575,000 円 / 目標額 3,788,000 円

こどもの成長に必要な遊べる環境を充実するため、あそび道具を積んで地域を回る車を作成。こどもたちと一緒にペイントした車「からふる号」で、様々な場所であそびを展開しています。



## コードを書かないプログラミングで子どもの可能性を開放！

## 「キミのアイデア、スマホアプリ化」プロジェクト

＜株式会社 セラピア＞

寄付額 595,000 円 / 目標額 1,000,000 円

ものづくりの楽しさや、課題を解決する力を身につけてもらおうと、小中学生を対象にスマホアプリを開発するプログラムを実施。こどもでも社会で活躍できる可能性があることを示しました。



# その他助成金・補助金

1	地域力向上推進事業補助金
目的・概要	地域力の向上を目的とし、地域の活性化や地域の問題解決につながる事業を実施する場合に、その事業に必要な物資等の購入経費を補助します。
対象者	町会・自治会 構成員が10人以上、かつその半数以上が区内在住又は在勤である団体については、町会・自治会と連携して行う事業に限ります。
助成金額	上限20万円 一度補助を受けると、3年が経過するまで本補助金を受けることはできません。
募集期間	毎年4月1日から4月30日まで（30日が土日祝日の場合は次の開庁日まで） 抽選により補助金交付団体を決定します。ただし、予算額を上回る申請がなければ、抽選は行いません。
問合せ先	地域活動推進課地域活動推進担当 03-5608-3661

2	子育て支援活動助成事業
目的・概要	地域における <u>子育て支援活動</u> （ ）の活性化を図り、区内の子育て環境を充実させることを目的に、区内で子育て支援活動を実施する団体の活動経費を助成します。 子育て支援活動とは、児童福祉法（昭和22年法律第164号）第4条に規定する児童等を主な対象とした、児童福祉の向上に資する活動をいいます。
対象者	次に掲げる要件を全て満たす団体 区内で子育て支援活動に取り組む非営利の団体であること。 区内に主たる事務所又は活動拠点を有すること。 団体の運営に関する定款、規約、会則等を定めていること。 適切な会計処理が行われていること。
助成金額	50万円までの範囲内において、助成対象経費として支出した額
募集期間	令和7年度の申請受付時期については、決定次第、区のホームページ等でお知らせいたします。 【参考】令和6年度申請受付期間 令和6年7月1日（月）～ 7月31日（金）
問合せ先	子育て支援課子育て計画担当 03-5608-6084

3	飼い主のいない猫の不妊手術等費用助成事業
目的・概要	飼い主のいない猫の減数対策のため、区内に生息する飼い主のいない猫に区内の動物病院で不妊・去勢手術を受けさせ、その猫を生息する地域で責任をもって管理する場合、区の助成金の申請ができます。
対象者	取組を行う町会・自治会 取組を行う区民等
助成金額	猫1頭当たり メス2万2千円 オス1万1千円 を上限として手術に要した費用を助成 猫1頭当たり メス1万2千円 オス6千円 を上限として手術に要した費用の11分の6を助成
募集期間	随時（事前に申請が必要）
問合せ先	生活衛生課生活環境係 03-5608-6939

4	家庭教育学級補助金交付事業
目的・概要	子育てに関する学習会の経費を補助します。 子育て（家庭教育）をテーマにした学習会で、営利を目的とせず宗教や政治に関わらないもの。 墨田区内を会場とし、1日の実施で実施時間が2時間以上（設営・準備時間含む）参加者が20名以上の規模のもの。
対象者	区内の保育園、幼稚園、小学校、中学校の父母の会及びPTA、墨田区社会教育関係登録団体など
助成金額	上限30,400円
募集期間	令和8年2月13日（金）まで。受付は先着順（申請書提出順）。
問合せ先	地域教育支援課地域教育支援担当 03-5608-1433

5	老人クラブ助成金
目的・概要	老人クラブの運営を支援するため、設立後継続して3か月以上活動している老人クラブに対し、会員数に応じて助成金を交付しています。
対象者	各老人クラブ 会員数は、おおむね30人以上 会員の年齢はおおむね60歳以上 会員は、クラブ活動が円滑に行われる程度の同一小地域に居住し、その区域は他の老人クラブと重複しないこと
助成金額	上限 1クラブにつき 18,800円～26,800円/月 会員数により異なります
募集期間	随時
問合せ先	老人クラブへの加入は、お住まいの地域の老人クラブまでお問い合わせください。地域の老人クラブを知りたい場合は、墨田区老人クラブ連合会事務局 電話：03-5608-6167 までお問い合わせください。

6	墨田区食支援団体利用環境整備等運営補助金
目的・概要	食品ロス削減対策として、生活に困窮する世帯及びひとり親世帯等（以下「生活困窮者等」）に対して食の提供とともに適切な支援機関へつなぐ取組を実施している区内の地域食堂並びにこども食堂及びフードパントリー（以下「食支援団体」）に、利用環境整備に係る経費の一部を補助することにより、食支援団体の利用促進を図ることを目的とします。
対象者	<p>次に掲げる要件を満たす食支援団体</p> <p>(1) 生活困窮世帯等に対して食の提供及び適切な支援機関へつなぐ取組を実施している。</p> <p>(2) 区又は民間のフードドライブ並びにフードバンク及びフードパントリーを積極的に利用するよう努めている。</p> <p>(3) 取組実施時に、参加者に対し、こども、家庭等の支援に関わる相談窓口の周知に努めている。</p> <p>(4) 参加者の食物アレルギーの有無を確認している。</p> <p>(5) 事故発生時の対応のため保険に加入している。</p> <p>(6) 区が開催又は関与する連絡会に可能な限り参加する。</p> <p>他にも要件がありますので、詳細はお問合せください。</p>
助成金額	<p>利用環境整備運営補助（通年開催）  上限 18 万円（15,000 円 × 開催月数）</p> <p>長期休み期間限定取組運営補助（学校の夏休み・冬休み・春休み開催）  上限 6 万円</p> <p>と の併用可  人件費及び利用環境整備を目的としない経費は補助対象外</p>
募集期間	<p>又は と を併用して申請する場合は 6 月 30 日まで  のみを申請する場合は 11 月 30 日まで</p> <p>申請は先着順のため、申請期限前に募集を終了する場合があります。</p>
問合せ先	<p>厚生課生活支援・相談支援担当      03-5608-8517</p>





## 区の支援制度《助成金・補助金以外の支援制度》



### すみだボランティアセンターボランティア登録制度

すみだボランティアセンターでは、ボランティアをしたい人の登録を受付けています。

- ★登録できる方  
ボランティア活動に関心のある方
- ★登録有効期間  
3年ごとの一斉更新
- ★登録方法  
ボランティアセンター又はボランティアセンター分館(平日の午前9時～午後5時)へ来所の上、登録してください。
- ★登録後の特典
  - ・ボランティアに関する情報誌「すみだボランティアだより」をお届けします。
  - ・ボランティア登録すると、墨田区のボランティア保険に自動的に加入となります。
 ※墨田区以外での活動も対象となる東京都社会福祉協議会のボランティア保険は有料で加入できます。(別途手続き必要)

■ 申込・問合せ先: すみだボランティアセンター TEL03-3612-2940  
すみだボランティアセンター 分館 TEL03-5638-0510

### 緑と花のまちづくり推進地域制度

#### 緑と花のまちづくり推進地域制度とは…

まちに花や緑をふやすことで緑化に関する関心を深めるとともに、地域の美化や花を通じて地域のコミュニティを深めることを目的とし、町会や自治会、その他地域活動団体等を対象に区がプランターを設置し、区民の方々に草花の植替えや手入れなどを楽しんでいただく事業です。

#### 区からのサポート…

緑と花のまちづくり推進地域を活用し、緑化活動を行う際、区から緑化資材の提供等の支援を受けることができます。

##### 【サポート内容】

- ① 花苗の提供 ② 植物の生育に関する相談・技術的支援 ③ 園芸物資の提供 など

#### 本制度を活用してみたいと思ったら

まずは下記問合せ先までご相談ください。活動場所の希望などがございましたら、職員が直接現地まで伺います。

※活動内容及びプランター・花壇の設置場所によっては本制度の対象外となる場合があります。

■ 申請・問合せ先: 環境保全課 緑化推進担当 TEL03-5608-6208

## すみゆめプロジェクト



「隅田川 森羅万象 墨に夢」（通称：すみゆめプロジェクト）とは・・・

すみだ北斎美術館の開館（平成28年11月）を契機にスタートした文化芸術プロジェクトです。芸術文化に限らず、森羅万象あらゆる表現を行っている人たちがつながりながら、この地を賑やかに彩っていくことを目指しています。すみゆめは1年をかけて「寄合」を実施するとともに、墨田区を中心に隅田川流域の地域で、街なかや広場など、さまざまな場所で行われる「北斎」や「隅田川」にちなむプロジェクト企画を募集します。「人と人とのつながり」を創出していく独創的な表現活動が対象です。また、プログラムの実施のみならず「すみゆめ」について一緒に考え、実践してくださる方の応募をお待ちしています。

### 寄合

一緒に「すみゆめ」について考え、実践していく表現活動を行っている個人・団体が情報交換を行う場です。月一回開催。

### ネットワーク企画

すみゆめの趣旨に賛同する団体が期間に関わらず企画を実施します。（補助無）すみゆめHP等と広報連携します。

### プロジェクト企画

企画を公募し、選考会を経て、企画を採択。採択団体には、補助を行い、企画を実施。

### 主催企画

すみゆめの認知拡大と、隅田川をはじめとした、すみだが見つ地域資源を再発見し磨き上げる企画を実施。

詳細は、すみゆめHPをご覧ください。 <http://sumiyume.jp/>

すみゆめ

検索

■申請・問合せ先：隅田川 森羅万象 墨に夢 実行委員会事務局 TEL03-5608-5446  
（公益財団法人墨田区文化振興財団内）



ホームページ

## すみだ文化芸術情報サイト

### すみだ 文化芸術情報サイト

「すみだ文化芸術情報サイト」は、墨田区で文化芸術活動を行う方々をつなげ、すみだで行われる魅力的な文化芸術活動を紹介するホームページです。

区内の文化芸術活動に携わる個人・団体の情報交換のためのネットワークをつくり、メンバーの係るイベントを中心に区内の文化芸術に関する事業を紹介することで、墨田区の文化芸術の拠点とし、各種情報の発信を行うことで、文化芸術の更なる発展を促すことを目的としています。

**墨田区内のアーティスト文化芸術団体、  
民間施設の登録を随時受付しております。**

[登録・掲載方法についてHPをご覧ください。](#)



ホームページ

■登録申請・問合せ先：すみだ文化芸術情報サイト管理者  
（公財）墨田区文化振興財団 地域文化支援課地域文化支援担当  
TEL 03-5608-5446

# 会員を募集します

私たちと一緒に  
活動しませんか？

おおむね60歳以上の方

どなたでも入会できます

\* 入会希望の方は地元の老人クラブまで \*



加入やクラブの設立についてのご相談・お問い合わせ

墨田区老人クラブ連合会 事務局  
高齢者福祉課 支援係

TEL : 03-5608-6167

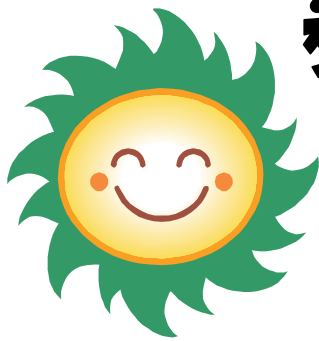
TEL : 03-5608-6168

## 【墨田区老人クラブ助成について】

設立後、継続して3カ月以上活動を続ける老人クラブ(運営基準に準拠し運営)が、社会奉仕・友愛・健康をすすめる・生きがいを高めるなどの活動を行っている場合、その活動に関する経費について助成を受けることができます。詳細については、お問い合わせください。

65歳以上限定で年間最大2万円が受け取れる！

# 介護支援ボランティア・ポイント制度に 参加しませんか？



生きがいづくり

社会貢献

健康づくり

**対象者** 区内にお住まいで、介護サービスを受けていない65歳以上の方

**活動内容** 区内の介護保険施設でボランティア活動を行います。

対象施設については、介護保険課にお問い合わせください。

(活動例：レクリエーションの補助・利用者の話相手・行事の手伝いなど)

**ポイント制度** 1時間あたり1ポイント(1か月に20ポイントまで)が  
付与され、1ポイント100円に換算した活動交付金

(上限額2万円)を受け取ることができます。

\*施設で行うボランティア活動に対し他から何らかの支援を受けている場合は、当該ポイントの付与対象とはなりません。

**登録方法** 活動対象施設と介護保険課(区役所4階)で受け付けています。

ご不明な点がございましたら、お気軽にお問い合わせください

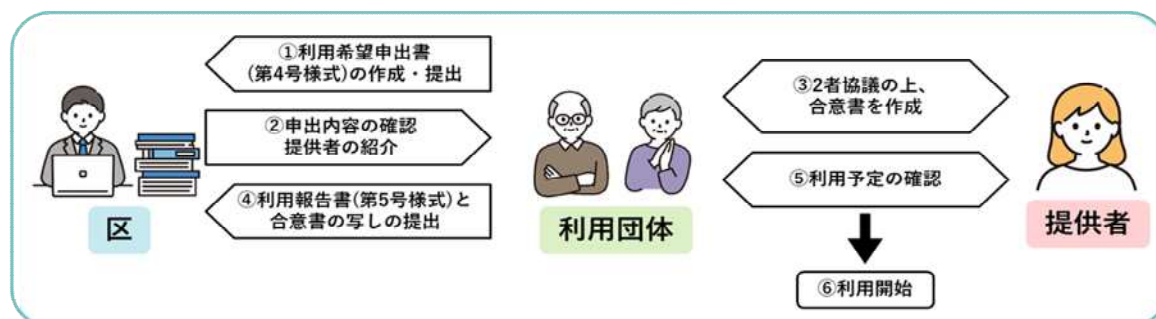


# 通いの場の活動場所を 提供します



高齢期になっても住み慣れた地域で健康で生き生きとした生活を送り続けていくためには、地域における高齢者の介護予防や地域づくり等の活動、会食や交流等の社会参加を行う「通いの場」の活動はとても効果的です。

墨田区では、このような「通いの場」の活動のために、場所（空きスペース）の提供をしてくださる法人や任意団体、個人等を募集し、高齢者の介護予防や健康づくり、サロン等の活動を行う団体に紹介する事業を実施しています。ぜひご活用ください。



## 団体の要件

- ・主な参加者を高齢者とし、高齢者の介護予防、閉じこもり予防及び健康づくり並びに会食、交流等の社会参加を目的とする活動等を、区内において地域住民等が実施すること。
- ・月1回以上活動等を実施できる又は実施が見込めること。
- ・原則として5人以上の構成員で構成され、主催者の存在が明確であること。
- ・活動等をするための自己財源を持ち、その経理が明確であること。
- ・会則、規約等及び構成員名簿を備えていること。
- ・団体として区が区民に情報提供することに同意すること。
- ・団体の活動等への参加が自由であり、又は自己の意志による入会及び退会が可能であること。
- ・営利目的、宗教活動又は政治活動を目的とした団体でないこと。
- ・公序良俗に反しない団体であること。
- ・構成員に暴力団に属する者又は暴力団関係者がいないこと。

## 問合せ

墨田区高齢者福祉課地域支援係

墨田区吾妻橋1丁目23-20

電話：03-5608-6178

FAX：03-5608-6404

申出書の  
ダウンロードは  
こちらから



■「通いの場」の活動のために、場所(空きスペース)の提供をしてくださる法人や任意団体、個人等の募集もしています。



## NPO 法人設立ガイドンス・運営相談等

東京ボランティア・市民活動センターでは、ボランティアグループや NPO をはじめとする市民活動団体の運営等に関して様々な相談を受け付けています。NPO 法人（特定非営利活動法人）の設立を検討している方向けに NPO 法人設立ガイドンスや個別相談、運営に関する相談等も行っています。また、NPO 法人として活動されている団体向けに専門家による専門相談も行っています。

### ■ 個別相談（無料）

原則的にガイドンスにご参加いただいてから個別相談をご利用ください。

### ■ NPO 法人設立ガイドンス（無料）

【内容】 NPO 法の解説、法人化の意義、法人格の選択、申請上の注意点、設立後の事務等について

【開催日】 年 2 回実施

【申し込み】 事前にご予約ください。

開催日程、予約方法等、詳細についてはホームページをご確認ください。



### ■ NPO 法人専門相談（有料）

認定 NPO 法人取得・運営相談、NPO 法人専門相談（会計・税務、法務、労務）  
事前にセンターのスタッフがお話をうかがったうえで、相談の日程を決定します。  
まずはお問い合わせください。

## 情報を探す・投稿する

東京ボランティア・市民活動センターのホームページでは民間助成団体等の助成金の情報や、ボランティアグループ、NPO、市民活動団体を実施する講座・イベント、ボランティア募集など、様々な情報が掲載されています。また、ボランティアグループや、市民活動団体の皆さんからそうした情報を投稿していただくフォームもありますので、ぜひご利用ください。

東京ボランティア・市民活動センター  
ホームページ（トップページ）



【問合せ先】 東京ボランティア・市民活動センター

住所：東京都新宿区神楽河岸 1-1 飯田橋セントラルプラザ 10 階

電話：03-3235-1171 FAX：03-3235-0050

開館時間 火曜日～土曜日：9 時～21 時、日曜日：9 時～17 時

休館日：月曜日、祝祭日、年末・年始



## すみだ生涯学習センター(ユートリヤ)

## 基本情報

すみだ生涯学習センターは、生涯学習活動の拠点として地域の活性化を図るため、施設の貸出（有料・要予約）や生涯学習に関する情報の提供等、様々な事業を行い、区民の皆様の地域活動を支援しています。

住所:墨田区東向島2-38-7 電話:03-5247-2001 FAX:03-5247-2005

開館時間:午前9時から午後9時まで

休館日:毎月第4月曜日、年末年始(12月29日~1月3日)



ホームページ

## 貸出施設情報(有料・要事前予約)

階	名称	広さ	定員	付帯設備	利用方法(例)
1F	リハーサル室	105㎡	20名	アップライトピアノ・音響装置セット	演劇・音楽・ダンスの練習・研修
	展示ギャラリー	196㎡	65名	グランドピアノ・映写音響装置セット	工芸・絵画の展示・各種イベント
2F	陶芸室	36㎡	12名	陶芸窯	陶芸・工芸
	創作活動室(第1)	74㎡	24名		工芸・絵画
	創作活動室(第2)	59㎡	20名		
	創作活動室(第3)	27㎡	9名		
	研修室(第3)	32㎡	18名		学習・各種研修
	多目的室	99㎡	33名		各種研修・絵画
	ホール	269㎡	200名	グランドピアノ・スポットライト	演劇・音楽・踊りの発表、講演
3F	研修室(第1)	83㎡	36名		学習・各種研修
	研修室(第2)	25㎡	12名		
	和室(第1)	53㎡(30畳)	30名	音響装置セット	お花・踊り・着付・ヨガ・各種研修
	和室(第2)	53㎡(30畳)	30名		
	茶室	26㎡(8畳)	8名		お茶・お花
	視聴覚室	98㎡	87名	視聴覚室映写設備	映像機器や音響装置を使った学習
	視聴覚スタジオ	73㎡	15名	アップライトピアノ・ドラムアンプセット	バンド・合唱の練習
	音楽スタジオ	41㎡	10名	アップライトピアノ・ドラムアンプセット	バンド・合唱の練習
編集調整室	51㎡	12名		学習・各種研修	
4F	ドーム	217㎡	162名	プロジェクター	音楽の発表・練習
	講習室A	72㎡	24名	アップライトピアノ	合唱・音楽練習・ヨガ・踊り・研修
	講習室B	27㎡	9名		踊り・学習・研修
	講習室C	35㎡	11名	アップライトピアノ	合唱・音楽練習・ヨガ・踊り・研修
	音楽室	22㎡	5名	ドラムアンプセット	バンド練習
	ピアノ室	14㎡	3名		ピアノ練習
5F	無線室	12㎡	5名		アマチュア無線や打合せ

## 学習相談コーナー

いつでも生涯学習・地域活動に参加できるように生涯学習・地域活動に関する相談・情報の提供等を行っています。

また、随時、指導者や講師、団体・サークル等の登録を受け付けています。

**【問合せ先】電話:03-5247-2008 FAX:03-5247-2005**

### 用意している情報

区内で活動しているボランティア団体・サークルや指導者・講師、講座・イベント情報等

### 人材・指導者登録

#### ★登録すると…

指導者を探しているサークルや、講習会・講座を企画する方などにご紹介します。

#### ★登録できる方

- (1) 文化、芸術、科学、スポーツ、レクリエーション等の分野において特技や学識をもち、実技指導や団体・サークル等の育成に助力できる方
- (2) 墨田区に、生活の本拠を有する方。ただし、区内施設で一定期間講師として活動した方はこの限りではありません。
- (3) 学習活動に深い理解と熱意があり、意欲のある方

#### ★登録方法

人材・指導者登録申請書を学習相談コーナーまでご提出ください。なお、申請書はホームページからダウンロードできます。

### 団体・サークル登録

#### ★登録すると…

- ・これからサークルに入りたいという方、どこか他のサークルと交流したいという団体にご紹介します。
- ・入会案内、活動案内を掲示することができます。

#### ★登録できる方

- (1) 芸術活動を行い、または鑑賞する団体
  - (2) スポーツ・レクリエーション活動を行っている団体
  - (3) 地域活動やボランティア活動を行っている団体
  - (4) その他、生涯学習にかかわる活動を行っている団体
  - (5) 上記(1)から(4)の団体で、主な活動場所が区内である団体
- ※営利を目的とする団体は、登録対象になりません。

#### ★登録方法

団体・サークル登録申請書を学習相談コーナーまでご提出ください。

### すみだ生涯学習センター ボランティア登録

すみだ生涯学習センターでボランティア活動をするセンターボランティアを募集しています。何か始めてみたい方、新しい仲間との出会いが欲しい方等、ぜひお気軽にお問い合わせください。

#### ★登録できる方

- (1) すみだ生涯学習センターに深い理解と熱意を持ち、センターにおいてボランティア活動をする意欲がある方
- (2) 区内在住、在勤又は在学の方
- (3) 18歳未満の方にあつては、その保護者の同意を得た方

#### ★登録方法

「すみだ生涯学習センターボランティア登録申請書」を学習相談コーナーまでご提出ください。なお、申請書は学習相談コーナーで配布しています。

# 地域プラザ

地域における交流・活動の拠点として、本所地域プラザと八広地域プラザの2か所を設けて、施設の貸出(有料・要事前予約)を行っています。

また、親子や高齢者等、幅広い世代を対象に様々な講座・イベントを実施し、地域の活性化を推進しています。詳しくは各施設のホームページをご確認ください。

## 本所地域プラザ BIG SHIP

住所:墨田区本所1-13-4 電話:03-6658-4601 FAX:03-6658-4613

開館時間:午前9時から午後9時まで(受付時間は午後8時まで)

休館日:毎月第3月曜日、年末年始(12月29日～1月3日)



ホームページ

《貸出施設情報(有料・要事前予約)》

階	名称	広さ	定員	付帯設備	利用方法(例)
1F	イベントスペースA	64㎡	50名		展示会・講演会・ダンスの練習
	イベントスペースB	48㎡	30名		
	調理室	23㎡	12名	調理器具	料理教室
2F	学び合い体験室	40㎡	12名		理科実験教室
	和室	30㎡(12畳)	20名		勉強会・打合せ
3F	会議室	50㎡	38名		打合せ・各種研修
	小会議室	36㎡	24名		
4F	多目的ホール	157㎡	120名	プロジェクター・音響設備	発表会・講演会
5F	スタジオ	58㎡	18名	電子ピアノ、ドラムアンプセット	バンド練習

## 八広地域プラザ 吾嬬の里

住所:墨田区八広4-35-17 電話:03-6657-0471 FAX:03-6657-0491

開館時間:午前9時から午後9時まで(多目的運動場のみ午後8時まで)

受付時間:午前9時から午後8時まで

休館日:毎月第3月曜日、年末年始(12月29日～1月3日)



ホームページ

《貸出施設情報(有料・要事前予約)》

階	名称	広さ	定員	付帯設備	利用方法(例)
1F	多目的ホール(楽屋1を含む)	【ホール】129㎡ 【楽屋1】14㎡	120名 10名	音響設備・ピアノ	発表会・講演会
	楽屋2	14㎡	10名		勉強会・打合せ
	音楽スタジオ	57㎡	20名	アップライトピアノ・ドラムアンプセット	バンド練習
	調理室	57㎡	24名	調理器具	料理教室
	屋内運動場	バドミントンコート3面 バスケットボールコート1面	-		バドミントン・バスケットボール等
2F	大会議室	92㎡	60名		打合せ・各種研修
	中会議室	64㎡	40名		
	工作室	42㎡	12名	陶芸窯	陶芸・工芸
	相談室1	19㎡	8名		打合せ
	相談室2	11㎡	4名		
屋外	多目的運動場	テニスコート2面 フットサルコート1面	-		フットサル・テニス

# 地域集会所

地域集会所は、地域の方々が活動の場として利用できる予約制の有料貸出施設です。  
 一般財団法人墨田まちづくり公社と、地域の方々による管理運営協議会が協力して運営しています。  
 ※ 施設によって予約受付時間や利用料金等が異なります。詳しくは墨田まちづくり公社の  
 ホームページをご確認いただくか、下記の問合せ先までご連絡ください。



【問合せ先】 一般財団法人墨田まちづくり公社 電話:03-3616-5254

ホームページ

施設名	所在地	部屋		
		名称	広さ	定員
千歳集会所	千歳2-2-5	和室	32畳	40名
		多目的室	50㎡	30名
立川集会所	立川1-5-2	会議室	50㎡	20名
江東橋集会所	江東橋5-16-15	和室	18畳	20名
		多目的室	55㎡	20名
太平四丁目集会所	太平4-1-4	集会室	67㎡	20名
横川三丁目集会所	横川3-12-12	集会室	68㎡	30名
		和室	28畳	30名
		多目的室	95㎡	40名
業平三丁目集会所	業平3-2-5	和室	36畳	30名
		多目的室	90㎡	30名
		小多目的室	22㎡	10名
なりひら神明橋集会所	業平5-6-2	和室	45畳	40名
		多目的室	81㎡	30名
一寺言問集会所	東向島1-20-6	多目的室	60㎡	30名
寺島集会所	東向島1-23-10	和室	24畳	30名
曳舟集会所	東向島2-17-14	和室	32畳	30名
東向島集会所	東向島4-8-12	和室	32畳	40名
		多目的室	81㎡	40名
押上集会所	押上1-47-6	和室	28畳	30名
京島第一集会所 (たから会館)	京島3-3-6	集会室	102㎡	40名
京島第二集会所 (きらきら会館)	京島3-52-8	集会室	102㎡	40名
八広一丁目集会所	八広1-19-14	和室	32畳	30名
八広中央集会所	八広3-14-5	和室	38畳	40名
		多目的室	41㎡	20名
東あずま公園集会所	立花2-32-12	和室	21畳	30名
		多目的室	42㎡	20名
立花四丁目集会所	立花4-8-10	和室	27畳	30名
		多目的室	180㎡	40名
東墨田うめぞの集会所	東墨田3-19-1	和室	24畳	30名
		和室	8畳	10名

# その他貸出施設一覧

利用団体等が制限される施設もあります。詳しい内容は各施設にお問合せください。

施設名	部 屋					設 備			
	会議室	講習室	集会室	ホール	和室	その他	印刷機	プロジェクター	その他
<b>すみだリバーサイドホール</b> 住所: 吾妻橋1-23-20 電話: 5608-6430	1			1		ミニシアター、ギャラリー			ピアノ、テレビ、DVDプレイヤー、可動ステージ等
<b>曳舟文化センター</b> 住所: 京島1-38-11 電話: 3616-3951	2			1	1	楽屋、レクリエーションホール、茶室			ピアノ、舞台設備一式、通信カラオケセット、スライド映写機、コピー機等
<b>社会福社会館</b> 住所: 東墨田2-7-1 電話: 3619-1051			2	1	1	体育室、世代交流室、高齢者娯楽室・幼児室、にじのかけはし、あそびのへや、学習室・人権図書室、図書室			
<b>みどりコミュニティセンター</b> 住所: 緑3-7-3 電話: 5600-5811	1		1	1	1	発声練習室、スタジオ、トレーニング室			ピアノ、音響装置、可動式舞台、通信カラオケセット
<b>すみだ産業会館</b> 住所: 江東橋3-9-10墨田区・丸井共同開発ビル 電話: 3635-4351	5			1					スライド映写機等
<b>すみだトリフォニーホール</b> 住所: 錦糸1-2-3 電話: 5608-5400				2		練習室3室			ピアノ等
<b>すみだ共生社会推進センター</b> 住所: 押上2-12-7-111 電話: 5608-1771	3			1	1	保育室			ピアノ、コピー機等
<b>いきいきプラザ</b> 住所: 文花1-32-2 電話: 3618-0961		2	1		1	ラウンジサロン、トレーニング室、キッズコーナー			電子ピアノ、テレビ、キッチン用具等
<b>文花子育てひろば</b> 住所: 文花1-20-7 電話: 5630-6027						イベントルーム			
<b>スポーツプラザ梅若</b> 住所: 墨田1-4-4 電話: 5630-8880	1					体育館、トレーニング室			マイク等
<b>墨田区総合体育館</b> 住所: 錦糸4-15-1 電話: 3623-7273	3					体育館、武道場、トレーニング室、プール、多目的競技場、広場			マイク等
<b>墨田区総合運動場</b> 住所: 堤通2-11-1 電話: 3611-9070	3				7	陸上競技場、少年サッカーコート(フットサルコート3面)、トレーニング室、調理室、多目的室、宿泊室(和室7、洋室1)		○	ブルーレイディスクプレイヤー、テレビモニター、キッチン用具等



おすすめ講座

### ボランティア説明会

「ボランティア活動を始めたいけれどきっかけがなくて」、「自分にできる活動にはどんなものがあるだろう？」など、ボランティア活動に関心がある方を対象に毎月1回行っています。

この講座では、すみだボランティアセンターの職員からボランティアに関する基本的な知識や心構えなどを学ぶことができます。

担当：すみだボランティアセンター  
電話：03-3612-2940

#### 【受講後】

ボランティアセンターに登録することで、ボランティアに関する情報誌が届いたり、ボランティア同士の交流会に参加できたりします。さらに、登録することで万が一の事故に備えるためのボランティア保険に自己負担なしで加入ができるため、安心して活動することができます。

### 災害ボランティア講座

近年、各地で大規模な自然災害が発生しています。そしてボランティアは、災害時の復旧・復興に欠かせない存在です。

墨田区社会福祉協議会は、墨田区において大規模な自然災害（地震・風水害等）が発生した場合、「墨田区地域防災計画」に基づき、墨田区からの要請によって『墨田区災害ボランティアセンター』の設置・運営を行うことになっています。

災害が発生したとき、被災現場での様々な活動や災害ボランティアセンターの運営等に入る際に必要なことを学ぶことができます。

担当：すみだボランティアセンター  
電話：03-3612-2940

#### 【受講後】

災害ボランティアとして活動する際の心構えや必要な知識を身につけることができます。

また、災害ボランティアセンターの仕組・役割を理解することで万が一の際に、スムーズに活動に参加することができます。

日ごろから顔の見える関係づくりを行い、万が一の際に協力し合える関係性を作ります。

受講後はぜひ墨田区災害ボランティアにご登録ください。詳しくはこちらのQRコードから確認できます。





## エコライフ講座

「ゼロカーボンシティ」の実現にむけて、楽しみながら無理なく実践できる「環境にやさしい生活（エコライフ）」について、様々な視点で学んでいただける講座を開催しています。

◇令和6年度講座開催例◇

（毎年6回程度実施）

第1回「省エネでエコ・クッキング“パスタセットを楽しもう”」

第4回「ペットボトルキャップでカラビナづくり体験ワークショップ」

担当：環境保全課 環境管理担当

電話：03-5608-6207

## 【受講後】

エコライフ講座修了生で構成される「すみだエコライフサポーター」は、地球温暖化防止の輪を家庭や地域に広げるとともに、温暖化防止や、ごみの減量など地球環境の保全につながる自主的活動を行っています。

また、区が主催するすみだ環境フェアをはじめ、イベントや各種講座に参加・ご協力いただいています。



墨田区環境キャラクター「地球くん」

## 介護予防サポーター養成講座

### （リーダー養成プログラム）

高齢者の介護予防活動を地域で支えていくボランティアを養成する講座（4日制）です。

この講座では、介護予防に関する専門的知識を学ぶほか、健康体操などの演技演習も行います。

担当：高齢者福祉課地域支援係

電話：03-5608-6178

## 【受講後】

講座修了後、墨田区介護予防リーダーとして登録されます。

介護予防体操教室や地域で自主的に介護予防活動しているグループに体操指導を行うほか、運営協力も行います。

スキルアップのための研修会も毎年実施しており、介護予防の知識を幅広く習得することができます。




## 講座情報一覧

原則、事前申し込みが必要になります。(直)と記載のある講座等については、事前申し込み不要です。

### 地域活動・ボランティア

※令和7年4月1日～令和8年3月31日までの講座情報を掲載しています。

事業名・内容	日時	対象	会場	問合せ先
すみだタウンミーティング	未定(年3回程度) ※区ホームページをご覧ください。 くか、お問い合わせください。	区内在住・在勤・ 在学の方等	未定 (区内施設等)	地域活動推進課 まなび担当 5608-6202
日本語ボランティア養成講座 	未定(年8回程度) ※区ホームページをご覧ください。 くか、お問い合わせください。	区内在住・在勤・ 在学で18歳以上	未定 (区内施設等)	文化芸術振興課 都市交流・国際担 当 5608-1459
介護予防サポーター養成講座 (リーダー養成プログラム)	○事前説明会 未定 ○本講座 未定(全4日間程度) ○フォローアップ教室 未定(全2日間程度)	区内在住で講座 修了後に区民ボ ランティアとして、 平日の日中に区 の介護予防事業 等にご協力いただ ける方	未定 (区内施設等)	高齢者福祉課 地域支援係 5608-6178
すみだ地域福祉・ ボランティアフォーラム	7月5日(土)		すみだリバーサイ ドホール	厚生課厚生係 5608-1163 すみだボランティ アセンター 3612-2940
ボランティアに関する相談(年)	通年	どなたでも	すみだボランティ アセンター または すみだボランティ アセンター分館	すみだボランティ アセンター 3612-2940 すみだボランティ アセンター分館 5638-0510
手話講習会 初級(朝)クラス	4月～令和8年3月 (各 全40回)	区内在住・在勤・ 在学の方 (高校生以上)	すみだボランティ アセンター または すみだボランティ アセンター分館	すみだボランティ アセンター 3612-2940
手話講習会 初級(夜)クラス		区内在住・在勤・ 在学の方 (初級修了者)		
手話講習会 中級(朝)クラス				
手話講習会 中級(夜)クラス				
手話講習会 上級(朝)クラス				
手話講習会 上級(夜)クラス				
要約筆記講習会	4月8日(火)～6月24日(火) (全10回)午前10時～正午	講習会終了後に 墨田区内で障害 者福祉のためのボ ランティア活動が できる方	すみだボランティ アセンター	すみだボランティ アセンター 3612-2940
音訳講習会	4月14日(月)～9月29日(月) (全21回) 午後6時半～8時半			
点訳講習会(昼)	4月12日(土)～9月13日(土) (全20回) 午後2時～4時			
すみだボランティアまつり	10月頃(予定)	どなたでも	未定	
災害ボランティア講座	未定(年2回)	区内在住・在勤・ 在学で災害ボラン ティア活動に関心 のある方	すみだボランティ アセンター	すみだボランティ アセンター 3612-2940
ボランティア入門講座	未定(年2回)	どなたでも	未定	
夏体験ボランティア	7月下旬～9月中旬	区内在住・在勤・ 在学の方	すみだボランティ アセンター等	

事業名・内容	日時	対象	会場	問合せ先
すみだ福祉保健センターまつり	10月25日(土)	どなたでも	すみだ福祉保健センター	すみだ福祉保健センター管理課 TEL:5608-3721 FAX:5608-3720
パソコン点訳ボランティア養成講座(全7回)	5月9・16・23・30日(金) 6月6・13・20日(金) 午前10時～正午	講習会終了後に墨田区内でボランティア活動ができる方		
音訳ボランティア養成講座(全4回)	6月4・11・18・25日(水) 午前10時～正午			
パソコンボランティア養成講座(全2回)	令和8年3月14・21日(土) 午後1時～3時			
有償ボランティア すみだハート・ライン21(含ミニサポート事業)登録説明会	通年	18歳以上の健康な方	すみだボランティアセンター分館ほか	すみだハート・ライン21事業室 5638-0511

## 環境

※令和7年4月1日～令和8年3月31日までの講座情報を掲載しています。

事業名・内容	日時	対象	会場	問合せ先
親子で楽しむ緑化講習会	4月12日(土)、 5月17日(土)	区内在住・在学の小学生とその保護者	緑と花の学習園	環境保全課 緑化推進担当 5608-6208
	8月上旬、12月6日(土)		すみだ生涯学習センター(予定)	
リース型ハンギングバスケットづくり講習会	4月21日(月)	区内在住・在勤・在学の方	リバーサイドホールアトリウム	
秋の寄せ植えづくり講習会	10月9日(木)			
森林整備体験(植林体験、親子で林業機械操縦体験、間伐体験)	植林体験:6月(予定) 親子で林業機械操縦体験:8月(予定) 間伐体験:10月(予定)	区内在住・在勤・在学の小学生以上の方	栃木県鹿沼市	
すみだ自然観察会 「池辺の生きもの観察」外	全6回	区内在住・在学の小学生以下の方とその保護者	未定	
大人のためのすみだ自然観察会 「すみだの野鳥を観察しよう」外	全4回	区内在住・在勤・在学の中学生以上の方	未定	
クリスマスを彩るハンギングバスケットづくり講習会	11月下旬～12月上旬	区内在住・在勤・在学の方	未定	
エコライフ講座	年6回程度 10月～2月頃(予定)	区内在住・在勤・在学の方	未定	環境保全課 環境管理担当 5608-6207

## 人権

※令和7年4月1日～令和8年3月31日までの講座情報を掲載しています。

事業名・内容	日時	対象	会場	問合せ先
皮革工芸教室	12月6日(土)	どなたでも	社会福祉会館	社会福祉会館 3619-1051
親子でハッピータイム	12月3日(水)	乳幼児とその保護者		
人権講演会	12月6日(土)	どなたでも		
人権講演会	令和8年2月7日(土)	どなたでも	すみだ生涯学習センター	すみだ人権同和・男女共同参画事務所 人権同和担当 5608-6322

## 健康づくり

※令和7年4月1日～令和8年3月31日までの講座情報を掲載しています。

事業名・内容	日時	対象	会場	問合せ先
リフレッシュ卓球クラブ	毎週月曜日 午前9時半～11時半	区内在住・在勤・ 在学の成人の方	社会福社会館	社会福社会館 3619-1051
バドミントンクラブ(火曜日)	毎週火曜日 午前10時～正午			
バドミントンクラブ(金曜日)	毎週金曜日 午前10時～正午			
食生活講習会	5月28日(水)、10月28日 (火)、2月6日(金)	区内在住・在勤 の方	すみだ保健子育て 総合センター	健康推進課 3622-9165
歯と口の健康週間イベント 「歯・口の健康フェスティバル」	6月5日(木)	区内在住・在勤 の方	曳舟文化セン ター	健康推進課 5608-1462
歯と口の健康週間イベント 「お口の健康 自信ありますか？」	6月12日(木)		すみだリバーサイ ドホール・イベント ホール	
がん対策アクション &ピンクリボンinすみだ2025	9月29日(月)～10月3日(金)	区内在住・在勤 の方	リバーサイドホー ルアトリウム他	健康推進課 5608-8514
すみだ食育フェス2025	6月18日(水)～22日(日)		墨田区役所など	健康推進課 5608-6517
健康セミナー	全3回予定	区内在住・在勤 の方	すみだ保健子育て 総合センター他	健康推進課 3622-9163
「健康づくり教室」第1期	4月9・16・23・30日 5月7・14・21・28日 6月4・11・18・25日 水曜日全12回 〔1時半コース〕 午後1時半～2時50分 〔3時コース〕 午後3時～4時20分 〔6時コース〕 午後6時～7時20分	区内在住の20歳 以上で、医師から 運動を制限されて いない方 〔定員〕 各コース=12人	すみだ福祉保健 センター	すみだ福祉保健 センター管理課 TEL:5608-3721 FAX:5608-3720
「健康づくり教室」第2期	9月10・17・24日 10月1・8・15・22・29日 11月5・12・19・26日 水曜日全12回 〔1時半コース〕 午後1時半～2時50分 〔3時コース〕 午後3時～4時20分 〔6時コース〕 午後6時～7時20分			
「健康づくり教室」第3期	12月10・17・24日 令和8年 1月7・14・21・28日 2月4・18・25日 3月4・11日 水曜日全12回 〔1時半コース〕 午後1時半～2時50分 〔3時コース〕 午後3時～4時20分			

## ご高齢の方に

※令和7年4月1日～令和8年3月31日までの講座情報を掲載しています。

事業名・内容	日時	対象	会場	問合せ先
高齢者身体能力測定会	5月15日(木) 第1部:午前10時～正午 第2部:午後1時半～3時半	区内在住の65歳以上で、医師から運動制限を受けていない方	ひがしんアリーナ	高齢者福祉課 地域支援係 5608-6178
	5月16日(金) 第1部:午前10時～正午 第2部:午後1時半～3時半		すみだ共生社会推進センター	
	10月28日(火) 第1部:午前10時～正午 第2部:午後1時半～3時半		スポーツプラザ梅若	
歩いてスッキリ運動教室～ポールウォーキング編～	4月3日～6月5日毎週木曜日(全10回制) 午前10時～11時15分(予定)	区内在住の65歳以上で、医師から運動制限を受けていない初めて参加される方	隅田公園(そよ風広場)	
元気もりもり教室	5月13日～6月20日の毎週火・金曜日(各全12回制) 第1部:午前9時半～10時半 第2部:午前10時45分～11時45分(予定)	区内在住の65歳以上で、医師から運動制限を受けていない方 ※未受講者を優先	みどりコミュニティセンター	
元気生き生き体操教室	9月3日～11月5日の毎週水曜日(全10回制) 午後1時10分～2時40分自主化サポート教室あり		すみだ共生社会推進センター	
	9月5日～11月7日の毎週金曜日(全10回制) 午後1時10分～2時40分自主化サポート教室あり		本所地域プラザBIGSHIP	
すみだテイクテン教室	5月1日～7月3日の木曜日 午後2時～3時半(全9回制)	区内在住の65歳以上で、医師から運動制限を受けていない初めて参加される方	すみだ生涯学習センター	
	9月16日～11月18日の火曜日 午後2時～3時半(全9回制)		すみだ共生社会推進センター	
	10月9日～12月11日の木曜日 午前10時～11時半(全9回制)		八広地域プラザ 吾嬬の里	
声出し脳トレーニング教室	4月9日～7月9日の水曜日 午前10時～11時半(全14回制)	区内在住の65歳以上で、初めて参加される方	ひがしんアリーナ	
	11月19日～令和8年3月4日の水曜日 午前10時～11時半(全14回制)		すみだ生涯学習センター	
ボディケアプログラム	5月27日火曜日、10月30日木曜日 午後1時15分～2時15分(予定)		ひがしんアリーナ	
カラオケの時間	毎週水曜日	60歳以上の方	社会福祉会館(直)	社会福祉会館 3619-1051
新舞踊教室	5月			
笑顔健康体操教室	4月7・14・21・28日(月) 午前10時～正午 全4回	区内在住の60歳以上の方(運動系の教室は医師から運動制限を受けていない方)	すみだ福祉保健センター	すみだ福祉保健センター管理課 TEL:5608-3721 FAX:5608-3720
やさしい筋力体操教室	4月9・16・23・30日(水) 午後1時半～3時半 全4回			
ハーバリウム教室	4月10日(木) 午前10時～正午 全1回			

事業名・内容	日時	対象	会場	問合せ先
多肉植物の寄せ植え教室	4月17日(木) 午後1時半～3時半 全1回	区内在住の60歳以上の方 (運動系の教室は医師から運動制限を受けていない方)	すみだ福祉保健センター	すみだ福祉保健センター管理課 TEL:5608-3721 FAX:5608-3720
盆踊り教室	4月15日、5月20日、6月3・17日(火)午後1時半～3時半 全4回			
歌謡教室	5月12・19・26日、6月2日(月)午後2時～4時 全4回			
懐メロ脳トレ体操教室	5月8・15・22・29日(木)午前10時～正午 全4回			
たのしい絵手紙教室	5月31日、6月7・14・28日(土)午前10時～正午 全4回			
はじめてのフラダンス教室	6月6・13・20・27日(金)午後1時半～3時半 全4回			
いきいきストレッチ体操教室	6月9・16・23・30日(月)午前10時～正午 全4回			
電話とメールしか使っていない人向けスマホ教室	6月5・12・26日、7月3日(木)午前10時～正午 全4回			
七宝焼教室	9月3・10・17日(水)午後1時半～3時半 全3回			
声出し脳トレ教室	9月4・11・18・25日(木)午後1時半～3時半 全4回			
健康ヨガ体操教室	10月2・9・16・23日(木)午前10時～正午 全4回			
朗読教室	10月7・14・21・28日(火)午前10時～正午 全4回			
スマホ教室	10月29・30日(水・木)午前10時～正午 全2回			
刺し子の花ふきん教室	10月29日、11月5・12・19日(水)午後1時半～3時半 全4回			
脳活エンジョイ遊び教室	11月6・13・20・27日(木)午後1時半～3時半 全4回			
季節の折り紙教室	12月4・11・25日(木)午後2時～4時 全3回			
ゆるりと筋トレ体操教室	1月8・15・22・29日、2月5・12・19・26日(木)午後1時半～3時半 全8回			
サンキャッチャー教室	2月3日(火)午後1時半～3時半 全1回			
自由利用日 (カラオケ)(年)(直)	毎週水曜日 午前10時～正午 午後1時～3時			
自由利用日 (将棋)(年)(直)	毎週水曜日 午後1時～4時半			
長寿のつどい(敬老イベント)	9月9日(火)午後1時半～3時半 全1回			

## 元気高齢者施設のご案内

以下の施設では多様な事業を行っております。

施設名	所在地	問合せ先	事業案内
高齢者福祉センター 立花ゆうゆう館	立花6-8-1-102	3613-3911	60歳以上の方を対象に体操や教養講座を開催しています。また、施設を利用した自主グループ活動も行われています。
高齢者福祉センター 梅若ゆうゆう館	墨田1-4-4	5630-8008	60歳以上の方を対象に体操や教養講座を開催しています。また、施設を利用した自主グループ活動も行われています。 これから何か始めようと考えている方、お友達と一緒に趣味を楽しみたい方など、ぜひご利用ください。
いきいきプラザ	文花1-32-2	3618-0961	高齢者の方を中心に体操や教養講座を開催しています。また、施設を利用した自主グループ活動も行われています。 これから何か始めようと考えている方、お友達と一緒に趣味を楽しみたい方など、ぜひご利用ください。

詳しい内容は各施設にお問い合わせください。

## 障害のある方に

※令和7年4月1日～令和8年3月31日までの講座情報を掲載しています。

事業名・内容	日時	対象	会場	問合せ先
バリアフリーヨガ教室 (全4回)	4月4・11・18・25日(金) 午後1時半～3時半	区内在住で身体 に障害のある方	すみだ福祉保健 センター	すみだ福祉保健 センター管理課 TEL:5608-3721 FAX:5608-3720
多肉植物寄せ植え教室	4月17日(木) 午前10時～正午			
ハーバリウム教室	4月24日(木) 午前10時～正午			
呼吸法体操とやさしいヨガ教室 (全4回)	5月2・9・16・23日(金) 午後1時半～3時半			
ストレッチ体操教室(春) (全4回)	6月5・12・19・26日(木) 午前10時～正午			
椅子に座って出来る筋力アップ 体操教室(全4回)	7月2・9・16・23日(水) 午後1時半～3時半			
いきいき体操教室 (全4回)	8月1・8・15・22日(金) 午前10時～正午			
音楽療法教室(夏) (全4回)	8月6・13・20・27日(水) 午前10時～正午			
七宝焼教室 (全3回)	9月3・10・17日(水) 午前10時～正午			
声出し脳トレーニング教室 (全4回)	9月4・11・18・25日(木) 午前10時～正午			
ストレッチ体操教室(秋) (全4回)	10月2・9・16・30日(木) ※25日除く 午前10時～正午			
元気応援体操教室(全4回)	11月(日時未定)			
音楽療法教室(冬) (全4回)	11月29日12月6・13・20日 (土) 午後1時半～3時半			
笑顔体操教室 (全4回)	12月1・8・15・22日(月) 午前10時～正午			
パソコン教室 (全2回)	12月3日(水)・4日(木) 午前10時～正午			
健康体操教室 (全6回)	令和8年 1月8・15・22・29日、 2月5・12日(木) 午前10時～正午			
サンキャッチャー教室	令和8年2月3日(火) 午前10時～正午			
体力アップ体操教室 (全4回)	令和8年3月 午前10時～正午			
中途失聴者・難聴者向け手話教室【前期】(全10回)	4月22日、5月13・27日、6月 10・24日、7月8・22日、8月12・ 26日、9月16日(火) 午後1時半～3時半	区内在住で中途 失聴・難聴の方		
中途失聴者・難聴者向け手話教室【後期】(全10回)	10月14・28日、11月11・25 日、12月9・23日、令和8年1月 13・27日、2月10・24日(火)午 後1時半～3時半	区内在住で中途 失聴・難聴の方		
視覚障害者向けらくスマホ教室	未定	区内在住で視覚 に障害のある方		



## 子ども・親子・子育て

※令和7年4月1日～令和8年3月31日までの講座情報を掲載しています。

事業名・内容	日時	対象	会場	問合せ先
すみだ少年少女合唱団(年)	定期練習:年50回 主に土曜日・日曜日の午後 演奏会:定期演奏会のほか4回	区内在住または 在学の小学3年生 ～高校3年生	墨田中学校ほか	文化芸術振興課 5608-6212
ジュニア・リーダー研修会	原則、月1回日曜日 午前9時～午後4時半	区内在住・在学の 中学1年生～高 校3年生(ただし、 新規研修生は中 学2年生まで)	区内小学校、区 内施設ほか	地域教育支援課 地域教育支援担当 5608-6311
おれんじたいむ	原則、隔週月曜日 ※こみかんたいむと交互に開催 午前10時～午後1時	おおむね4歳まで のお子さんとその 保護者	子育て支援総合 センター交流室	子育て支援総合セ ンター 3622-1150
こみかんたいむ	原則、隔週月曜日 ※おれんじたいむと交互に開催 午前10時～午後1時	歩けるようになる までのお子さん とその保護者		
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～	年2回時期未定	3歳から小学生の お子さんをお持ち の保護者	すみだ保健子育 て総合センター会 議室ほか(予定)	
乳幼児をもつ親のための子育て講座「ing(いんぐ)」	年2回時期未定	3歳以下のお子さ んをお持ちの保護 者	すみだ保健子育 て総合センター会 議室ほか(予定)	子育て支援総合セ ンター 3622-1150
子育て支援員研修 (子育てサポーター養成講座)	年1回(約10日間) 日時未定	20歳以上で、子 育て支援に理解と 熱意があり、講座 修了後、子育てサ ポーターとして活 動できる方	すみだ保健子育 て総合センター会 議室ほか(予定)	
おもちゃサロン	①②原則として毎月 ①毎週金曜日および第3月曜日 *入れ替え制 午前10時～11時半 午後1時半～3時	保護者同伴のお 子さん、または保 護者同伴の障害 児(年齢不問)	①すみだボラン ティアセンター 1 階 (第1金曜日の午 後と第3月曜日 は、障害のあるお 子さん専用)	①墨田区社会福祉 協議会 おもちゃサロン担当 5655-8361 ②みどりコミュニ ティセンター 5600-5811
	②第4水曜日*入れ替え制 午前10時～11時半 午後1時半～3時		②みどりコミュニ ティセンター 3階 和室	
すくすくクラブ	4月～令和8年3月 毎週水曜日 午前10時～10時 45分	乳児(3～4か月 児)健診後から歩 き始めのお子さん とその保護者	社会福祉会館	社会福祉会館 3619-1051
わんぱくクラブ	4月～令和8年3月 毎週水曜日 午前11時～11時 45分	歩けるようになった お子さんから未 就学のお子さん とその保護者		
おはなしのじかん(年)	毎月第1・3火曜日 午前11時～	乳幼児と その保護者	ひきふね図書館 (直)	ひきふね図書館 5655-2350
	奇数月第2土曜日 午後2時半～	どなたでも		
おひぎでえほん(年)	毎月第4火曜日 午前10時～	乳児と その保護者		
おはなしをきこう(年)	毎月第1・3日曜日 午前11時～	どなたでも		

事業名・内容	日時	対象	会場	問合せ先
子ども読書の日記念行事	4月頃(日時未定)			
夏のおたのしみ会	7月頃(日時未定)	3歳～小学生と その保護者	ひきふね図書館	ひきふね図書館 5655-2350
冬のおたのしみ会	12月頃(日時未定)			
こうさくかい(年)	毎月第3土曜日 午後3時～	4歳～と その保護者		
小さい子どものためのおはなし会 (年)	毎月第2木曜日 午前10時半 ～11時	乳幼児と その保護者		
おはなしのへや(年)	毎月第3水曜日 午後3時～3時半	幼児～小学生	緑図書館(直)	緑図書館 3631-4621
えほんをよもう(年)	毎月第4木曜日 午前10時半～11時			
外国語のおはなし会(年)	毎月第1水曜日 午後3時～3時半			
おはなしよんで(年)	毎月第5土曜日 午後3時～3時半	幼児～小学生と その保護者		
子ども読書の日イベント	4月(日時未定)	幼児～ 小学校低学年	緑図書館	
夏のおたのしみ会	8月(日時未定)			
秋の読書の日イベント	10月(日時未定)	小学生		
冬のおたのしみ会	12月頃(日時未定)	幼児～小学生		
おはなし会(年)	毎週土曜日 午前11時～/午後2時～	幼児～小学生	立花図書館(直)	立花図書館 3618-2620
あかちゃんおはなし会(年)	毎月第3水曜日 午前11時～	乳幼児と その保護者		
子ども読書の日おはなし会	4月(日時未定)	幼児～小学生と その保護者	立花図書館	
夏のおたのしみ会	7月(日時未定)			
夏の工作会	8月(日時未定)	午前:幼児向け 午後:小学生向け		
ハロウィンおはなし会	10月(日時未定)	幼児～小学生と その保護者		
冬のおたのしみ会	未定			
おはなしのじかん(年)	毎月第1・第2・第3・第5土曜日 午前10時半～ (但し、7月、12月は第4週も行 う)	幼児～ 小学校低学年	八広図書館(直)	八広図書館 3616-0846
おはなしひろば(年)	毎月第4土曜日 午前10時半～ (但し、7月、12月を除く)			
おひざでえほん(年)	毎月第2金曜日 午前10時半～	乳幼児と その保護者		
「子ども読書の日」おはなしひろば スペシャル	4月(日時未定)	幼児～ 小学校低学年	八広図書館	
夏のおたのしみ会	7月(日時未定)			
冬のおたのしみ会	未定	幼児～小学生		
おはなしルーム	未定	幼児～小学生と その保護者		

## 子ども施設のご案内

以下の施設では多様な事業を行っております。

施設名	所在地	問合せ先	事業案内
墨田児童会館	墨田2-30-15	3614-7141	<p>児童館は、0歳から18歳までの地域の子どもたちに、安全で安心して遊べる場を提供するとともに、専門の指導員による個別的、集団的な遊びを通じて子どもたちの健全な育成を図ることを目的としています。また、子育て支援の情報の提供や子育てに関する相談も行っています。</p> <p>なお、東向島児童館分館は乳幼児から小学生までとなります。</p> <p>開館時間及び休館日が異なりますので、それぞれの児童館にお問い合わせください。</p>
八広児童館	東墨田1-2-6	3612-8300	
江東橋児童館	江東橋1-15-4	3634-8883	
東向島児童館	東向島6-6-12	3611-2500	
東向島児童館分館	京島1-44-21	6661-8550	
立花児童館 (R7.9.7まで工事のため近隣集会施設等で事業実施)	立花1-27-9	3619-5781 ※工事期間中： 070-1220-2063	
立川児童館	立川1-5-2	3633-2874	
文花児童館	文花1-32-11	3619-5753	
中川児童館	立花5-18-9	3619-7188	
外手児童館	本所2-6-9	3621-4531	
八広はなみずき児童館	八広4-27-8	3617-7060	
さくら橋コミュニティセンター	向島2-3-8	3623-2181	
東駒形コミュニティ会館	東駒形4-14-1	3623-1141	
梅若橋コミュニティ会館	堤通2-9-1	3616-1101	
横川コミュニティ会館	横川5-9-1	5608-4500	

詳しい内容は各施設にお問い合わせください。

## スポーツ

※令和7年4月1日～令和8年3月31日までの講座情報を掲載しています。

### ★身近でスポーツ(直・年)

墨田区では中学校等の体育施設を「スポーツ施設開放」として区民の方に開放しています。

中学生以上の方なら、どなたでも参加できますので、お気軽にご参加ください。

あなたもいっしょに汗流してみませんか。

※学校行事や新型コロナウイルス感染症等の影響により、急遽中止となる場合があります。

参加する前に、必ず区ホームページをご確認ください。

	日時	種目	校名	利用区分
身近でスポーツ (スポーツ施設開放)	4月15日～11月4日・ 令和8年1月13日～2月24日の 毎週火曜日 午後7時～9時 ※5月6日を除く	卓球	曳舟小学校 (京島1-28-2)	個人
	9月3日～12月10日・ 令和8年1月7日～3月4日の毎 週水曜日 午後7時～9時	バレーボール (9人制・ソフトバ レー)	錦糸中学校 (石原4-33-14)	
	4月16日～12月10日・ 令和8年1月7日～3月4日の毎 週水曜日 午後7時～9時	バドミントン	豎川中学校 (亀沢4-11-15) 吾孺立花中学校 (立花5-48-2) 吾孺第二中学校 (八広4-4-4)	
	4月9日～令和8年3月25日の 毎週水曜日 午後7時～9時		旧向島中学校 (東向島4-18- 9)	
身近でスポーツ (スポーツ施設開放)	4月17日～6月27日・ 10月16日～10月31日の 毎週木・金曜日 午後7時～9時	ソフトテニス	寺島中学校 (八広1-17-15)	団体
	4月13日～6月29日・10月19 日～12月14日・ 令和8年1月11日～3月1日の 毎週日曜日 午後1時～4時 ※5月4日を除く			個人
	4月16日～6月25日・ 10月15日～12月10日・ 令和8年1月7日～3月4日の 毎週水曜日 午後7時～9時	硬式テニス		個人
	4月16日～12月10日・ 令和8年1月7日～3月4日の 毎週水曜日 午後7時～9時	バスケットボール		
	4月16日～12月10日・ 令和8年1月7日～3月4日の毎 週水曜日 午後7時～9時	ニュースポーツ		

◎参加費は無料(シャトル等の用品代がかかります。)

◎中学生は、「保護者又は18歳以上の方」の同伴が必要です。

◎参加する場合、万が一に備えてスポーツ保険(傷害保険)等にご加入ください。

(※保険未加入の方の怪我・事故等について、区は責任を負いかねます。)

◎参加を希望の方は、シューズ・道具等を持って直接会場へ。

【問い合わせ】スポーツ振興課 TEL 5608-6312

## スポーツ施設のご案内

以下の施設では多種目のスポーツ事業を行っています。随時参加できますので、お問合せください。


施設名	所在地	問合せ先	ホームページ
墨田区総合体育館	錦糸4-15-1 錦糸公園内	3623-7273	<a href="http://www.sumidacity-gym.com/">http://www.sumidacity-gym.com/</a>
両国屋内プール	横網1-8-1	5610-0050	<a href="https://information.konamisportsclub.jp/trust/ryogoku/">https://information.konamisportsclub.jp/trust/ryogoku/</a>
スポーツプラザ梅若	墨田1-4-4	5630-8880	<a href="https://information.konamisportsclub.jp/trust/umewaka/">https://information.konamisportsclub.jp/trust/umewaka/</a>
すみだスポーツ健康センター	東墨田1-6-1	5247-7755	<a href="https://www.sumispo.com/">https://www.sumispo.com/</a>
墨田区総合運動場	堤通2-11-1	3611-9070	<a href="https://sumidacity-ground.com">https://sumidacity-ground.com</a>
総合型地域スポーツクラブ NPO法人スポーツアズマ	八広4-35-17 (八広地域プラザ内)	3617-9002	<a href="http://www.sd-azuma.com/">http://www.sd-azuma.com/</a>
総合型地域スポーツクラブ NPO法人両国倶楽部	横網1-8-1 (両国中学校内)	3622-5181	<a href="http://ryougokuclub.mods.jp/">http://ryougokuclub.mods.jp/</a>


※高齢の方を対象としたスポーツは「ご高齢の方に」(34～35ページ)の欄で、障害のある方を対象としたスポーツは「障害のある方に」(37ページ)の欄で紹介しています。



# ボランティア情報




1	通訳・翻訳ボランティア
概要	 <ul style="list-style-type: none"> <li>・日本人、外国人を問わず、区の多文化共生事業のため、通訳や翻訳が必要な際にご協力して頂ける方を募集しています。</li> <li>・すべての言語を募集しています。</li> <li>・ご登録いただいたボランティアの皆様には、通訳・翻訳業務依頼のほか、東京都が行う多文化共生事業に関する講座等の情報も、メールで提供を行っています。</li> </ul>
活動時期	通年（ボランティア登録の有効期間は、募集を行った年の4月1日から翌々年の3月31日までの2年間）
募集時期	随時
対象	<ul style="list-style-type: none"> <li>・18歳以上</li> <li>・パソコンのメールアドレスをお持ちの方</li> <li>・パソコンの基本操作ができる方（ワード、エクセル）</li> <li>・外国語の実用的な運用能力を有する方（登録目安（語学力）は区ホームページ参照）</li> </ul>
問合せ先	文化芸術振興課 都市交流・国際担当 03-5608-1459 Fax 03-5608-6934

2	すみだ人権啓発センター
概要	 <p>すみだ人権啓発センターは、人権啓発普及活動を支援することを目的に、平成17年4月に東京人権擁護委員協議会（墨田地区人権擁護委員）と区が共同で設立したボランティア団体です。</p>
活動時期	通年
募集時期	随時
対象	区内在住で、人権啓発普及活動に関心のある満18歳以上の方
問合せ先	すみだ人権同和・男女共同参画事務所 人権同和担当 03-5608-6322 Fax 03-5637-7887

3	市民後見人活動
概要	養成研修を通じて成年後見制度の仕組みや後見人になるための心構えなど幅広い知識を学び、判断能力が十分でない高齢者や障害者に代わって、福祉サービスの契約や財産管理を行います。
活動時期	通年
募集時期	隔年で5～6月頃に募集（令和7年度募集）
対象	区内在住または在勤の70歳未満の方
問合せ先	厚生課 厚生係 03-5608-1163 Fax03-5608-6403

4	子ども学校安全ボランティア
概要	区立小学校に通う子どもの安全を守るための制度 ・保護者や地域の方々による子どもの登下校時のパトロールや見守り活動、挨拶運動など
活動時期	登下校時
募集時期	随時
対象	保護者、地域の方々
問合せ先	各小学校



5	すみだスポーツボランティア
概要	 墨田区ならではの東京2020レガシーであるアマチュアボクシング国内最高峰イベント「全日本ボクシング選手権大会」など、区内スポーツイベント等における運営サポートや来場者対応など
活動時期	通年（イベントごとに登録者の興味・関心に合わせて参加可能）
募集時期	通年（登録者にスポーツボランティア参加機会を随時ご案内）
対象	区内に居住、通勤、通学又は区内に拠点を置く団体に所属している満15歳以上の方（中学生を除く）
問合せ先	スポーツ振興課 スポーツ振興担当 03-5608-6312 Fax 03-5608-6934

6	介護施設でのボランティア
概要	・レクリエーションの補助、利用者の話し相手、行事の手伝い、シーツ交換、洗濯物たたみ等 介護支援ボランティア・ポイント制度が利用できます。65歳以上の墨田区民で介護サービスを受けていない方が、区内の介護保険施設でボランティア活動を行った場合に、1時間あたり1ポイントが付与され、1ポイント100円に換算した活動交付金（年間上限額2万円）を受取ることができる制度です。
活動時期	通年・随時
募集時期	通年
対象	65歳以上の墨田区民で介護サービスを受けていない方
問合せ先	介護保険課 管理・計画担当 03-5608-6924 Fax 03-5608-6938

7	介護予防サポーター
概要	・介護予防教室や地域の自主グループでの体操指導及び補助、運営サポート ・体力測定会での体操指導及び測定補助 介護予防サポーターとして活動するには、事前に「リーダー養成プログラム」（10月～12月頃）の受講が必要です。
活動時期	通年
募集時期	9月頃
対象	区内在住の方で、主に平日の日中に活動ができる方
問合せ先	高齢者福祉課 地域支援係 03-5608-6178 Fax 03-5608-6404


8	音訳者
概要	・図書館の録音図書（視覚障害等を持つ利用者への情報提供を目的として制作した録音物）の作成 ひきふね図書館主催の「音訳者養成講座（全8回）」への参加が必要です。
活動時期	随時
募集時期	夏頃、講座受講生を募集
対象	講座修了後、音訳者として活動できる方
問合せ先	ひきふね図書館 03-5655-2350 Fax 03-5655-2351



9	<b>わんぱく天国 プレーリーダー</b>
概要	<ul style="list-style-type: none"> <li>・わんぱく天国における子どもの遊びの補助</li> <li>・簡単な施設の保守管理・清掃等</li> </ul>
活動時期	通年 午前9時～午後6時（10～3月は午後5時まで）
募集時期	随時
対象	18歳以上で子どもの遊びに理解があり、健康な方（高校生不可）
問合せ先	地域教育支援課 地域教育支援担当 03-5608-6503 Fax 03-5608-6411

10	<b>放課後子ども教室 見守りボランティア</b>
概要	放課後の安全で健やかな居場所づくりを推進するため、各区立小学校において、地域住民等の見守りの中、校庭や体育館での自由遊び、スポーツなどの体験活動、予習、復習などの学習活動等を行っている。
活動時期	通年（夏休みなどの長期休暇を除く） 実施曜日・時間等は各区立小学校で異なる。
募集時期	随時
対象	区内在住・在勤・在学の方（原則）
問合せ先	地域教育支援課 地域教育支援担当 03-5608-6311 Fax 03-5608-6411

11	<b>すみだ教室ボランティア</b>
概要	すみだ教室は、知的障害のある方が自立して生活できるように、仲間づくりや社会生活のルールを学ぶ教室です。 当教室で、講師と協力し、活動のサポートや受講生を指導して下さるボランティアを募集します。
活動時期	5月から2月の間の原則毎月第1・3日曜日（全19回） 午前9時30分から午後3時30分まで
募集時期	3月頃に新規募集（随時）
対象	18歳以上で障害者教育に関心のある方（高校生は不可）
問合せ先	地域教育支援課 地域教育支援担当 03-5608-6503 Fax 03-5608-6411

12	<b>すみだスクールサポートティーチャー（SST）</b>
概要	 児童・生徒の確かな学力の向上と定着に資することを目的とした、学習支援等のボランティア活動を行う支援人材「すみだスクールサポートティーチャー」の登録制度です。
活動時期	基本的に平日の授業時間及び放課後補習中
募集時期	随時（登録制度）
対象	登録時点において18歳以上で、応募要件に当てはまる方
問合せ先	教育委員会事務局すみだ教育研究所 03-5608-6621





13	公園等ボランティア
概要	<ul style="list-style-type: none"> <li>・公園の施設の維持管理に関すること</li> <li>・公園の利用指導に関すること</li> <li>・公園での環境学習に関すること</li> <li>・ボランティア活動の運営事務に関すること</li> </ul>
活動時期	通年（登録は1年更新）
募集時期	随時
対象	どなたでも
問合せ先	公園課 維持担当 03-5608-6661 Fax 03-5608-6410

14	隅田公園さくらパートナーシップ
概要	隅田公園の桜の保全活動(墨堤の桜) <ul style="list-style-type: none"> <li>・桜の保全・調査・記録などの実践活動</li> <li>・勉強会・研修会など、知識を深める活動、情報発信活動</li> </ul>
活動時期	企画検討会（月1回）、定例会（月1回第2土曜日）、勉強会（年1～2回）、研修会（年1回）
募集時期	随時
対象	どなたでも
問合せ先	公園課 維持担当 03-5608-6661 Fax 03-5608-6410

15	公園等愛護委員会
概要	<ul style="list-style-type: none"> <li>・公園等が常に美しい状態となるよう清掃すること</li> <li>・公園等内の雑草を取ること</li> <li>・公園等での危険な遊びや、ほかの利用者への迷惑となる行為をしないよう指導すること</li> <li>・公園等内の施設が壊れたときは、区に連絡すること</li> </ul> <p>活動には協定の締結が必要です。</p>
活動時期	通年
募集時期	随時
対象	地域の住民団体
問合せ先	公園課 計画調整担当 03-5608-6291 Fax 03-5608-6410

16	道路緑化ボランティア
概要	<ul style="list-style-type: none"> <li>・区の管理する道路の植樹柵や緑地帯内に草花を植え、水やりや除草、清掃等を行うボランティア活動</li> </ul> <p>落ち葉、雑草、ゴミ等の廃棄物の処分は、登録者様自身でお願いします。</p>
活動時期	通年（登録は1年更新）
募集時期	随時
対象	区内在住・在学・在勤の方
問合せ先	道路・橋りょう課 計画調整担当 03-5608-6597 Fax 03-5608-6410



17	<b>緑と花のサポーター</b>
概要	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「緑と花の学習園」における緑と花のサポーターコーナーの維持管理</li> <li>・まちなか緑化（緑と花のまちづくり推進地域）における維持管理支援（地域団体の方への園芸指導、花苗の植え替え、花がら摘み）</li> <li>・区主催事業（講習会・イベント）の企画・運営・運営補助</li> </ul>
活動時期	毎週火・木曜日（午前9時30分～午後2時）及びイベント・講習会開催日
募集時期	随時
対象	「緑」を愛する方
問合せ先	環境保全課 緑化推進担当 03-5608-6208 Fax 03-5608-1452

18	<b>すみだ自然環境サポーター</b>
概要	区主催事業（自然観察会）の運営補助、区内の生きもの調査、保全活動など
活動時期	不定期
募集時期	随時
対象	区内の自然や生きものに興味がある方
問合せ先	環境保全課 緑化推進担当 03-5608-6208 Fax 03-5608-1452

19	<b>東京スカイツリー®周辺地域の花の植替えボランティア</b>
概要	東京スカイツリー®の横を流れる北十間川周辺に設置したハンギングバスケット及びプランターの植替え
活動時期	年2回（4月、11月）
募集時期	年2回（3月、10月）
対象	区内在住の方
問合せ先	環境保全課 緑化推進担当 03-5608-6208 Fax 03-5608-1452

20	<b>すみだエコライフサポーター</b>
概要	<ul style="list-style-type: none"> <li>・環境保全・エコライフの啓発活動</li> <li>・区が行う地球温暖化防止に関する事業への協力</li> <li>・区主催のすみだエコライフサポーター担当の講座の開催</li> </ul>
活動時期	定例会（毎月第4火曜日午後）、環境フェ
募集時期	随時
対象	区内在住・在勤・在学の方
問合せ先	環境保全課 環境管理担当 03-5608-6207 Fax 03-5608-1452

21	<b>すみだ環境共創区民会議</b>
概要	<ul style="list-style-type: none"> <li>・環境活動や区の環境施策について協議</li> <li>・環境の共創に関する実践活動</li> </ul> <p>環境の共創：良好で安全かつ快適な環境の維持、回復及び創造並びに環境との共生のこと</p>
活動時期	毎月第4金曜日（午後6時30分～午後8時00分）、環境フェア等
募集時期	2月頃に新規募集
対象	区内在住・在勤で、環境保全活動等に意欲を有する方
問合せ先	環境政策課 環境政策担当 03-5608-6209 Fax 03-5608-1452





# 区内施設等一覧



## 区民施設

すみだリバーサイドホール	吾妻橋1-23-20	5608-6430
--------------	------------	-----------

※すみだリバーサイドホールは令和8年1月から令和9年秋まで改修工事のためご利用いただけません。

東駒形コミュニティ会館	東駒形4-14-1	3623-1141
-------------	-----------	-----------

梅若橋コミュニティ会館	堤通2-9-1	3616-1101
-------------	---------	-----------

横川コミュニティ会館	横川5-9-1	5608-4500
------------	---------	-----------

みどりコミュニティセンター	緑3-7-3	5600-5811
---------------	--------	-----------

曳舟文化センター	京島1-38-11	3616-3951
----------	-----------	-----------

すみだ生涯学習センター	東向島2-38-7	5247-2001
-------------	-----------	-----------

社会福祉会館	東墨田2-7-1	3619-1051
--------	----------	-----------

すみだ共生社会推進センター	押上2-12-7-111	5608-1771
---------------	--------------	-----------

すみだ消費者センター	押上2-12-7-215	
------------	--------------	--

・消費者相談室		5608-1773
---------	--	-----------

・消費者団体活動室(事務室)		5608-1516
----------------	--	-----------

すみだ産業会館	江東橋3-9-10墨田区・丸井共同開発ビル8・9階	3635-4351
---------	---------------------------	-----------

すみだトリフォニーホール	錦糸1-2-3	5608-5400
--------------	---------	-----------

八広地域プラザ	八広4-35-17	6657-0471
---------	-----------	-----------

本所地域プラザ	本所1-13-4	6658-4601
---------	----------	-----------

### 地域集会所

・千歳集会所	千歳2-2-5	・立川集会所	立川1-5-2
--------	---------	--------	---------

・江東橋集会所	江東橋5-16-15	・太平四丁目集会所	太平4-1-4
---------	------------	-----------	---------

・横川三丁目集会所	横川3-12-12	・業平三丁目集会所	業平3-2-5
-----------	-----------	-----------	---------

・なりひら神明橋集会所	業平5-6-2	・一寺言問集会所	東向島1-20-6
-------------	---------	----------	-----------

・寺島集会所	東向島1-23-10	・曳舟集会所	東向島2-17-14
--------	------------	--------	------------

・東向島集会所	東向島4-8-12	・押上集会所	押上1-47-6
---------	-----------	--------	----------

・京島第一集会所(たから会館)	京島3-3-6	・京島第二集会所 (きらさら会館)	京島3-52-8
-----------------	---------	----------------------	----------

・八広一丁目集会所	八広1-19-14	・八広中央集会所	八広3-14-5
-----------	-----------	----------	----------

・東あずま公園集会所	立花2-32-12	・立花四丁目集会所	立花4-8-10
------------	-----------	-----------	----------

・東墨田うめぞの集会所	東墨田3-19-1		
-------------	-----------	--	--

※地域集会所についての問合せ先:一般財団法人墨田まちづくり公社 TEL:03-3616-5254

詳しくは27ページで紹介しています。

## 屋外施設

緑と花の学習園	文花2-12-17	3616-3823
---------	-----------	-----------

## 図書館・資料館・美術館

ひきふね図書館	京島1-36-5	5655-2350
---------	----------	-----------

緑図書館	緑2-24-5	3631-4621
------	---------	-----------

立花図書館	立花6-8-1-101	3618-2620
-------	-------------	-----------

八広図書館	八広5-10-1-104	3616-0846
-------	--------------	-----------

すみだ郷土文化資料館	向島2-3-5	5619-7034
------------	---------	-----------

立花大正民家園 旧小山家住宅	立花6-13-17	3611-4518
----------------	-----------	-----------

すみだ北斎美術館	亀沢2-7-2	6658-8936
----------	---------	-----------

## 教育施設

教育センター 横川5-7-4 すみだ保健子育て総合センター3階 3622-1128

## 保健施設

墨田区保健所 横川5-7-4 すみだ保健子育て総合センター2階 5608-6189

※墨田区保健所(保健計画課、生活衛生課、保健予防課、健康推進課(本所・向島保健センター))は令和6年11月5日(火)に「すみだ保健子育て総合センター(横川5-7-4)」へ移転しました。各課の問合せ先は、区HPをご覧ください。

## 福祉施設

すみだ福祉保健センター	向島3-36-7	5608-3711
すみだステップハウスおおぞら	立花3-2-9	6657-2603
すみだボランティアセンター	東向島2-17-14	3612-2940
すみだボランティアセンター分館	緑4-4-12-1F	5638-0510
立花ゆうゆう館	立花6-8-1-102	3613-3911
梅若ゆうゆう館(シルバープラザ梅若)	墨田1-4-4	5630-8008
いきいきプラザ	文花1-32-2	3618-0961

## 区立スポーツ施設

墨田区総合体育館	錦糸4-15-1	3623-7273
墨田区総合運動場	堤通2-11-1	3611-9070
立花体育館	立花1-25-10	5630-5234
スポーツプラザ梅若	墨田1-4-4	5630-8880
すみだスポーツ健康センター	東墨田1-6-1	5247-7755
八広地域プラザ屋内運動場 多目的運動場 (テニス・フットサルコート)	八広4-35-17	6657-0471
両国屋内プール	横網1-8-1	5610-0050
錦糸公園野球場	錦糸4-15-1	5619-4033
墨田野球場	墨田4丁目地先	3614-6131
荒川四ツ木橋緑地野球場	墨田4・5丁目地先	3614-6131
八広野球場	八広6丁目地先	3614-6131
鐘淵野球場	墨田5丁目地先	3614-6131
隅田公園少年野球場	向島5-6-13	3625-8021
東墨田公園少年野球場	東墨田3-4-14	3611-2062
荒川四ツ木橋緑地少年野球場	東墨田3丁目地先	3614-6131
緑町公園テニスコート	亀沢2-6-4	3623-0605
錦糸公園テニスコート	錦糸4-15-1	5619-4033
堤通公園テニスコート	堤通1-8-1	3610-4170
大横川親水公園テニスコート	緑4丁目22、江東橋1丁目8番地先	3633-9117
東墨田テニスコート	東墨田3-19-6	3618-3337
荒川四ツ木橋緑地競技場	墨田4丁目地先	3614-6131
荒川四ツ木橋緑地地球技場	墨田4丁目地先	3614-6131
荒川四ツ木橋緑地少年サッカー場	東墨田3丁目地先	3614-6131
鐘淵球技場	墨田5丁目地先	3614-6131
荒川緑地フィールドハウス	墨田4-32-10	3614-8633
弓道場	江東橋4-1-3	3633-9463

## 児童館・子育て関連施設

墨田児童会館	墨田2-30-15	3614-7141
八広児童館	東墨田1-2-6	3612-8300
江東橋児童館	江東橋1-15-4	3634-8883
東向島児童館	東向島6-6-12	3611-2500
東向島児童館分館	京島1-44-21	6661-8550
立花児童館(R7.9.7まで工事のため近隣集会施設等で事業実施)	立花1-27-9	3619-5781 ※工事期間中: 070-1220-2063
立川児童館	立川1-5-2	3633-2874
文花児童館	文花1-32-11	3619-5753
中川児童館	立花5-18-9	3619-7188
外手児童館	本所2-6-9	3621-4531
八広はなみずき児童館	八広4-27-8	3617-7060
さくら橋コミュニティセンター	向島2-3-8	3623-2181
墨田区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	3622-1150
※令和6年11月5日(火)に「すみだ保健子育て総合センター(横川5-7-4)」へ移転しました。		
両国子育てひろば	横網1-2-13	3621-6455
文花子育てひろば	文花1-20-7	5630-6027

## 学習情報関連ホームページ

墨田区



墨田区教育委員会



すみだ郷土文化資料館



墨田区立図書館



墨田区教育センター



すみだ北斎美術館



すみだ文化芸術情報サイト



一般社団法人墨田区観光協会



すみだトリフォニーホール



小さな博物館





# 区内関連施設マップ

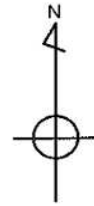


## 【区施設】

- ① ひきふね図書館
- ② 緑図書館
- ③ 立花図書館・立花ゆうゆう館
- ④ 八広図書館

- Ⓐ 墨田児童会館
- Ⓑ 八広児童館
- Ⓒ 江東橋児童館
- Ⓓ 東向島児童館
- Ⓔ 立花児童館
- Ⓕ 立川児童館
- Ⓖ 文花児童館
- Ⓗ 中川児童館
- Ⓙ 外手児童館
- ⓫ 八広はなみずき児童館
- ⓬ さくら橋コミュニティセンター
- ⓭ 緑と花の学習園
- ⓮ 東向島児童館分館

□ 区施設  
■ 区関係施設



★すみだ保健子育て総合センター  
 墨田区保健所（保健計画課、生活衛生課、保健予防課、健康推進課（本所、向島保健センター））、  
 墨田区子育て支援総合センターが集約されました。

## 地域活動ガイドブック

発行日 令和7年4月

編集・発行 墨田区地域力支援部地域活動推進課

〒130-8640 墨田区吾妻橋 1-23-20

電話 03-5608-6202（直通）