

地域活動 ガイドブック

令和 **6** 年度号

- 《特集》「すみだ生涯学習センター」
- 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(5 ページ～)

区の支援制度(13 ページ～)

東京ボランティア・市民活動センター
(24 ページ)

貸出施設ガイド(25 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(5 ページ～)

貸出施設ガイド(25 ページ～)

講座情報(30 ページ～)

ボランティア情報(44 ページ～)

注意事項

■本書は令和6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。

■すみだ保健子育て総合センター開設【11月5日(火) 開設予定】に伴い、向島保健センター、本所保健センター、子育て支援総合センター、健康推進課及び生活衛生課は、当施設に集約されます。最新の情報については区HPをご確認ください(すみだ保健子育て総合センターの開館までは現住所・電話番号で業務を継続します)。

■すみだボランティアセンター分館は令和6年4月15日(月)以降の情報を記載しています。



も く じ



《特集》「すみだ生涯学習センター」

1ページ～2ページ

「地域人材情報登録」「地域活動団体登録制度」

3ページ～4ページ

登録団体の紹介

5ページ～12ページ

区の支援制度《助成金・補助金》

13ページ～19ページ

すみだの力応援助成事業……………13 ページ
 すみだの夢応援助成事業……………15 ページ
 地域力向上推進事業補助金……………17 ページ
 子育て支援活動助成事業……………17 ページ

飼い主のいない猫の不妊手術等費用助成事業…18 ページ
 家庭教育学級補助金交付事業……………18 ページ
 老人クラブ助成金……………18 ページ
 墨田区食支援団体利用環境整備等運営補助金…19 ページ

区の支援制度《助成金・補助金以外の支援制度》

20ページ～23ページ

すみだボランティアセンター
 ボランティア登録制度……………20 ページ
 緑と花のまちづくり推進地域制度…20 ページ
 すみゆめプロジェクト……………21 ページ

すみだ文化芸術情報サイト……………21 ページ
 墨田区老人クラブ……………22 ページ
 介護支援ボランティア・ポイント制度…23 ページ

東京ボランティア・市民活動センター

24ページ

NPO 法人設立ガイダンス・運営相談等…24 ページ

情報を探す・投稿する……………24 ページ

貸出施設ガイド

25ページ～29ページ

すみだ生涯学習センター……………25 ページ
 本所地域プラザ・八広地域プラザ…27 ページ

地域集会所……………28 ページ
 その他貸出施設一覧……………29 ページ

講座情報

30ページ～43ページ

おすすめ講座……………30 ページ
 地域活動・ボランティア……………32 ページ
 環境……………33 ページ
 人権……………34 ページ
 健康づくり……………34 ページ
 ご高齢の方に……………36 ページ

元気高齢者施設のご案内……………38 ページ
 障害のある方に……………39 ページ
 子ども・親子・子育て……………40 ページ
 子ども施設のご案内……………42 ページ
 スポーツ……………42 ページ
 スポーツ施設のご案内……………43 ページ

ボランティア情報

44ページ～48ページ

区内施設等一覧

49ページ～51ページ

区内関連施設マップ

52ページ



《特集》

すみだ生涯学習センター



生涯学習活動や文化活動、地域活動の拠点となる施設「すみだ生涯学習センター」を紹介します。

祝！開館 30 周年を迎えます！

～すみだ生涯学習センターからみなさまへのメッセージ～

すみだ生涯学習センターは 30 周年を迎えます。区民のみなさまの生涯学習活動をサポートし、身近で愛される施設となりました。今後も生涯学習・地域活動に力を入れ、みなさんが“つながる施設”へと育てていきたいと思えます。30 周年記念事業として、ロゴの作成やサークル支援の機会を増やすイベント、30 年を振り返るイベントなどを企画していますので、お楽しみに！

▶ おすすめの貸出施設をピックアップ

※その他の貸出施設については 25 ページで紹介しております。

★展示ギャラリー

＜利用例＞

作品の展示会での利用はもちろん、講演会やイベントスペースとしてもご利用いただけます。ウッドデッキや道路に面した明るく開放的なスペースなので「イベント参加者以外の方たちにも、活動を知っていただける機会になった」「ユートリヤの建築を感じることができる面白い空間」とのお声をいただいています。展示パネルのレイアウトやプロジェクター等の利用で、違った雰囲気 연출 することができることも魅力です。

＜特徴＞

- * 196 m² 定員 65 名(展示以外で利用の場合)
- * 展示会・展覧会だけでなく、講演会やイベント等にも利用可能
- * 有料でプロジェクター・スクリーン・マイクなど使用可



★創作活動室

＜利用例＞

工芸や手芸、絵画、習字など創作活動にぴったりのお部屋です。シンクやコンロ、創作活動室 1 にはイーゼルもあるので、自由に「ものづくり」をしたい方にオススメです。

夏休みの工作や自由研究を、ご家族やお友達と一緒に楽しみたい！というお子さまにもぴったりのお部屋です。

＜特徴＞

- * 1～3 まで異なる大きさのお部屋があります
- * 創作活動室 1 74 m² 定員 24 名
- * 創作活動室 2 59 m² 定員 20 名
- * 創作活動室 3 27 m² 定員 9 名



★視聴覚室

<利用例>

DVD や BD、お持ち込みのパソコンを接続して、スクリーンに映像を投影しながら活動することができます。マイクやCDカセットデッキだけの使用ならお部屋代だけでご利用いただけます。

講習会などのサークル活動やマンションの総会などにも◎

87席の座席は傾斜があるので、後ろの席からでも話している人の顔や映像がしっかり見えます。

<特徴>

*98㎡ 定員 87名

*プロジェクター&音響設備完備 (有料)

*講習会・説明会・総会などにご利用いただけます



▶ボランティアに参加してみませんか？

施設で活動するボランティア（センターボランティア）を随時募集しています。

施設主催事業の受付や場内整理といったサポートや、「庭部（施設の植栽管理など）」「星組（プラネタリウム上映会のサポート）」等の部活動形式で興味ある活動に参加いただけます。

※詳しい登録方法については26ページをご参照ください。



▶主催事業のご紹介

地域活動のきっかけや支援になる講座、すみだの魅力を変えて発見する講座などを開催しています。こちらでは一部をご紹介します。

★『ユートリヤプランナー養成講座』

（6～8月開催予定）

講座企画の立て方から企画書の書き方、効果的なプレゼンテーションまで実践を交えて学ぶことができる講座です。

★『区民企画提案プロデュース講座』

（7～8月募集予定）

「こんな講座があったらいいな」を実現させてみませんか？地域の課題解決に向けて講座企画を募集し、応募企画のなかから2～3講座を実際に講座として実施します。

【お問合せ】 「すみだ生涯学習センター（ユートリヤ）」

開館時間：9:00～21:00

休館日：毎月第4月曜日（祝・休日の場合は翌日）、年末年始（12月29日～1月3日）

〒131-0032 墨田区東向島 2-38-7 ☎ TEL：03-5247-2001

🌐 HP： <https://www.yutoriya.jp>

※詳しい利用案内やイベント情報などは、ホームページもご覧ください。



ホームページ



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皆さまに向けて、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お届け！

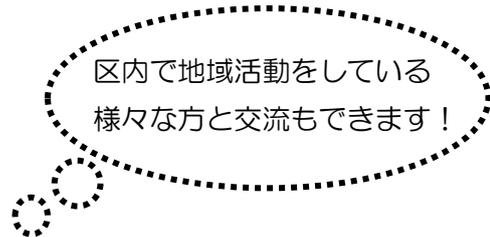
⇒助成金・補助金情報や、地域活動に関する講習会や交流会などのイベント情報を適宜、メールで提供します。昨年度は秋に「集客力UPのための企画力向上講座」を開催し、参加者の皆さまには楽しく交流しながら実際に企画書作成のコツを学んでいただきました。

★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、随時募集します。



【タウンミーティングの様子】



▶ 申込み（詳細はホームページをご確認ください。）

申込方法は2通りです。以下の①又は②のいずれかの方法でお申込みください。

1. 右記コード等から区ホームページにアクセスし、「電子申請」から申請ください。
2. 4 ページ下の担当までお問合せいただき、「地域人材情報登録書」を受領し、必要事項をご記入の上ご提出ください。



【コード：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…！>

地域人材情報登録の支援制度（地域活動に役立つ情報提供・区主催事業へのご参画）に加え、以下の支援も受けることができます！

★「地域活動ガイドブック」や区ホームページに掲載できる！

⇒ 主な活動内容など、団体の基本的な情報を掲載します。

★「地域の力応援通信」(年4回発行)にも掲載できる！

⇒ 登録団体主催のイベント情報やボランティア募集などを掲載します。



▶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活動団体であること。
- 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、主な活動内容、主な活動場所、活動スケジュール、団体ホームページ・SNSのURL、団体問合せ先（電話番号・メールアドレス）、会員募集の有無、ボランティア募集の有無 など

【連絡責任者】（非公開）

担当者氏名、電話番号、メールアドレス

▶申込み（詳細はホームページをご確認ください。）

【申込みに必要なもの（2点）】

1. 団体運営に関する規則
 2. 団体の役員名簿
- ※ いずれもデータをご用意ください。

【手順】

区ホームページに（HP）にアクセスし、「申込みフォーム」に必要事項を入力し、申請してください。（※ 申請後、自動返信メールが届きます。届かない場合は担当までご連絡ください。）



【コード：区 HP】

【問合せ】

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

次のページでは、現在ご登録いただいている団体の紹介をしています！





登録団体の紹介



「地域活動団体登録制度」には、様々な分野の団体が登録されています。各登録団体の活動内容をご紹介します。一部の団体では会員・ボランティアを募集しています。興味・関心があれば、活動に参加してみたいかどうか？

◆「すみだの子育てを応援したい」「子どもたちの成長を後押ししたい」…

【おすすめの団体】

☆[一般社団法人SSK…7ページ](#)

☆[特定非営利活動法人子育てひろば・かあかのおうち…8ページ](#)

☆[ふあんらいむ…11ページ](#)

◆「学習支援に興味がある」…

【おすすめの団体】

☆[子どもスクエア…8ページ](#)

◆「高齢者の健康増進・いきがいづくりに貢献したい」…

【おすすめの団体】

☆[特定非営利活動法人アイデアツリーヒラメキ…7ページ](#)

☆[特定非営利活動法人声とことばの力…8ページ](#)

◆「多文化共生を実現したい」「国際交流に関心がある」…

【おすすめの団体】

☆[特定非営利活動法人すみだ多文化共生交流会…10ページ](#)

◆「地域コミュニティの活性化に貢献したい」「農作業に関心がある」…

【おすすめの団体】

☆[特定非営利活動法人寺島・玉ノ井まちづくり協議会…10ページ](#)

◆「ものづくりが好き」「移動図書館に興味がある」…

【おすすめの団体】

☆[すみだ新製品開発プロジェクト…9ページ](#)

☆[すみだ de ハンドメイド…10ページ](#)

◆「すみだの魅力を発信したい」「歴史や文化を学び体験したい」…

【おすすめの団体】

☆[江戸東京博物館友の会…7ページ](#)

☆[スミダ SGEP…9ページ](#)

☆[すみけんサークル…9ページ](#)

◆「スポーツが好き」「スポーツの振興に携わりたい」…

【おすすめの団体】

☆特定非営利活動法人両国倶楽部…12ページ

◆「音楽・演劇に関心がある」「すみだの芸術振興に携わりたい」…

【おすすめの団体】

☆すみだ美音グループ 想いをカタチにすみだで Be on! …11ページ

☆特定非営利活動法人トッピングイースト…11ページ

☆NPO団体未来表現教育ラボ…12ページ

◆「人権問題（見た目問題）に関心がある」…

【おすすめの団体】

☆特定非営利活動法人マイフェイス・マイスタイル…12ページ

ホームページでも団体情報をご覧ください !!

7ページから12ページまで掲載されている各団体の情報は区ホームページにも掲載しています。

また、今後、新たに登録される団体は、随時、区のホームページに情報を掲載していきます。最新の登録団体は、右記コード(区ホームページ)からご確認ください。



【コード】

すみだNPO協議会のご紹介

墨田区内で活動しているNPO法人や一般社団法人などで結成した任意団体です。

32 団体(運営会員 26 団体、賛助会員 6 団体)が参加し、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、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
- ※ 加入には年会費がかかります。(運営会員:2,000 円、賛助会員:1,000 円)



ホームページ

【問合せ先】 MAIL:sumida-npo-info@googlegroups.com

団体名	特定非営利活動法人 アイデアツリーヒラメキ		
活動内容	電気・電池を使わずに自己肯定感向上グッズで感動を！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、知育につながるアナログゲームを開発し、区内の小学校や地域のイベントに出向き、開発したゲームの説明・体験会を行っています。また、すみだNPOフェスティバルにて実演しています。		
その他 (ボランティア募集等)	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！ 子供が好きな方、パソコンが得意な方、実現したいアイデアをお持ちの方など、大歓迎です！		
問合せ先	電話：03-6658-8092 MAIL：info@hirameki.co.jp	ホーム ページ	

団体名	一般社団法人SSK		
活動内容	「非日常の体験を通して あそびゴコロあふれるやさしい社会を実現する」をミッションにキャンプなどの野外活動を定期的に行うとともに、「遊びを引き出す道具と素材」を積んで「遊びを支援するプレリーダー」とともに地域を回る車「からふる号」を運営し、地域のさまざまな場所に出向いて遊び場を設けています。また、千葉大学墨田サテライトキャンパスを拠点に、墨田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場を作るプロジェクト「あそび大学」にも携わっています。他にも、PTAやこども会などの地域団体のイベント・団体の運営支援等も行っています。		
その他 (ボランティア募集等)	移動式あそび場「からふる号」を派遣します！ 屋外でイベントを実施する際には、ぜひご検討ください。派遣依頼は、ホームページの申込フォーム又は下記の問合せ先までご連絡ください。		
問合せ先	電話：090-1818-3739 MAIL：info@ssk.tokyo	ホーム ページ	

団体名	江戸東京博物館友の会		
活動内容	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。(博物館休館中のため、規模を縮小して活動) 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。		
その他 (ボランティア募集等)	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。		
問合せ先	MAIL：edotomo-jim@edo-tomo.jp	ホーム ページ	

団体名	特定非営利活動法人 声とことばの力		
活動内容	朗読を活用した高齢者の介護・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づくり、Well-Beingの達成に向けて活動しています。年に2回、春期(4月～)、秋期(11月～)に区と連携して「声出し脳トレーニング教室」を開催しています。また、人材育成事業、教育事業として、専門人材「健康朗読指導士®」「認知症予防実践指導士®」等の通信・通学講座の運営を行っています。		
その他 (ボランティア募集等)	シニアの健康増進、生きがいづくりに興味・関心のある方等、 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。		
問合せ先	電話: 03-5669-4688 MAIL: info@koetokotoba.org	ホーム ページ	

団体名	特定非営利活動法人 子育てひろば・かあかのおうち		
活動内容	子育てひろば・かあかのうち(墨田区東向島 6-16-10)は、妊娠期から保育園や幼稚園に入園する前の在宅子育てを中心に、子育てを行うパパ・ママを応援している施設です。生後1ヶ月からの赤ちゃんの一時預かりを行いながら、親子と一緒に遊んで過ごせる「ひろば」を開催しています。「ひろば」では、英語教室やピラティスなどの定期イベント、ひなまつりやハロウィンなど季節のイベント、両親学級や救急救命講座など子育てに役立つイベントを行っています。特に、かあかのおうちで用意する離乳食を食べながら、親と子・親同士が楽しく交流する‘赤ちゃん食堂’は出張含め毎月2回開催しており、人気です。		
その他 (ボランティア募集等)	いつでも新米ママ・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☆		
問合せ先	電話: 03-3614-5016 MAIL: kaakanoouchi@may.so-net.jp	ホーム ページ	

団体名	子どもスクエア		
活動内容	小学生が、遊び、学び、表現できる環境づくりを目的に【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、遊びのうちに英語や防災について学べます。英語が堪能で小学校教諭、幼稚園教諭、保育士や防災士など、幅広い資格をもったスタッフが子どもたちに楽しく安心して過ごせる居場所を提供します。		
その他 (ボランティア募集等)	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、子どもたちの教育に興味・関心のある方など、大歓迎です! お気軽にご連絡ください。		
問合せ先	電話: 03-3611-4563 MAIL: r.terakoya0902@gmail.com	ホーム ページ	

団体名	すみけんサークル		
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」の実現に貢献することを目的に、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、SNSや紙媒体などで発信しています。原則、第3土曜日に街歩き・クイズ制作等を行っています。また、年に一度、制作したクイズを集めた小冊子を制作し、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。		
その他 (ボランティア募集等)	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 な人・興味のある人ならなどなたでも大歓迎です。お気軽にご連絡ください。		
問合せ先	電話： 090-8961-5190 MAIL： oonoda@sumiken.org	ホーム ページ	

団体名	すみだ新製品開発プロジェクト (SSKP)		
活動内容	下町の中小企業が一丸となってSDGsの視点を取り入れ、環境に配慮した、社会的課題を解決するこれまでにない新製品・新商品・新サービスを創造して墨田区から発信しています。2021年に災害対応のリヤカー型移動図書館(北斎丸)を制作し、墨田区内の公園や商店街で移動図書館を実施しました。現在も月1回程度東向島児童館分館(キラむこ)や商店街イベント等に参加して移動図書館を開催しています。毎月第3木曜日に定例会を実施し、活動予定等話し合っています。また、芝浦工業大学の学生さんたちと防災についてのミーティングも行っています。		
その他 (ボランティア募集等)	当会の活動趣旨にご賛同いただける方、ものづくりが好きな方等、 一緒に活動する仲間(会員)を募集しています! また、 移動図書館のお手伝いをしてくれるボランティアも募集中です! 子供が好きな方、大歓迎です。お気軽にご連絡ください。		
問合せ先	電話： 03-3610-2200(三進製作所内) MAIL： ichichokan@sanshins.co.jp	ホーム ページ	

団体名	スミダSGEP		
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平成26年に発足した団体です。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。		
その他 (ボランティア募集等)	「スミダSGEP」が制作した映像の上映会を開催しませんか? 戦争を知らない世代など、一人でも多くの方に制作した映像を鑑賞していただくため、町会・自治会やPTAの会合等の機会に上映会を開催していただける方を募集しています。詳細は、下記 の問合せ先までご連絡ください。		
問合せ先	電話： 090-4004-2178 MAIL： t.tatai-1104@docomo.ne.jp		

団体名	特定非営利活動法人 すみだ多文化共生交流会（SMC）		
活動内容	墨田区在住・在勤の外国人の生活全般の相談支援活動を中心に、多文化・多世代による交流イベントや講演会等を通じて、ともに学び、助け合う地域コミュニティの形成を目的に活動を行っています。具体的には、在住外国人の日常の悩みを聞き、適切な支援に繋げる「まちかど相談室」を、区内各所で行われているイベントに出店して実施するとともに、「多文化交流カフェ」や「すみだ多文化交流フェスティバル」など、在住・在勤外国人と日本人の交流を促進するイベントを適宜開催しています。		
その他 (ボランティア募集等)	「まちかど相談室」の相談員やイベント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！ 外国語が得意な方や多文化交流に関心のある方、日本人・外国人共に大歓迎です。また、 当会の運営に携わってくれる仲間(会員)も募集中です！		
問合せ先	電話： 080-9032-9966 MAIL： npo.smc2021@gmail.com	ホーム ページ	

団体名	特定非営利活動法人 寺島・玉ノ井まちづくり協議会		
活動内容	「人々が笑顔でふれ合える街・育っていける街」にすることを目的に、暮らしの中で土にふれ、農体験の楽しさを感じながら、地域の方々がふれあい、繋がる機会や場を提供するため、「たもんじ交流農園」(墨田区墨田 5-30-19)を運営しています。農園では、地域の方々に一部の区画の貸出を行うとともに、共用の区画では、参加自由型で自然農法にて寺島なすなどを栽培したり、近隣の児童館の子供たちの収穫体験などに活用しています。「ほたるのすみかプロジェクト」や、「たもんじ交流農園便り」の発行も行っています。区内まちなかに農的空間をもっと広めるお手伝いを始めます。また、「寺島なす」をバトンタッチして、人と地域をつなぐ“青果リレー”や、夏にはそよ風広場で「寺島なす★祭り」の開催と、さまざまな活動に取り組んでいます。		
その他 (ボランティア募集等)	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・野菜作りや環境保全に興味・関心のある方、まちづくりや地域活性化のために地域の交流の輪を広げていきたい方など、大歓迎です！		
問合せ先	電話： 090-3222-2688 MAIL： info@teratama.tokyo	ホーム ページ	

団体名	すみだ de ハンドメイド		
活動内容	子どもたちが幼い頃から「ものづくり」を体感し、その楽しさを知り創造力や発想力を育み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。世代を超えたコミュニケーションの場にもなり人々とのつながりが生まれます。これらを目的とし「芝生 de ワークショップ」等子どもも大人も楽しめるイベントを開催いたします。		
その他 (ボランティア募集等)	ハンドメイドが好きな方、子どもが好きな方等、 一緒に活動する仲間を(会員)を募集しています！ また、 イベント実施時にはボランティアも募集します。 お気軽にご連絡ください。		
問合せ先	MAIL： sumidadehandmade@gmail.com	インスタ グラム	

団体名	特定非営利活動法人 トッピングイースト		
活動内容	子どもたちが世界中の響きの美しい音楽に触れ、練習を重ね、発表会を行う「ほくさい音楽博」。アーティストの和田永を中心に、使わなくなった電化製品を楽器化し、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！」。東東京をコムアイ、寺尾紗穂ら女性アーティストがリサーチし地域の隠れたリソースを掘り起こしていく「BLOOMINGEAST」といった3つのプロジェクトを軸に、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拡張しています。		
その他 (ボランティア募集等)	イベント開催時にお手伝いをしてくれる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、文化に関心がある方大歓迎です！お気軽にご連絡ください。		
問合せ先	電話： 080-9671-7507 MAIL： info@toppingeast.com	ホーム ページ	

団体名	すみだ美音グループ 想いをカタチにすみだで Be on !		
活動内容	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などを開催しています。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。		
その他 (ボランティア募集等)	楽しいことが好き！笑っていることが好き！な、一緒に活動して下さるメンバーさん、お待ちしております。 お気軽にご連絡ください。		
問合せ先	電話： 070-8570-2651 MAIL： stgivepr@gmail.com		

団体名	ふぁんらいむ		
活動内容	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。プログラムでは、音楽に合わせたふれあいあそび(おとあそび)を、お子さまにとって一番安心できるママ・パパの声といっしょに行うことで、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、子育て支援施設などでのイベントを開催しています。		
その他 (ボランティア募集等)	乳幼児期は人間の心を作るとても大切な時期。毎日のふれあいでのママ・パパの声や手の温度や柔らかさなど、小さな気づきの積み重ねが親子間の信頼関係やお子様の協調性・社会性を育てます。		
問合せ先	MAIL： info@funrhyme.com	ホーム ページ	

団体名	特定非営利活動法人 マイフェイス・マイスタイル (MFMS)		
活動内容	<p>先天的(生まれつき)または後天的(事故や病気等)な理由で、人目に触れる部分に、特徴的に目立つ症状をもつ人たちがぶつかる様々な困難を、当事者のケア、啓発活動、政策提言などを行い解決し、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て活動をしています。「見た目」に症状がある人を被写体とした写真展や交流会の開催、人権に関する講演会への登壇のほか、メディアへも積極的に働きかけを行う等、さまざまな取組を行っています。</p>		
その他 (ボランティア募集等)	<p>「見た目問題」は当事者だけが頑張ればよい問題ではなく、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。そのためには、皆様のご協力が必要です！私たちの活動にご支援のほどよろしく申し上げます。</p>		
問合せ先	MAIL: info@mfms.jp	ホーム ページ	

団体名	NPO団体未来表現教育ラボ		
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。又、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開催しています。</p>		
その他 (ボランティア募集等)	<p>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。</p>		
問合せ先	MAIL: ta@lead-protagonist.com 電話: 070-2318-6591	ホーム ページ	

団体名	特定非営利活動法人 両国倶楽部		
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として、墨田区立両国中学校等を拠点にして活動をしている総合型地域スポーツクラブです。①ヨガ②硬式テニス③バレーボール④卓球⑤フレイル予防体操⑥スポーツウェルネス吹矢⑦ビーチボールバレー⑧バドミントン⑨ミニバス⑩フラ⑪太極拳⑫ストレッチ体操⑬フットサル⑭健康体操教室など、14種目のスポーツを毎月開催しています。</p>		
その他 (ボランティア募集等)	<p>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。入会金等の詳細はホームページ又は以下の問合せ先までご連絡・ご確認ください。</p>		
問合せ先	事務局 開局時間(日曜・祝日はお休み) 月曜～金曜・・・午後1時から午後6時まで 土曜・・・午後1時から午後4時まで 電話: 03-3622-5181 MAIL: ryougoku_club@jcom.home.ne.jp	ホーム ページ	



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

今年度より、応募要件を緩和しました！詳細については下記担当までお問合せください。



申請方法

【事前確認期間】令和6年**4月15日(月)～5月22日(水)**

【申請受付期間】令和6年**4月15日(月)～5月28日(火)**

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



【子育て・教育】

専門家による子育て相談会
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】

傘のシェアリング事業 等

令和5年度の助成事業は次のページでご紹介中⇒

【歴史・文化】

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】

多文化交流カフェ 等

【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5年度助成事業のご紹介

【団体名】 事業名



令和5年度は3団体の事業がすみだの力応援助成事業として実施されました！

【一般社団法人 SSK】

立花団地みちあそび

毎月1回程度、立花一丁目団地2号棟と3号棟の前の道で子どもも大人も楽しめるみちあそびを実施しました。チョークで落書きできるくるま「からふる号」をはじめ、コマやけん玉などの昔遊びや、廃材を使ったオリジナル遊具による様々なあそびを通して、子どもと地域の人々を繋ぐ場づくりに取り組みました。また、地域食堂こだちと連携し、同時開催することでより地域交流を深めることができました。

[団体ホームページ]

右記コードを読み込んでください。



【特定非営利活動法人寺島・玉ノ井まちづくり協議会】

すみだの江戸野菜・寺島なすを広めたい

第2回「寺島なす★祭り」の開催事業

8月に隅田公園のそよかぜ広場にて「寺島なす★祭り」を開催しました。墨田区内の飲食店に寺島なすを食材としたメニューを開発してもらい、来場者による投票でグランプリを決定するコンテストを行いました。本イベントを通して、すみだの江戸野菜である「寺島なす」の魅力を広く周知し、食文化の発展にも繋がりました。

[団体ホームページ]

右記コードを読み込んでください。



【すみだ未来枠】

新・すみっこ探検隊！

11月に本所地区にて、墨田区に住む親子を対象としたまち歩きをしながら謎解きをするイベントを実施しました。謎解きを通して、今まで知らなかった墨田区の魅力を発見できたり、地域の人々との交流を深めることができました。また、親子で参加できる折り紙やものづくりに関するワークショップも数回開催し、親子参画の場を提供しました。

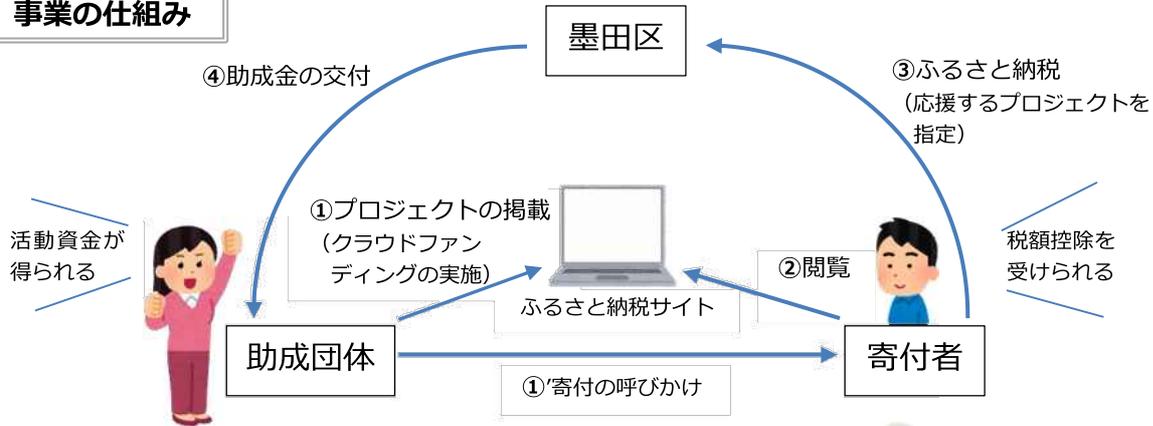




すみだの夢応援助成事業

区内で実施する「新規性のある意欲的なプロジェクト」に対し、事業実施に要する経費を助成する制度です。「ふるさと納税を活用したクラウドファンディング」に挑戦していただき、集めた寄付金は全額を助成金として交付します。

事業の仕組み



応募できる団体

- ・「すみだの地域を盛り上げたい」「新しいことにチャレンジしたい」といった熱い想いのある団体
- ＊ 団体所在地が墨田区外でもOK！

助成団体は、**9月頃から12月末まで**クラウドファンディングに挑戦します！プロジェクトへのご支援（ふるさと納税）もお待ちしております。

対象となる事業

- ・申請額（事業経費）が100万円以上の事業
- ・墨田区内で実施する事業 ・単年度で完了する事業
- ・多くの方（区内外）から共感を得られる、地域のニーズや社会的意義がある事業 等

審査方法

- ①書類審査（第1次審査）
- ②公開プレゼンテーション（第2次審査）

クラウドファンディング実施時期

原則、9月～12月末（予定）

申請方法

【事前確認期間】令和6年**4月1日（月）～4月24日（水）**

【申請受付期間】令和6年**4月1日（月）～4月30日（火）**

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、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。

サイト掲載手数料は区が負担！

寄付額によって助成額が変動！

ふるさと納税だから寄付者の実質負担額が少ない！



これまでの助成事業は次のページでご紹介中！



ホームページはこちらから！





すみだの夢応援成事業

これまでに採択されたプロジェクトのご紹介

令和5年度までに、全30事業がすみだの夢応援成事業として採択されました！
その一部をご紹介します。

子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廃材を使って「あそび大学」を実施しました。あそび場のさらなる展開に向けて活動中です。



もっと広げたい！まちなか農園！
すみだこ螢の名所をつくりたい！

〈NPO 法人 寺島・玉ノ井まちづくり協議会〉

寄付額 1,806,000 円 / 目標額 1,000,000 円

まちなか農園で交流の場を提供しています。農園を螢の名所にするために、井戸を掘ってビオトープを整備しました。



～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
〈NPO 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

廃材を原料とした北斎画のモザイクアートを墨田区の福祉作業所で製作し、北斎美術館周辺に設置しました。



シニア・子ども・大学生 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 子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

大学生が企画したシニアと子どもの交流イベントを実施しました。日常的な交流の場の展開も継続予定です。



「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

地域を回る「わくわくを積んで移動する車」をつくり子どもたちの遊び場を展開しました。



～両国エリアをもっともっともりあげたい～
2023両国ランブリングアベニュー
〈一般社団法人 SSJF〉

寄付額 844,000 円 / 目標額 1,570,000 円

両国駅北口エリアに9つのステージを設け、音楽の演奏やワークショップなどを実施しました。



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	① 町会・自治会 ② 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 ※ ②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	地域力支援部地域活動推進課地域活動推進担当 TEL 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 ① 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。 ② 区内に主たる事務所又は活動拠点を有すること。 ③ 団体の運営に関する定款、規約、会則等を定めていること。 ④ 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6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5年度申請受付期間 令和5年7月3日（月）～7月28日（金）
問合せ先	子ども・子育て支援部子育て支援課子育て計画担当 TEL 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	① 取組を行う町会・自治会 ② 取組を行う区民等
助成金額	① 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 ② 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	保健衛生担当生活衛生課生活環境係 TEL 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7年2月14日（金）まで。受付は先着順（申請書提出順）。
問合せ先	教育委員会事務局地域教育支援課地域教育支援担当 TEL 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 ① 会員数は、おおむね30人以上 ② 会員の年齢はおおむね60歳以上 ③ 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 までお問合せください。

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>①利用環境整備運営補助（通年開催） 上限 10 万円</p> <p>②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 5 万円</p> <p>※ ①と②の併用可</p> <p>※ 人件費並びに食材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>■①又は①と②を併用して申請する場合は 6 月 30 日まで</p> <p>■②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	福祉保健部厚生課生活支援・相談支援担当 TEL 03-5608-8517





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(令和6年4月15日～)

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

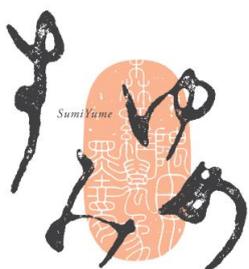
本制度を活用してみたいと思ったら

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、実践して下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、すみだを持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。](#)

<https://www.sumida-bunka.jp>



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

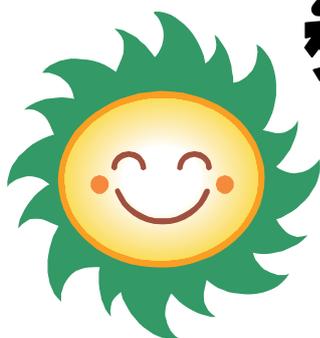
墨田区老人クラブ連合会 事務局 TEL：03-5608-6167
高齢者福祉課 支援係 TEL：03-5608-6168

【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♪



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。

■ 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、メリット、デメリット、申請上の注意点、設立後の事務等について

【開催日】月 1 回実施（月によって曜日と時間が異なります）

【申し込み】事前にご予約下さい。

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。→



■ 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、市民活動団体が実施する講座・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

※新型コロナウイルス感染拡大の状況によって、上記内容および利用時間等が変更になる場合がありますので、ご利用の場合は、お手数ですがホームページか電話で事前にご確認ください。



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歳未満の方にあっては、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。

地域フラザ

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
すみだリバーサイドホール 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
曳舟文化センター 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
社会福社会館 住所:東墨田2-7-1 電話:3619-1051			2	1	1	体育室、幼児室、あそびのへや、学習室、世代交流室、児童図書室、高齢者娯楽室			
みどりコミュニティセンター 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
すみだ産業会館 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
すみだトリフォニーホール 住所:錦糸1-2-3 電話:5608-5400				2		練習室3室			ピアノ等
すみだ共生社会推進センター 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
いきいきプラザ 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		○	ピアノ、テレビ、キッチン用具等
文花子育てひろば 住所:文花1-20-7 電話:5630-6027						イベントルーム			
スポーツプラザ梅若 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
墨田区総合体育館 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
墨田区総合運動場 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。



日本語ボランティア養成講座

日本語ボランティアとは、外国人の日本語学習を支援するボランティアのことです。

本講座は、ボランティア活動をする上での心構えや、日本語ボランティアとしてのスキルを身に付けることを目的としています。

また、「オンラインでの日本語学習支援」についても学ぶことができます。

担当：文化芸術振興課
都市交流・国際担当
電話：03-5608-1459



【受講後】

外国人に日本語を教えるための基礎知識が身につきます。活動場所としては、区内の日本語ボランティア教室があります。

また、受講者同士でオンラインによる日本語ボランティア教室の新規立ち上げなどに挑戦してみたいかがでしょうか。



介護予防サポーター養成講座

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、健康体操などの実技演習も行います。

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、墨田区介護予防サポータ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。

《ご注意》

※すみだ保健子育て総合センター開設【11月5日(火)開設予定】に伴い、向島保健センター、本所保健センター、子育て支援総合センター、健康推進課は当施設に集約されます。最新の情報につきましては区HPをご確認ください(すみだ保健子育て総合センターの開館までは現住所・電話番号で業務を継続します)。

地域活動・ボランティア

※令和6年4月1日～令和7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。	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。	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 10月7日(月)午後2時～4時 ○本講座 10月21日～11月18日の 毎週月曜日午前10時～ 午後4時(全4日間) ○フォローアップ教室 11月25日・12月2日(月) 午後2時～4時	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	スポーツクラブ ルネサンス両国	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6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 (令和6年4月15 日～)
手話講習会 初級(朝)クラス	4月～令和7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				

事業名・内容	日時	対象	会場	問合せ先
要約筆記講習会	4月9日(火)～6月18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1日(月)～9月30日(月)(全21回) 午後6時半～8時半			
点訳講習会(昼)	4月13日(土)～9月14日(土)(全20回) 午後2時～4時			
点訳講習会(夜)	10月～令和7年3月(全20回)日時未定			
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	
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	
パソコン点訳ボランティア養成講座(全7回)	5月7・14・21・28日(火) 6月4・11・18日(火) 午前10時～正午	区内在住・在勤の方	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
音訳ボランティア養成講座(全4回)	6月5・12・19・26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7年3月8・15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 (令和6年4月15日～)

環境

※令和6年4月1日～令和7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
春の寄せ植えづくり講習会	4月13日(土)	講習会は、区内在住・在勤・在学の方	緑と花の学習園	環境保全課 緑化推進担当 5608-6208
花育講座「リース型ハンギングバスケットづくり」講習会	4月26日(金)	区内在住・在勤・在学の方	すみだ生涯学習センター	
	9月2日(月)		リバーサイドホールアトリウム	
森林整備体験(植林・間伐体験、親子で林業機械操縦体験)	植林体験:6月下旬(予定) 親子で林業機械操縦体験:8月上旬(予定) 間伐体験:10月下旬(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	

事業名・内容	日時	対象	会場	問合せ先
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	環境保全課 緑化推進担当 5608-6208
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	
花育講座「リース型ハンギングバスケットづくり」講習会	12月2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	
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6年4月1日～令和7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7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5日(木)	乳幼児と保護者		
人権講演会	12月7日(土)	どなたでも		
人権講演会	令和7年2月1日(土)		すみだ生涯学習センター	人権同和・男女共同参画課 人権同和担当 5608-6322 ※移転に伴い、11月以降の問合せ先につきましては区HP等をご覧ください。

健康づくり

※令和6年4月1日～令和7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	社会福祉会館	社会福祉会館 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	10月4日(金)	区内在住・在勤の方	向島保健センター	向島保健センター 3611-6135
食生活講習会	9月19日(木)	区内在住・在勤の方	本所保健センター	本所保健センター 3622-9137
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6日(木)	区内在住・在勤の方	曳舟文化センター	向島保健センター 3611-6135
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13日(木)		すみだリバーサイドホール・イベントホール	本所保健センター 3622-9137
がん対策アクション & ピンクリボンinすみだ	9月24日(火)～27日(金)	区内在住・在勤の方	アトリウム・リバーサイドホール他	健康推進課 5608-8514
すみだ食育フェス2024	6月19日(水)～23日(日)		墨田区役所など	健康推進課 5608-6517

事業名・内容	日時	対象	会場	問合せ先
「健康づくり教室」第1期	4月10・17・24日 5月1・8・15・22・29日 6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	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11・18・25日 10月2・9・16・23・30日 11月6・13・20・27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11・18・25日 令和7年 1月8・15・22・29日 2月5・12・19・26日 3月5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			
健康セミナー	7月25日(木)	区内在住・在勤の 方	すみだ共生社会 推進センター他	向島保健センター 3611-6135 ※移転に伴い、11 月以降の問合せ 先につきましては 区HP等をご覧ください。
女性の健康づくり講演会	令和7年3月10日(月)	区内在住・在勤の 女性		向島保健センター 3611-6135 本所保健センター 3622-9137 ※移転に伴い、11 月以降の問合せ 先につきましては 区HP等をご覧ください。
健康セミナー	7月12日(金)	区内在住・在勤の 方		本所保健センター 3622-9137 ※移転に伴い、11 月以降の問合せ 先につきましては 区HP等をご覧ください。

ご高齢の方に

※令和6年4月1日～令和7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8日(水) 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	立花四丁目集会所	高齢者福祉課 地域支援係 5608-6178
	5月9日(木) 第1部:午前10時～正午 第2部:午後1時半～3時半		本所地域プラザ BIGSHIP	
	10月23日(水) 第1部:午前10時～正午 第2部:午後1時半～3時半		八広はなみずき 高齢者支援総合センター	
	10月24日(木) 第1部:午前10時～正午 第2部:午後1時半～3時半		みどりコミュニティセンター	
歩いてスッキリ運動教室～ ポールウォーキング編～	4月2日～令和7年2月18 日の7・8月を除く原則第1・ 3・5火曜日(全20回制) 午前10時～11時15分	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	梅若公園	
元気もりもり教室	5月2日～7月18日の木曜日 第1部:午後1時半～2時半 第2部:午後3時～4時 (各全12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方	みどりコミュニティセンター	高齢者福祉課 地域支援係 5608-6178
	11月12日～令和7年2月4 日の火曜日 第1部:午後1時半～2時半 第2部:午後3時～4時 (各全12回制)		本所地域プラザ BIGSHIP	
元気生き生き体操教室	9月4日～11月6日の毎週 水曜日 午後1時10分～2時40分 (全10回制)自主化サポート 教室あり	※未受講者を優先	すみだ共生社会 推進センター	
	9月6日～11月8日の毎週 金曜日 午後1時10分～2時40分 (全10回制)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	4月25日～6月27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	
	10月15日～12月17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16日～12月18日の 水曜日 午後2時～3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23日の火曜 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	本所地域プラザ BIGSHIP	
	11月20日～令和7年2月 26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	

事業名・内容	日時	対象	会場	問合せ先
オンライン介護予防体操教室	7月～10月の毎週金曜日 午後2時～3時(全12回制)事前説明会(1回)及びフォローアップ教室(1回)あり 11月～令和7年2月の毎週金曜日 午後2時～3時(全12回制)事前説明会(1回)及びフォローアップ教室(1回)あり	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	教室:参加者自宅等(オンライン)事前説明会及びフォローアップ教室:区役所会議室(対面)	高齢者福祉課 地域支援係 5608-6178
カラオケの時間 新舞踊教室	毎週水曜日 令和7年2月	60歳以上の方	社会福祉会館(直)	社会福祉会館 3619-1051
笑顔健康体操教室	4月15・22日、5月13・20日 午前10～正午(月曜日全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
電話とメールしか使っていない人向けスマホ教室	5月8・15・29日、6月5日 午前10時～正午(水曜日全4回)			
ハーバリウム教室	5月22日(水) 午前10～正午(全1回)			
いきいきストレッチ体操教室	5月27日、6月10・17・24日 午前10時～正午(月曜日全4回)			
やさしい筋力体操教室	6月6・13・20・27日 午後1時半～3時半(木曜日全4回)			
盆踊り教室	6月4・18日、7月2・16日 午後1時半～3時半(火曜日全4回)			
絵手紙教室	6月29日、7月6・13・27日 午前10時～正午(土曜日全4回)			
刺し子教室	7月1・8・22・29日 午後1時半～3時半(月曜日全4回)			
七夕フラワーアレンジ教室	7月4日(木) 午後1時半～3時半(全1回)			
フラダンス教室	7月5・12・19・26日 午後1時半～3時半(金曜日全4回)			
懐メロ脳トレ体操教室	7月11・18・25日、8月1日 午前10時～正午(木曜日全4回)			
七宝焼教室	9月4・11・18日 午後1時半～3時半(水曜日全3回)			
声出し脳トレ教室	9月5・12・19・26日 午後1時半～3時半(木曜日全4回)			
朗読教室	9月30日、10月7・21日、11月18日 午前10時～正午(月曜日全4回)			
ゆるりと筋トレ体操教室	10月3・10・17・31日、11月7・14・21・28日 午後1時半～3時半(木曜日全8回)			

事業名・内容	日時	対象	会場	問合せ先
脳活性化体操教室	11月6・13・20・27日 午後1時～3時 (水曜日全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
パソコン教室 (ワードで作る年賀状)	11月20日(水)・21日(木) 午前10時～正午(全2回)			
歌謡教室	11月11・18・25日、12月2日 午後2時～4時 (月曜日全4回)			
2WAYフラワ-アレンジメント教室	12月17日(火) 午後1時半～3時半 (全1回)			
懐メロ健康体操教室	令和7年1月9・16・23・30日 午後1時半～3時半 (木曜日全4回)			
折り紙教室	令和7年2月13・27日、3月13日 午後2時～4時 (木曜日全3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 午前10時～正午 午後1時～4時半			
長寿のつどい(敬老イベント)	9月10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	5630-8630	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。
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6年4月1日～令和7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
体力アップ体操教室(春) (全4回)	4月2・9・16・23日(火) 午前10時～正午	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
呼吸法体操教室 (全4回)	5月7・14・21・28日(火) 午後1時半～3時半			
ハーバリウム教室	5月30日(木) 午前10時～正午			
ストレッチ体操教室(春) (全4回)	6月6・13・20・27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3・10・17・24日(水) 午後1時半～3時半			
七夕フラワーアレンジメント教室	7月4日(木) 午前10時～正午			
バリアフリーヨガ教室 (全4回)	8月2・9・16・23日(金) 午後1時半～3時半			
音楽療法教室(夏) (全4回)	8月7・14・21・28日(水) 午前10時～正午			
七宝焼教室 (全3回)	9月4・11・18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5・12・19・26日(木) 午前10時～正午			
ストレッチ体操教室(秋) (全4回)	10月3・10・17・31日 ※24日除く (木)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30日12月7・14・21 日(土) 午後1時半～3時半			
笑顔体操教室 (全4回)	12月2・9・16・23日(月) 午前10時～正午			
パソコン教室 (全2回)	12月4日(水)・5日(木) 午前10時～正午			
2wayフラワーアレンジメント教室	12月17日(火) 午前10時～正午			
健康体操教室 (全6回)	令和7年 1月9・16・23・30日 2月6・13日(木) 午前10時～正午			
体力アップ体操教室(3月) (全4回)	令和7年 3月 午前10時～正午			
中途失聴者・難聴者向け手話 教室 (全20回)	未定	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6年4月1日～令和7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)	4月～令和7年3月 主に土曜日・日曜日	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 5608-6180
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、第4月曜日 午前10時～正午	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	子育て支援総合 センター 5630-6351
こみかんたいむ	原則、第2月曜日 午前10時～正午、午後1 時～3時	歩けるようになる までのお子さんと その保護者		※移転に伴い、11 月以降の実施日 時や問合せ先につ きましては区HP 等をご覧ください。
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	区内施設ほか	子育て支援総合 センター 5630-6351
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	区内施設ほか	
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	区内在住の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、心身ともに 健康な方	区内施設ほか	※移転に伴い、11 月以降の問合せ 先につきましては 区HP等をご覧ください。
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 3614-3900 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7年3月 毎週水曜日 午前10時～ 10時45分	0歳児とその保護 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7年3月 毎週水曜日 午前11時～ 11時45分	1歳児～未就学 児とその保護者		

事業名・内容	日時	対象	会場	問合せ先
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		
おひざでえほん(年)	毎月第4火曜日 午前10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
子ども読書の日記念行事	4月頃(日時未定)	3歳～小学生の		
夏のおたのしみ会	7月頃(日時未定)	子どもとその保 護者		
冬のおたのしみ会	12月頃(日時未定)	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		
子ども読書の日おたのしみ会	4月(日時未定)	幼児～小学校低 学年		
夏のおたのしみ会	8月(日時未定)	小学生	立花図書館(直)	立花図書館 3618-2620
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 午後2時～	幼児～小学生		
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～小学生の 子どもとその保 護者	立花図書館(直)	立花図書館 3618-2620
夏のおたのしみ会	7月(日時未定)	者		
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～小学生の 子どもとその保 護者		
冬のおたのしみ会	未定	者		
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		
夏のおたのしみ会	7月(日時未定)	幼児～小学生		
冬のおたのしみ会	未定	幼児～小学生	八広図書館	
おはなしルーム	10月(日時未定)	幼児～小学生の 子どもとその保 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	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。 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。 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。
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	立花1-27-9	3619-5781	
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	地域コミュニティ活動の場としての「集会室」、教養文化の向上のための「図書室」、児童の健全育成と遊び場のための「児童室」等があります。また、乳幼児向け・児童向けの各種事業や、全年齢対象の事業なども行っています。詳しくは各施設にお問い合わせください。
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6年4月1日～令和7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16日～12月3日・ 令和7年1月7日～3月4日 の毎週火曜日 午後7時～9時	卓球	曳舟小学校 (京島1-28-2)	個人
	4月17日～7月3日・ 9月4日～12月11日・ 令和7年1月8日～3月5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17日～12月11日・ 令和7年1月8日～3月5日 の毎週水曜日 午後7時～9時	バドミントン	竪川中学校 (亀沢4-11-15)	
			吾嬭立花中学校 (立花5-48-2) 吾嬭第二中学校 (八広4-4-4)	
	4月10日～令和7年3月26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)	

	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11日～10月25日の毎週木・金曜日 午後7時～9時 ※5月30日,5月31日除く	ソフトテニス	寺島中学校 (八広1-17-15)	団体
	4月7日～7月7日・9月1日～12月8日・ 令和7年1月5日～3月2日の毎週日曜日 午後1時～4時			
	4月10日～12月11日・ 令和7年1月8日～3月5日の毎週水曜日 午後7時～9時 ※5月1・8・15・22・29日除く	硬式テニス		個人
	4月17日～12月11日・ 令和7年1月8日～3月5日の毎週水曜日 午後7時～9時	バスケットボール		
	4月17日～12月11日・ 令和7年1月8日～3月5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ることがあります。)
◎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	http://www.sumidacity-gym.com/
両国屋内プール	横網1-8-1	5610-0050	https://information.konamisportscl
スポーツプラザ梅若	墨田1-4-4	5630-8880	https://information.konamisportscl
すみだスポーツ健康センター	東墨田1-6-1	5247-7755	https://www.sumispo.com/ 令和6年6月からホームページリ ニューアルに伴いURLを変更予定。 5月末まで有効なURLです。
墨田区総合運動場	堤通2-11-1	3611-9070	https://sumidacity-ground.com
総合型地域スポーツクラブ NPO法人スポーツアあずま	八広4-35-17 (八広地域プラザ内)	3617-9002	http://www.sd-azuma.com/
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	http://ryougokuclub.mods.jp/

※高齢の方を対象としたスポーツは「ご高齢の方に」(36～38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」(39ページ)の欄で紹介しています。



1	28万人の平和メッセージ
概要	<p>折り鶴でつくる平和のオブジェを制作するボランティア</p> <ul style="list-style-type: none"> ・集まった折り鶴を、床に座って、色別に台紙に貼り付ける作業です。 ・完成したオブジェは、3月10日から約1年間、区役所1階アトリウムに展示されます。
活動時期	毎年2月中旬～3月初旬頃
募集時期	1月21日号の区報でお知らせ。 2月中旬まで募集
対象	どなたでも
問合せ先	文化芸術振興課 文化行事担当 Tel03-5608-6181 Fax 03-5608-6934

2	通訳・翻訳ボランティア
概要	<p>・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。</p> <p>・すべての言語を募集しています。</p> <p>・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。</p>
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"> ・18歳以上 ・パソコンのメールアドレスをお持ちの方 ・パソコンの基本操作ができる方（ワード、エクセル） ・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）
問合せ先	文化芸術振興課 都市交流・国際担当 Tel03-5608-1459 Fax 03-5608-6934

3	市民後見人活動
概要	<p>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。</p>
活動時期	通年
募集時期	隔年で5～6月頃に募集（次回は7年度に募集）
対象	区内在住または在勤の、おおむね70歳未満の方
問合せ先	厚生課 厚生係 Tel03-5608-6150 Fax03-5608-6403

4	子ども学校安全ボランティア
概要	<p>区立小学校に通う子どもの安全を守るための制度</p> <p>・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</p>
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	 <p>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</p>
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 Tel03-5608-6312 Fax 03-5608-6934

6	すみだ人権啓発センター
概要	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。
活動時期	通年
募集時期	随時
対象	区内在住・在勤・在学の方、人権啓発普及活動に関心のある方、どなたでも
問合せ先	人権同和・男女共同参画課 人権同和担当 Tel03-5608-6322 Fax 03-5608-6934 ※移転に伴い、11月以降の問合せ先につきましては区HP等をご覧ください。

7	介護予防サポーター
概要	<ul style="list-style-type: none"> ・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 <p>※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）の受講が必要です。</p>
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 Tel03-5608-6178 Fax 03-5608-6404

8	介護施設でのボランティア
概要	<ul style="list-style-type: none"> ・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 <p>※介護支援ボランティア・ポイント制度が利用できます。</p> <p>→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。</p>
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 Tel03-5608-6924 Fax 03-5608-6938

9	わんぱく天国 見守りボランティア (プレーリーダー)
概要	<ul style="list-style-type: none"> ・わんぱく天国における子どもの遊びの見守り活動 ・簡単な施設の保守管理・清掃等
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 Tel03-5608-6503 Fax 03-5608-6411

10	放課後子ども教室 見守りボランティア
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 Tel03-5608-6311 Fax 03-5608-6411

11	すみだ教室ボランティア
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くだ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
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 Tel03-5608-6503 Fax 03-5608-6411

12	音訳者
概要	<ul style="list-style-type: none"> ・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製作した録音物) 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 Tel03-5655-2350 Fax 03-5655-2351

13	中川桜愛護会
概要	<ul style="list-style-type: none"> ・桜の木の保護をはじめ、旧中川の自然豊かな貴重な空間を大切に、墨田区の桜の名所となるよう、美しい環境づくりを目指す。 ・こどもからお年寄りまで、誰もが気軽に安心して自然に親しみ、お花見、釣り、散策、リクリエーションの場としての快適な環境づくりを目指す。 ・桜の育成活動、花壇管理活動（花の植付け）
活動時期	通年
募集時期	随時
対象	沿川町会等
問合せ先	公園課 計画調整担当 Tel03-5608-6291 Fax 03-5608-6410

14	公園等愛護委員会
概要	<ul style="list-style-type: none"> ・公園等が常に美しい状態となるよう清掃すること ・公園等内の雑草を取る ・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 ・公園等内の施設が壊れたときは、区に連絡すること ※活動には協定の締結が必要です。
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 Tel03-5608-6291 Fax 03-5608-6410

15	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"> ・桜の保全・調査・記録などの実践活動 ・勉強会・研修会など、知識を深める活動、情報発信活動
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 Tel03-5608-6661 Fax 03-5608-6410

16	緑と花のサポーター
概要	<ul style="list-style-type: none"> ・「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 ・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） ・区主催事業（講習会・イベント）の企画・運営・運営補助
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 Tel03-5608-6208 Fax 03-5608-1452

17	公園等ボランティア
概要	<ul style="list-style-type: none"> ・公園の施設の維持管理に関すること ・公園の利用指導に関すること ・公園での環境学習に関すること ・ボランティア活動の運営事務に関すること
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 Tel03-5608-6661 Fax 03-5608-6410

18	道路緑化ボランティア
概要	<ul style="list-style-type: none"> ・区の管理する道路の植樹樹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 ※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。
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 Tel03-5608-6597 Fax 03-5608-6410

19	東京スカイツリー®周辺地域の花の植替えボランティア
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 Tel03-5608-6208 Fax 03-5608-1452

20	すみだ自然環境サポーター
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 Tel03-5608-6208 Fax 03-5608-1452

21	すみだエコライフサポーター
概要	<ul style="list-style-type: none"> ・環境保全・エコライフの啓発活動 ・区が行う地球温暖化防止に関する事業への協力 ・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
活動時期	定例会（毎月第4火曜日午後）、環境フェア等
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 Tel03-5608-6209 Fax 03-5608-1452

22	すみだ環境共創区民会議
概要	<ul style="list-style-type: none"> ・環境活動や区の環境施策について協議 ・環境の共創に関する実践活動 ※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
活動時期	毎月第4金曜日（午後6時30分～午後7時30分）、環境フェア等
募集時期	3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	環境保全課 環境管理担当 Tel03-5608-6207 Fax 03-5608-1452



区内施設等一覧



区民施設

すみだバーサイドホール	吾妻橋1-23-20	5608-6430
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 (きらきら会館)	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28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

保健施設

向島保健センター	東向島5-16-2	3611-6135
本所保健センター	東駒形1-6-4	3622-9137

※向島・本所保健センターは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)」へ移転予定。
(掲載住所・電話番号は令和6年4月現時点の情報です。最新の情報は区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

※令和6年4月15日以降の情報を掲載

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	立花1-27-9	3619-5781
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	京島1-35-9-103マーク・ゼロワン曳舟タワー棟1階	5630-6351

※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)」へ移転予定。
(掲載住所・電話番号は令和6年4月現時点の情報です。最新の情報は区HPをご覧ください。)

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

そのほかの施設等

国際ファッションセンター	横網1-6-1	5610-5800
東京都江戸東京博物館	横網1-4-1	3626-9974

※ 令和4年4月1日から令和7年度まで大規模修繕に伴い全館休館予定。

相撲博物館	横網1-3-28	3622-0366
東武博物館	東向島4-28-16	3614-8811
郵政博物館	押上1-1-2 東京スカイツリータウン®・ソラマチ9F	6240-4311
たばこと塩の博物館	横川1-16-3	3622-8801
刀剣博物館	横網1-12-9	6284-1000
すみだ水族館	押上1-1-2 東京スカイツリータウン®・ソラマチ5F・6F	5619-1821
コニカミノルタプラネタリウム「天空」	押上1-1-2 東京スカイツリータウン®・ソラマチ7F	5610-3043
向島百花園	東向島3-18-3	3611-8705

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



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

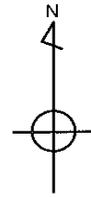


【区施設】

- 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

- ⑤ 墨田児童会館
- ⑥ 八広児童館
- ⑦ 江東橋児童館
- ⑧ 東向島児童館
- ⑨ 立花児童館
- ⑩ 立川児童館
- ⑪ 文花児童館
- ⑫ 中川児童館
- ⑬ 外手児童館
- ⑭ 八広はなみずき児童館
- ⑮ さくら橋コミュニティセンター
- ⑯ 緑と花の学習園
- ⑰ 東向島児童館分館

□ 区施設
■ 区関係施設
△ 都施設
○ 民間施設



- 【民間施設】
- ㉗ (東京スカイツリータウン®内)
郵便博物館
すみだ水族館
プラネタリウム「天空」
 - ④ たばこと塩の博物館
 - ㉘ 刀剣博物館

※すみだ保健子育て総合センター（横川5-7-4）開設に伴い、「向島保健センター」「本所保健センター」「子育て支援総合センター」は当施設に集約されます。
【11月5日（火）開設予定】

地域活動ガイドブック

発行日 令和6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）