



## 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」

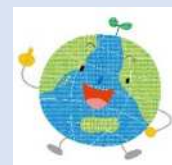
担当：環境保全課 環境管理担当

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				
手話講習会 中級(朝)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(夜)クラス				
手話講習会 上級(朝)クラス		区内在住・在勤・ 在学の方 (中級修了者)		
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)	子育て支援総合セ ンター 3622-1150
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 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	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) 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～ 奇数月第2土曜日 午後2時半～	乳幼児と その保護者 どなたでも	ひきふね図書館 (直)	ひきふね図書館 5655-2350
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)	
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	立花図書館 3618-2620
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。

あなたもいい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)	日時	種目	校名	利用区分
	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			
	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	墨田中学校 (向島4-25-22)		

◎参加費は無料(シャツ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。