



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・高生以上の方	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 子どもとその保 護者		
夏のおたのしみ会	7月頃(日時未定)			
冬のおたのしみ会	12月頃(日時未定)			
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)			
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	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～小学生の 子どもとその保 護者		
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～小学生の 子どもとその保 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		
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	10月(日時未定)	幼児～小学生の 子どもとその保 護者	八広図書館	

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			個人
	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		
	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		墨田中学校 (向島4-25-22)

- ◎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。