

墨田区のお知らせ2013.7.1

NO.1715
(毎月1日・11日・21日発行)

すみだ

発行：墨田区(広報広聴担当) 公5608—1111代表 〒130—8640墨田区吾妻橋一丁目23番20号

2つの矩形が寄り添うシンボルは、
墨田区在住・在勤者、企業やNPOなどと、
区および区職員との協働・協治を表すものです。

- 2面以降の主な内容
- 2・3面…夏休みは「アウトオブキッザニア in すみだ」へ
- 4・5面…参議院議員選挙
- 6面…すこやかライフ
- 7・8面…講座・教室・催し・募集

すみだと全国の旬間歳時記

●7月8日：向島百花園（東向島3－18－3）が開園した日
国の名勝・史跡に指定されている向島百花園は、文化・文政期（1804年～1830年）に造られた花園である。東京市に寄贈され、昭和14年のこの日、有料での公開を開始した。園内では、7月28日から「大輪朝顔展」が開催される。

☞ <http://www.city.sumida.lg.jp/>

夏を元気に過ごすために 熱中症を正しく予防

熱中症は誰もがかかる可能性があり、身体機能の状況などにより子どもや高齢者は特に注意が必要です。また、気温などの環境条件以外にも熱中症にかかる危険があります。区では、熱中症の予防方法をお知らせするなど、様々な取組を実施しています。熱中症について正しい知識を身につけ、地域で声を掛け合いながら、夏を元気に過ごしましょう。

熱中症を防ぎ、楽しい夏を

暑い日などに、めまいがした、頭が痛くなった、意識がもうろうとしたといった症状が出たことはありませんか。それは、熱中症の症状かもしれません。熱中症とは、周りの温度に対し、体温の調節機能がうまく働かないことなどが原因で起こる著しい体温上昇のことです。気温が高い・

湿度が高い・風が弱いなどの環境条件だけではなく、体調や暑さに対する慣れなども影響して起こり、命に関わる危険もあります。

区では、熱中症を防ぐため、ポスターや区ホームページなどで予防方法等をお伝えしています。また、子どもは体温調整機能が未発達であることなどにより、高齢者は加齢に伴う身体機能の低下などにより、熱中



外で遊ぶときは、水分をとって、帽子をかぶり、熱中症を防ぎましょう

症への注意が特に必要なため、お子さんがいる家庭や65歳以上の方には、予防方法等に関するチラシを配布しています。さらに、高齢者支援総合センター・高齢者みまもり相談室の相談員が、65歳以上の方を訪問し、呼び掛けを実施しているほか、9月30日まで、区内4か所の高齢者施設を「猛暑避難所」とし、普段から利用していない高齢者でも、気軽

に利用できる体制を整えています。

熱中症は、適切な予防によって防ぐことができます。また、熱中症にかかったときの対処方法を確認し、体調に気を配るとともに、地域での見守りや呼び掛けを行い、夏を元気に過ごしましょう。

【問合せ】保健計画課保健計画担当
公5608－6189

熱中症を予防しましょう

こまめに水分を補給する

▶のどが渇く前に水分を補給する
▶暑い場所に出る前や寝る前、入浴の前後などにも水分を補給する

室内環境に気を配る

▶扇風機やエアコンを使って室温を調整する
▶風通しを良くし、すだれやカーテンで日差しを遮る

服装を工夫する

▶通気性が良く、吸汗性・速乾性に優れた服を着る
▶襟元を開けて通気を良くする
▶外出時は、日傘や帽子を使用する

体調管理を万全にする

▶寝不足や食欲不振など、体調が悪いときには無理をしない
▶外出時は、涼しい場所でこまめに休憩を取る

熱中症が疑われたら

涼しい場所へ避難する

風通しの良い日陰や涼しい室内へ移動し、安静にする

体を冷却する

衣類を緩める、扇風機やうちわなどで風を当てる、冷却材や冷たいタオルなどを首や、脇の下、太ももの付け根に当てる

水分・塩分を補給する

冷たい水や、塩分を補えるスポーツドリンク等をゆっくり飲む

医療機関で受診する

歩けない、自力で水分を取れない、全身のけいれん、意識がないなどの症状がある場合は医療機関で受診するか救急車を呼ぶ

猛暑避難所

施設名・所在地・電話番号	利用時間など
いきいきプラザ(文花1－32－2) 公3618－0961	午前9時～午後9時 * 休館日は毎月第3水曜日
立花ゆうゆう館(立花6－8－1－102) 公3613－3911	午前9時～午後9時 * 日曜日・祝日は午後5時まで
梅若ゆうゆう館(墨田1－4－4・シルバープラザ梅若内) 公5630－8008	
なりひらホーム(業平5－6－2) 公5819－3741	午前9時～午後5時

高齢者は特に、ご注意くださいね

なりひら高齢者みまもり相談室 相談員
浅香美絵さん(写真左)、三浦 真理子さん(写真右)

熱中症に関するチラシを持って高齢者のご自宅を訪問し、予防などと呼び掛けています。

高齢者は、加齢により体温の調整機能が低下するので、のどが渇いたと感じなくてもこまめに水分を補給することが大切です。また、暑さを感じなくても扇風機やエアコンを使って室温を調整するよう心掛けましょう。そのときに、温度設定に気をつけたり、体に直接当たらないよう風向きを調整したりすれば、快適に使うことができます。部屋の中にいても、熱中症になる方が多いので、温度計で室温を確認し、28℃を目安に調整して、熱中症にならないよう気をつけてください。日ごろから体力をつけ、暑い夏を元気に過ごしましょう。



転倒を予防するための体操教室「なりひら倶楽部」でも、熱中症に関するチラシを配布し、予防と呼び掛けました

“ものづくりのまち すみだ”ならではの本物の職人体験 夏休みは「アウトオブキッザニア in すみだ」へ

すみだは、江戸時代からの“ものづくりの伝統”が息づくまちです。区では、産業と観光を一体的に推進するとともに、すみだのものづくりの素晴らしさを次世代にも引き継ぐため、子ども向けの職人体験プログラム「アウトオブキッザニア in すみだ」を実施しています。これは、子どもたちが、ものづくりの場である“工房ショップ”や“小さな博物館”等において、“すみだマイスター（職人）”

等と同じ道具・機械を使い作品を作ることで、ものづくりの魅力に触れることができるプログラムで、すみだの職人と、子ども向け職業・社会体験施設「キッザニア」、旅行会社、区が連携し、行っているものです。

7月・8月は、お子さんの夏休みに合わせ、通常より体験日を増やして開催するほか、特別企画もご用意しています。夏休みの自由研究などを

きっかけとして体験していただき、すみだの職人のものづくりに対する心意気や、伝統の技の素晴らしさに触れてみませんか。

【申込み】事前にJTB「旅いく」のホームページから電子申請 *空きがある場合、開催日前日と当日のみ直接、産業観光プラザ すみだ まち処（押上1-1-2東京ソラマチ[®]5階）でも申込可**【問合せ】**産業経済課産業振興担当 ☎5608-6186

びょうぶ 屏風職人体験 多機能なインテリアとしての伝統工芸品・屏風の奥深さを感じてみよう

東京で唯一の屏風専門店の職人が、代々受け継がれている道具を使い、伝統の技を伝授します。すみだの名所の写真や、職人体験の記念写真を貼り、写真立てやインテリアにもなる不思議な「からくり屏風」作りに挑戦しましょう。



- 1 屏風の仕組みや役割を、職人に聞いてみよう
- 2 屏風に使う和紙や、絵柄になるすみだの風景を選ぼう
- 3 代々受け継がれている裁断機を使って、写真を切ろう
- 4 ^{はけ}刷毛などを使って、和紙や写真を貼り合わせよう



- **【とき】**7月・8月の土曜日午後2時～3時半 * 8月10日を除く**【ところ】**片岡屏風店（向島1-31-6）**【対象】**小・中学生**【費用】**各日3500円

革作家体験 丁寧に気持ちを込めて、自分ブランドの財布を作ろう

革作家は、革の特性や特徴を生かしながら、使う人が笑顔になるようなものを作る職人です。そんな革作家の工房で、お財布作りに挑戦します。アイディアを出し、出来上がりをイメージして作り上げる、“想像して創造する力”を育みましょう。



- 1 使いやすくなるよう、選んだ革のくずをきれいに取り除こう
- 2 ハンマーと金具を使って、財布の形を作ろう
- 3 デコレーション用のカラフルな革などで、財布をデザインしよう
- 4 自分の名前入りのタグを取り付けよう



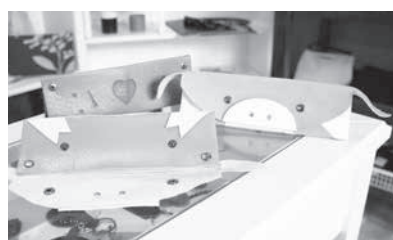
- **【とき】**7月・8月の木・土・日曜日と7月17日(水) ▶午前10時～正午 ▶午後2時～4時 * 7月18日を除く**【ところ】**アトリエ・アミーチ（石原4-21-4）**【対象】**5歳～中学生**【費用】**各3300円

たくみ 匠革職人体験 国産豚革の最大生産地・すみだで、オリジナルペンケースを作ろう

同じ動物の革でも一つ一つ個性豊かな革を、粋なアイディアと高い技術力で素敵な製品に仕立てる革職人が、すみだの豚革を使ったペンケース作りをお教えます。革を使って新しいものを作り出す革職人を、体験してみませんか。



- 1 革の違いを楽しみ、何の革か当ててみよう
- 2 職人の技「革をつなぐ技」を見てみよう
- 3 専用の糊で革を貼り付け、抜き型を使ってデザインしよう
- 4 革と革を留める金具を使って、ペンケースの形を作ろう



- **【とき】**7月15日(祝)・20日(土)・26日(金)、8月2日(金)・3日(土)・10日(土)・11日(日) ▶午前10時～11時半 ▶午後2時～3時半**【ところ】**紗蔵（業平1-7-12）**【対象】**5歳～中学生**【費用】**各2900円

職人体験を通して、ものには作り手がいることを知りました

田尻裕太さん(写真左)、川邊 佳志朗さん(写真右)

いろんな動物の革に触ったけど、一つ一つ感触が違いました。これからは、革製品を見たら何の革か、どんなふうにしたのか、作った人のことを思い浮かべます。ペンケースはイメージ通りのものができて、見とれてしまいました。



伝統の技で新しいデザインを施し、素敵な江戸切子を作ろう 切子職人体験

星型のお皿に、江戸切子職人の技で伝統模様を刻みます。模様の組み合わせで、デザインは無限大です。一本一本の模様に職人としての技と魂を込め、自分だけの“日常生活で使える工芸品”を手に入れてみませんか。



- 1 江戸切子の歴史や伝統模様について教えてもらおう
- 2 職人の道具や機械で、お皿に伝統模様を刻もう
- 3 工房を見学し、職人の技を間近で見てみよう
- 4 自分でデザインした、オリジナルプレートを作ろう



- 【とき】7月16日～8月30日の火・水・金曜日と8月22日(木) ▶午前10時15分～11時 ▶午前11時15分～正午 * 8月13日～20日を除く【ところ】すみだ江戸切子館(太平2-10-9)【対象】小学校3年生～中学生【費用】各3200円

きれいな江戸切子を自分で作りたいと思い、申し込みました

矢野邑真さん(写真左)、柳原音葉さん(写真右)



職人さんの技を間近で見て、とても繊細だなと感じました。プレートの模様は、館内にある職人さんの作品を見てイメージしました。自分で作った器で、サラダやアイスを食べるのが楽しみです。

みんなの身近にある金属で、高さ40cmのメタルツリーを作ろう 金属加工職人体験



大迫力の工作機械や最先端の技術を駆使し、1枚の金属板から東京スカイツリー®の立体モデルを作る方法を、金属加工の職人が伝授します。“もの”には作り手がいて、大切に作られていることを感じてみましょう。



- 1 金属板を“もの”に変える金属加工のお話を聞こう
- 2 機械を操作し、金属板からメタルツリーのパーツを作ろう
- 3 職人が使う機械や道具を使って、パーツを組み立てよう
- 4 完成品の出来栄を職人に検品してもらおう

- 【とき】7月20日(土)・28日(日)、8月3日(土)・11日(日)・18日(日)・25日(日)・31日(土) ▶午前9時～午前10時～ ▶午前11時15分～ ▶午後2時～ ▶午後3時～ ▶午後4時15分～ * いずれも体験は1時間半【ところ】浜野製作所(八広4-39-7)【対象】小学校3年生～中学生【費用】各3800円



金本昇久さん(写真左)

ツリーが出来上がっていく過程が楽しかったです。ものを作ることはとても面白いので、将来は、ものづくりに携わる仕事に就きたいです。

保護者 金本 千鶴子さん(写真右)

工場で、本物の機械や道具を使わせてもらえることは、子どもにとって、とても貴重な体験になります。素晴らしい技術が根付いているすみだを、もっと知ってみたいです。



丁寧な手仕事で、世界に一つだけのこだわりバッグを作ろう バッグ職人体験

使う人に喜んでもらうため、見えない部分にも手間を惜しまない丁寧な手仕事によって、丈夫で長持ちする鞆かばんを作り続ける職人が、ショルダーバッグ作りを伝授します。バッグ作りを通して、自分で考え、選ぶ力を育てましょう。



- 1 職人の仕事場「工房」を見学して、革の秘密に迫ろう
- 2 作ったバッグを使っている自分をイメージしよう
- 3 革や小物、部品など、バッグを作るパーツを選ぼう
- 4 穴あけ棒など、職人の道具でバッグを組み立てよう



- 【とき】7月20日～8月31日の土・日曜日 ▶午前10時～正午 ▶午後2時～4時 * 8月11日・25日を除く【ところ】大関鞆工房(緑2-13-5)【対象】4歳～中学生【費用】各3900円



“自分で選ぶ力”を身につけてください

大関鞆工房 代表取締役社長 大関敏幸さん
ものづくりの体験を通し、子どもの“自分で選ぶ力”を育てたいですね。そして、物を大切にできる大人になってもらいたいと思います。ぜひ、体験してみてください。



時計職人ならではの道具を使い、自分の時間を刻む腕時計を作ろう 時計職人体験

小さな部品を繊細な道具で組み立て、正確な時を刻む腕時計を作り上げる技を、時計職人が伝授します。時計に命を吹き込む作業を体験することで、「時」の大切さや、時を計る道具「時計」の素晴らしさを感じてみませんか。



- 1 セイコーミュージアムで、時計の歴史や秘密を知ろう
- 2 職人から、時計の仕組みについて教わろう
- 3 職人の道具を使って、時計を組み立てよう
- 4 作った時計が正確な時を刻むよう、針を調整しよう

- 【とき】8月6日(火)～9日(金)・27日(火)～30日(金) ▶午前10時～正午 ▶午後2時～4時【ところ】セイコーミュージアム(東向島3-9-7)【対象】小学校3年生～6年生【費用】各3000円



今まで知らなかった時計の歴史も学べました

雲野愛己さん(写真左から2番目)

時計の組み立て作業は、部品が小さくて大変でしたが、時計の針がちゃんと動いた瞬間は、とてもうれしかったです。この腕時計は、大切に、ずっと使いたいと思います。



障害のある方のための観覧席です
隅田川花火大会観覧席

区では、障害のある方が安心して隅田川花火大会を楽しめるよう、観覧席をご用意します。

【とき】7月27日(土)午後5時半～8時半
【ところ】桜橋デッキスクウェア
【対象】区内在住で身体障害者手帳または愛の手帳をお持ちの方
＊障害のある方1人につき介助者1人の付添いが必要
【定員】50組100人(抽選)
【費用】無料
【申込み】住所・氏名・年齢・性別・電話番号、障害の種類と級(度)、車椅子の利用の有無、介助者の氏名・年齢・性別を往復はがきで7月10日(必着)までに墨田区障害者団体連合会(〒130-0014 亀沢4-18-11・亀沢のぞみの家内) ☎・FAX3621-8279へ
＊抽選結果は7月17日に発送予定

催し名	とき	内容・対象・定員・費用・申込みなど
「すみだ やさしいまち宣言」などのパネル展示	7月13日(土)～19日(金)午前9時～午後5時 ＊最終日のみ午後4時まで	【内容】「若い世代のボランティア活動」をテーマとした「すみだ やさしいまち宣言」の啓発パネルや、中学生・高校生・地域団体などによるボランティア活動の紹介 【入場料】無料 【申込み】期間中、直接会場へ
「配財はんこ」ワークショップ 「すみだのまちをスタンプしよう！」	7月15日(祝)午前9時半～午後3時	【内容】工場の廃材を活用した「配財はんこ」作り 【対象】区内在住の小学生 【定員】100人(抽選) 【費用】500円(材料費) 【申込み】催し名・住所・氏名・年齢・電話番号を電話または、ファクス、Eメールで7月5日までに問合せ先へ
幼児向け昼のイベント	7月16日(火)～19日(金)正午～午後1時	【内容】▶16日＝朗読の会・話輪和による劇や読み聞かせ ▶17日＝シアターキューブリックによるやさしいまちパフォーマンス ▶18日＝手話ダンスサークル・はあ～との木によるダンスと音楽 ▶19日＝おはなしの会・つくしんぼによる読み聞かせ 【費用】無料 【申込み】当日直接会場へ



ぜひ、ご参加ください
「すみだやさしいまち宣言」PR展

区では、人と地域と環境にやさしいまちづくりを推進するため、「すみだ やさしいまち宣言」のPR展を開催します。
PR展では、展示やワークショップなどの催しを行いますので、ぜひ、ご参加ください。
【とき・内容・対象など】左表のとおり
【ところ】区役所1階アトリウム、すみだリバーサイドホール1階会議室・ミニシアター(区役所に併設)
【問合せ】区民活動推進課区民活動推進担当
☎5608-3661・FAX5608-6934
☒KATSUDO
SUISHIN@city.sumida.lg.jp



ぜひ、ご応募ください
京成曳舟駅(上り線)新駅舎の見学会

現在、都・区・京成電鉄株式会社が、「京成押上線(押上駅～八広駅間)連続立体交差事業」を実施しています。この事業において高架化する京成曳舟駅(上り線)新駅舎の見学会を開催します。
【とき】8月17日(土)▼午前10時～午前11時
▼午後1時～午後2時
▼午後3時～午後4時
＊いずれも50分
【ところ】京成曳舟駅(京島1-37地先)
【内容】高架化した京成曳舟駅(上り線)の見学、高架化工事のパネル展示等
【対象】区内在住の勤労者の方
＊小学生以下のみでの参加は不可
【定員】各200人程度(抽選)
【費用】無料
【申込み】希望の時間(第二希望まで記入)、参加人数、代表者の住所(区内に勤労者は勤務先または通学先の所在地も)・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を、はがきで7月14日(必着)までに(株)京成エージェンシー 京成曳舟駅見学会係(〒103-0006 中央区日本橋富沢町4-10 京成日本橋富沢ビル)へ
＊1通につき4人まで申込可
＊当選者へ「ご案内状」を7月29日ごろに発送
【問合せ】立体化推進担当
☎5608-6263



納入通知書をお送りします
国民健康保険料の「公的年金からの特別徴収」

特別徴収の対象となる世帯については、世帯主の公的年金から、同じ世帯の国民健康保険加入者全員分の国民健康保険料を徴収します。
対象となる世帯へ、今月中旬に納入通知書をお送りします。
また、世帯の国民健康保険加入者全員が65歳～74歳である世帯のうち、特別徴収の対象とならなかった世帯で、口座振替を利用していない場合には、10月分～平成26年3月分の納付書をお送りします。

なお、特別徴収の対象となる世帯で、口座振替を希望する場合

合は、口座振替への変更申出書の提出が必要です。すでに口座振替をご利用の世帯でも、引き続き口座振替を利用する場合は、改めて申請が必要です。
【対象】次のすべての要件を満たす世帯▼世帯主が国民健康保険に加入している▼同じ世帯の国民健康保険加入者全員が65歳～74歳である▼世帯主の年金受給額が年間18万円以上である▼国民健康保険料と介護保険料の合算額が世帯主の年金受給額の2分の1を超えない
【問合せ】国保年金課こくほ資格係 ☎5608-6122

区政情報番組

ウィークリー すみだ
7月の番組表



キャスター
比嘉夏希さん

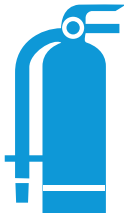
毎日、午前9時、正午、午後4時・8時(各30分間)に地上デジタル11チャンネルで放送しています。なお、放送終了後、区ホームページでもご覧いただけますので、各番組の閲覧開始時期については、お問い合わせください。
【問合せ】広報広聴担当 ☎5608-6220

- 7月7日(日)～13日(土)
- ニュースホットライン…区のイベントや取組をニュース形式で紹介
 - 区政トピックス…すみだまち歩き博覧会とリアル宝さがし in すみだ
 - すみだを学ぼう!…すみだゆかりの作家・芥川 龍之介
 - すみだ街歩きナビ…江戸の情緒があふれるすみだを巡る
- 7月14日(日)～20日(土)
- ニュースホットライン…区のイベントや取組をニュース形式で紹介
 - 区政トピックス…産業活力再生基礎調査
 - 特集…環境にやさしいまちづくり
- 7月21日(日)～27日(土)
- ニュースホットライン…区のイベントや取組をニュース形式で紹介
 - 区政トピックス…両国観光まちづくりグランドデザイン
 - すこやかガイド…夏の食中毒予防
 - 数字が語るわがまちすみだ…隅田川の花火
- 7月28日(日)～8月3日(土)
- ニュースホットライン…区のイベントや取組をニュース形式で紹介
 - 区政トピックス…中小企業都市サミットとスモールメイカースショー in すみだ
 - 特集…環境にやさしいまちづくり(7月14日～20日の再放送)

＊内容が一部変更になる場合があります。ご了承ください。
＊ケーブルテレビへの加入・問合せは、(株)J:COM 東京すみだ・台東局 ☎0120-999-000へ

毎月1日は
墨田区防災の日

備えよう
水・食糧は
わが家で



7月1日の点検項目

毎月5日は
すみだ環境の日

7月のエコな夏
「育てよう
緑のカーテン
エコな夏」



墨田区環境キャラクター
「地球くん」



身近な施設で、家族の楽しい休日
「暑さ対策」児童館の夏のイベント

施設名・問合せ	とき
東向島児童館(東向島6-6-12) ☎3611-2500	7月7日(日) 午前10時半～午後2時半
墨田児童会館(墨田2-30-15) ☎3614-7141	7月7日(日) ▶午前10時半～正午(乳幼児が対象) ▶午後1時～4時
さくら橋コミュニティセンター(向島2-3-8) ☎3623-2181	7月7日(日) 午前11時～午後4時半 ＊正午までは乳幼児が対象
江東橋児童館(江東橋1-15-4) ☎3634-8883	7月13日(土) ▶午前10時半～正午(乳幼児が対象) ▶午後2時～3時半(小学生以上が対象)
梅若橋コミュニティ会館(堤通2-9-1) ☎3616-1101	7月13日(土) 午後1時～3時
東駒形コミュニティ会館(東駒形4-14-1) ☎3623-1143	7月13日(土) 午後1時～3時半
文花児童館(文花1-32-11) ☎3619-5753	7月14日(日) 午前11時～午後3時
立川児童館(立川1-5-2) ☎3633-2874	7月15日(祝) 午前11時～午後3時
中川児童館(立花5-18-9) ☎3619-7188	7月21日(日) 午後1時半～3時

※近くの公園等で催しを行う施設もありますので、詳しくは各施設にお問い合わせください。

【申込み】当日直接会場へ
＊事前に参加引換券を配布する施設
や、事前申込みが必要な催しも
あるため、詳細は各問合せ先へ



任期満了に伴う参議院議員選挙が行われます

参議院議員選挙

■投票の種類

参議院議員選挙では、2種類の投票をします。

■投票の順序・方法

参議院(東京都選出) 議員選挙Ⅱ候補者の氏名を記載 ▼参議院(比例代表選出) 議員選挙Ⅱ候補者の氏名または政党名を記載

■期日前投票

仕事やレジャー等で投票日に投票できない方は期日前投票を利用できます。期日前投票を行う場合は、公示日前後に世帯ごとにお届けする入場整理券の裏面にある「宣誓書兼請求書」を記入のうえ、お持ちください。

なお、入場整理券がなくても対象者であれば投票できます。

■不在者投票

仕事先・旅行先などの滞在地の選挙管理委員会へ、不在者投票をすることがあります。不在者投票を行う場合は、選挙人名簿登録地の選挙管理委員会に、「不在者投票宣誓書兼請求書」を持参または郵送してください。なお、「不在者投票宣誓書兼請求書」は、問合せ先で配布しているほか、区ホームページから出力できます。

また、あらかじめ指定された病院や老人ホーム等では、施設内で不在者投票をすることができます。指定されているかはいかにしては、問合せ先、または入院・入所している施設にお問い合わせください。

■郵便等投票の請求

【対象】身体障害者手帳または、戦傷病者手帳、介護保険被保険者証をお持ちで、障害等の程度が郵便等投票の要件を満たす方

■請求方法

郵便等投票証明書を添えて投票日の4日前(必着)までに郵送で問合せ先へ *代理者による持参も可 *対象の詳細や証明書の交付は、事前に問合せ先へ

【問合せ】〒130-8640 選挙管理委員会事務局(区役所12階) ☎5608-6320 *本紙7月11日号で参議院議員選挙の投票日時等について掲載します。

今年で63回目を迎えます 社会を明るくする運動

今月は、「社会を明るくする運動」犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ」の強調月間です。このため、全国で様々な取組が予定されており、区内では、映画「あなたへ」の上映などを内容とする催しが行われます。【とき】7月20日(土)午後1時半～4時半 *開場は午後1時【ところ】曳舟文化センター(京島1-38-11)【定員】先着550人【入場料】無料【申込み】当日直接会場へ【問合せ】社会を明るくする運動墨田区推進委員会事務局(生涯学習課青少年担当内) ☎5608-6311



公職選挙法の改正

公職選挙法が改正され、次回の国政選挙から、インターネット等を利用した選挙運動が解禁されます。ただし、利用にあたっての制限や、引き続き禁止されている事項がありますので、ご注意ください。

■ホームページ等を印刷して頒布してはいけません

選挙運動用のホームページや、候補者・政党などから届いた選挙運動用の電子メール等、選挙運動用の文書図画を出力して頒布してはいけません。

■未成年者は選挙運動をしてはいけません

また、次回の選挙から、成年被後見人の方が投票できるようになります。詳しくは、お問い合わせください。

■インターネット等を利用した選挙運動の規制例

■有権者は電子メールを使って選挙運動をしてはいけません

電子メールを使って選挙運動用の文書図画を頒布できるのは、候補者・政党などに限ります。有権者は候補者・政党などから送られてきた選挙運動用の電子メールを、転送により頒布することもできません。

■選挙運動期間外に選挙運動をしてはいけません

インターネット選挙運動が解禁になっても、選挙運動を行える期間は選挙期日の公示・告示日から投票日の前日までです。【問合せ】選挙管理委員会事務局 ☎5608-6320 *インターネット等を利用した選挙運動の詳細については、総務省のホームページを参照

注意報等が発令された場合は、ご注意ください 光化学スモッグ

日差しが強い、風が弱い、気温が高いなどの気象条件がそろると、光化学スモッグが発生しやすくなります。光化学スモッグは、喉の痛み、目のかゆみ、吐き気、手足のしびれ、呼吸困難、意識障害などの症状を引き起こすおそれがありますので、光化学スモッグ注意報等が発令された場合は、屋外での運動や外出を控え、窓を閉めましょう。

もし、上記のような症状が出た場合には、うがいをしたり、水道水で目を洗ったりしてください。それでも症状が治まらない場合には、最寄りの医療機関や保健センターへご相談ください。

【問合せ】▶環境保全課指導調査担当 ☎5608-6210 ▶向島保健センター ☎3611-6135 ▶本所保健センター ☎3622-9137



参加申込者を募集しています インターネット公売

インターネット公売とは、住民税等の滞納者から差し押さえた財産を、インターネットを利用して入札または、せり売りで売却し、売却後の代金を滞納額へ充てる手続のことです。今回は、腕時計・財布・ネックレス・布団乾燥機・DVDレコーダーの公売を行います。詳しくは、お問い合わせください。区ホームページをご覧ください。

公売方法

【問合せ】税務課納税係 ☎5608-6147

■平成25年度「すみだの力応援基金」からの助成事業の公開プレゼンテーション

「すみだの力応援基金」は、皆さんからの寄付を積み立て、地域のまちづくり活動に助成するための基金です。5月から6月にかけて募集した、基金からの助成を希望する事業について、この度、提案団体が事業内容を説明するプレゼンテーションを開催します。どなたでも傍聴できますので、ぜひ、ご参加ください。

【とき】7月7日(日)午前9時20分～【ところ】すみだリバーサイドホール1階ギャラリ(区役所に併設)【申込み】当日直接会場へ【問合せ】区民活動推進課区民活動推進担当 ☎5608-6202 *助成の可否・助成額については、別途開催する審査会を経て、区が決定

引き続きご協力ください 夏期の節電

区では、国からの要請を受けて、7月～9月の夏期期間に、区役所等の区施設において、節電を実施します。

また、区民の皆さんも、体に負担のかからない範囲で、節電に取り組んでください。節電を行いながら暑さを和らげるための工夫として、緑のカーテンの育成や打ち水などが効果的です。エアコンを使用する場合は、設定温度を1℃下げるよりも扇風機を併用する方が節電になります。引き続き、節電へのご協力をお願いします。

【問合せ】環境保全課環境管理担当 ☎5608-6207

すこやか
ライフ

●墨田区保健所のホームページ

☎ http://www.city.sumida.lg.jp/hokenzyo/

●向島保健センター：〒131－0032 東向島5－16－2 ☎3611－6135

●本所保健センター：〒130－0005 東駒形1－6－4 ☎3622－9137

都内の
医療機関
情報案内
(24時間案内)

●都医療機関案内サービス「ひまわり」
☎5272-0303・FAX 5285-8080
●東京消防庁「救急相談センター」
▶携帯・PHS・フッシュ回線 ☎ # 7119
▶23区ダイヤル回線 ☎3212-2323

子宮頸がん予防ワクチン接種の積極的勧奨の差し控え

6月14日に厚生労働省から通知があり、子宮頸がん予防ワクチンの接種については、積極的な勧奨を差し控えることになりました。現在、接種を積極的にはお勧めしていませんが、定期接種として希望する方は、有効性と副反応のリスクを理解したうえで受けるようにしてください。

【問合せ】保健予防課感染症係 ☎5608－6191

講座「赤ちゃんのいる生活って」

【とき】7月24日(水)午後1時半～3時半**【ところ】**本所保健センター**【対象】**区内在住の出産を迎える夫婦

*妊婦のみの参加也可**【定員】**先着30人**【費用】**無料**【申込み】**7月2日午前8時半から電話で本所保健センターへ

子ども料理教室「3歳からのクッキング『親子でイタリアン』」

【とき】7月24日(水)午後1時半～3時半**【ところ】**すみだ中小企業センター（文花1－19－1）**【内容】**本格ピザ作り**【対象】**区内在住で、3歳～就学前の子どもとその保護者**【定員】**先着12組**【費用】**無料**【持ち物】**エプロン、バンダナ、手拭きタオル、ふきん**【申込み】**7月2日午前8時半から電話で向島保健センターへ

パパのための出産準備クラス

【とき】7月27日(土)午前9時半～正

午**【ところ】**向島保健センター**【内容】**赤ちゃんのお世話の仕方、妊婦疑似体験、情報交換など**【対象】**区内在住で当日妊娠25週以降（初産）の夫婦**【定員】**20組 *定員を超えた場合

は出産予定日に近い方を優先**【費用】**無料**【申込み】**講座名・開催日・住所・夫婦の氏名・電話番号・出産予定日を往復はがきで7月10日（消印有効）までに向島保健センターへ

■7月の健康相談窓口

種別	向島保健センター	本所保健センター
健康相談（要予約）	月曜日～金曜日 *電話での相談も可 *保健師・栄養士・歯科衛生士等が対応	
育児相談	【受付時間】 1日(月)・22日(月) 午前9時～10時	【受付時間】 16日(火) 午前9時半～10時半
心の健康相談（要予約）	3日(水)・17日(水)	24日(水)
依存症相談（要予約）	17日(水)	－
思春期相談（要予約）	－	10日(水)

●表中の相談以外に「認知症相談」があり、各保健センターで随時受け付けています。

■健康診査・骨密度検診・がん検診

*いずれも年齢は平成26年3月31日現在
*各健康診査と検診は年度内に各1回のみ(子宮がん検診・乳がん検診は2年度に1回のみ)受診可

健康診査・検診名	とき・受付時間	ところ	内容・対象・定員・費用	申込み(「16歳から39歳の方の健康診査」と各がん検診は、区ホームページから電子申請も可)
16歳から39歳の方の健康診査(若年区民健康診査)	7月17日(水)午後5時半～7時	本所保健センター	【内容】 身体・血圧測定、胸部エックス線・尿・血液検査等 【対象】 区内在住で16歳～39歳の方 *治療中の方は受診不可 【定員】 先着100人 【費用】 無料 *事前申込みによる一時保育あり(先着20人)	7月2日午前8時半から電話で本所保健センターへ
骨密度検診	7月22日(月)▶午前9時～▶午前10時～		【内容】 超音波検査 【対象】 区内在住で、40・45・50・55・60・65・70歳の女性 【定員】 先着40人 【費用】 無料	7月3日午前8時半から電話で本所保健センターへ
大腸がん検診	平成26年3月31日(月)までの実施医療機関診療日	区内実施医療機関	【内容】 便潜血検査 【対象】 区内在住の35歳以上で、区の実施する健康診査と同時に大腸がん検診を受診することができない方 *原則、健康診査の対象者は受診不可 【費用】 400円 *生活保護受給者等は無料	検診名・住所・氏名・生年月日・電話番号を、はがきで26年3月7日(必着)までに〒130－8640保健計画課健康推進担当 ☎5608－8514へ
子宮がん・乳がんセット検診	東京都予防医学協会検診実施日 *両方の検診を同日に実施	東京都予防医学協会(新宿区市谷砂土原町)	【内容】 ▶子宮がん検診＝視診、頸部細胞診 ▶乳がん検診＝視触診、マンモグラフィ 【対象】 区内在住で40歳以上の女性 *授乳中の方、豊胸手術を受けた方、ペースメーカーを装着している方は受診不可 【費用】 無料	随時、検診名・住所・氏名・生年月日・電話番号を、はがきで〒130－8640保健計画課健康推進担当 ☎5608－8514へ
子宮がん検診	実施医療機関診療日	区内実施医療機関	【内容】 視診、頸部細胞診 【対象】 区内在住で20歳以上の女性 *妊娠中の方は受診できない場合あり 【費用】 無料	随時、電話で各保健センターへ *乳がん検診の受診希望者で、豊胸手術を受けた方、ペースメーカーを装着している方は、保健計画課健康推進担当 ☎5608－8514へ事前に相談が必要
乳がん検診		実施医療機関	【内容】 視触診、マンモグラフィ 【対象】 区内在住で40歳以上の女性 *授乳中の方は受診不可 【費用】 無料	
肺がん検診	毎月1回、原則木曜日▶午前9時～▶午前10時～	向島保健センター	【内容】 胸部エックス線検査、喀たん検査 【対象】 区内在住で40歳以上の方 【費用】 無料	随時、検診名・住所・氏名・生年月日・電話番号を、はがきで、希望する保健センターへ *各月の実施日は各保健センターへ確認
	毎月1回、原則水曜日▶午前9時～▶午前10時～	本所保健センター		
胃がんリスク検診	11月30日(土)までの実施医療機関診療日	区内実施医療機関	【内容】 血液検査 【対象】 区内在住で40・50・60歳の方 *問診結果によっては、受診できない場合あり 【定員】 各年齢先着400人程度 【費用】 無料	検診名・住所・氏名・生年月日・電話番号を、はがきで11月15日(必着)までに〒130－8640保健計画課健康推進担当 ☎5608－8514へ

- 「子宮がん・乳がんセット検診」は東京都予防医学協会で、「肺がん検診」は各保健センターで、あらかじめ受診日時を指定して受診票を送付します。なお、申込状況により、受診日が3か月以上先になる場合もあります。体調その他やむを得ない理由により指定日時の受診が困難な場合は、受診日時が変更できることもありますので、直接、東京都予防医学協会(肺がん検診は各保健センター)にお申し出ください。
- 精密検査等の二次検査は保険診療(有料)になります。
- 検診の対象となる部位において、術後、疾病治療中または経過観察中の方は受診できません。また、「乳がん検診」、「肺がん検診」は、妊娠中または妊娠の可能性のある方も受診できません。
- はがきでの申込みは、1人1枚となります。なお、記載漏れは無効となることがありますので、ご注意ください。
- 区ホームページ内の電子申請のページには、右のコードを携帯電話等で読み取ることでも接続できます。



コード

！休日等の急病のときには

■墨田区休日応急診療所

受付時間	ところ・電話番号	診療科目
午前9時～午後9時半	すみだ福祉保健センター(向島3－36－7)内 ☎5608－3700	内科、小児科

●保険証や医療証等を必ずお持ちください。

■すみだ平日夜間救急こどもクリニック

受付時間	ところ・電話番号	診療科目
午後7時～9時45分	同愛記念病院(横綱2－1－11)救急外来内 ☎3625－1231	小児科(15歳以下の急病患者)

●診療日は月曜日～金曜日(祝日・年末年始を除く)です。保険証や医療証等を必ずお持ちください。なお、駐車場は有料です。

■休日の歯科・整形外科応急診療医院(7月)

とき	医院名	ところ・電話番号
7日	難波歯科医院	八広6－36－1 ☎3611－7493
	みどり整形外科クリニック	緑1－14－2 ☎5638－8181
14日	正慶歯科医院	太平1－5－1 ☎3622－6826
	大山整形外科	京島3－34－7 ☎3613－7577
15日	今井歯科医院	東向島2－32－23 ☎3610－1971
21日	なかの歯科医院	石原2－15－9 交楽堂ビル2階 ☎3829－0008
	厚生クリニック(整形外科)	立花5－3－8 ☎3611－0028
28日	根本歯科医院	八広2－54－18 ☎3611－3452
	みのわ整形外科	立花4－25－4 ☎3616－3420

●いずれも診療時間は午前9時～午後5時です。保険証や医療証等を必ずお持ちください。

●歯科の受診については、事前に電話で予約のうえ、ご来院ください。

☎＝電話 FAX＝ファクス ☎＝Eメール 🏠＝ホームページアドレス

広告 不動産(貸地・借地・境界)無料相談会毎月第3土曜日10時～15時墨田区緑1-24-5測量舎内 ☎0120-013-458要予約

人が輝く

講座・教室・催し

暮らし

健康・福祉

子ども

仕事・産業

税金・国保

文化・スポーツ

イベント

区政その他

ほけっと(区主催以外)

内=内容 種=種別 対=対象 定=定員 費=費用 持=持ち物 申=申込み 問=問合せ

区分	名称	とき	ところ	対象・定員・費用・申込み・問合せ等
子ども	育児サポーター養成教室(全3回)	▶7月6日(土)午後2時～4時 ▶7月7日(日)・14日(日)午前10時～正午	八広地域プラザ(八広4-35-17) 	内子どもとのコミュニケーション方法などについて学ぶ 対教室修了後、育児サポーターとして活動できる方 定先着15人 費2000円 申事前に八広地域プラザ ☎6657-1549へ
	夏の親子料理教室	7月23日(火)・26日(金)午前10時半～午後2時	▶7月23日=家庭センター(亀沢3-24-2) ▶7月26日=すみだ中小企業センター(文花1-19-1)	内学校給食の人気メニュー(ナシゴレン・白玉フルーツポンチ等)の調理を栄養士と一緒に学ぶ 対区内在住の小・中学生とその保護者 定各日先着30人 費無料 申7月2日午前9時から電話で学務課給食保健・就学相談担当 ☎5608-6305へ
	科学を知ろう!	7月25日(木)▶午前の部=午前10時半～ ▶午後の部=午後1時半～ *各部40分程度	すみだ産業会館(江東橋3-9-10)	内親子で楽しめる科学演劇「科学戦隊実験ジャー 対 ナゾナゾマン」を観賞し科学について学ぶ 対小学生以上 定各部300人 *定員を超えた場合は区内在住在学者を優先 費無料 申希望の部・住所・氏名・職業・学校名・電話番号を往復はがきで7月10日(消印有効)までに、すみだ産業会館(〒130-0022江東橋3-9-10) ☎3635-4351へ *1通につき複数人の申込可 問産業経済課産業振興担当 ☎5608-6186
	ファミリーキャンプ in 赤城	8月9日(金)～11日(日) *2泊3日 	【宿泊先】国立赤城青少年交流の家(群馬県前橋市富士見町赤城山27) *区役所1階アトリウムで集合・解散 *往復バスを使用	内ハイキング、キャンプファイヤー、ニュースポーツ体験等 対区内在住で、ハイキングに参加できる子どもとその家族 定15組程度(抽選) 費▶中学生以上=1人1万9000円 ▶小学生以下=1人1万7000円 *いずれも保険料込み 申7月16日までに、スポーツ振興課スポーツ振興担当(区役所11階) ☎5608-6312へ
	中高生のためのサマーアドベンチャー in 高尾	▶区内講習=8月14日(水)午前9時～午後4時半 ▶宿泊研修(2泊3日)=8月15日(木)～17日(土)	▶区内講習=すみだ中小企業センター(文花1-19-1) ▶宿泊研修=高尾の森わくわくビレッジ(八王子市川町55)	内チームで協力しながら課題を解決する「冒険活動」等 対区内在住在学で、全日程参加できる中学生・高校生 定30人(抽選) 費▶中学生=8000円 ▶高校生=1万円 *いずれも宿泊費・食費・保険料込み 申住所・氏名(ふりがな)・学校名・学年・性別・電話番号、保護者の氏名を郵送または、ファクスで7月8日(必着)までに墨田区少年団体連合会 PA 担当(〒130-0003横川5-9-1-1008・野城方) ☎・FAX3626-9377へ 問生涯学習課青少年担当 ☎5608-6311
産仕事・	保育士等のための就職支援研修・就職相談会	7月17日(水)▶研修=午前10時～午後2時半 ▶相談会=午後2時半～4時	曳舟文化センター(京島1-38-11)	内▶研修=保育所保育指針等についての講義 ▶相談会=認可保育園等の保育方針や、就職についての個別相談 対保育士、保育士の資格を取得見込みの方など 定▶研修=先着100人 費無料 申事前に電話で東京都福祉人材センター ☎5211-2860へ 問児童・保育課保育係 ☎5608-6161
文化・スポーツ	初心者向け河内音頭練習会7月講座	7月13日(土)午後7時～8時半 7月20日(土)午後7時～8時半	吾妻橋会館(吾妻橋1-23-27) 江東橋三丁目町会会館(江東橋3-6-2)	内8月28日(水)・29日(木)に錦糸町で開催される恒例行事「河内音頭大盆踊り」に向けた練習会 定各日先着30人 費各日500円(飲物代込み) 持▶7月13日=室内用の運動靴または草履 申事前に電話で錦糸町河内音頭実行委員会 坂井 由香子 ☎3622-7063へ *受付は午前9時～午後8時 *当日、空気があれば会場でも申込可 問産業経済課産業振興担当 ☎5608-6187
	健康体力づくり教室(各教室全8回)	7月31日(水)～9月28日(土) *各教室の日程の詳細は申込先へ	スポーツプラザ梅若(墨田1-4-4)	種太極拳、エアロビクスなど 対区内在住在勤で18歳以上の方 定各教室60人(抽選) 費各教室2300円 申7月9日までに、スポーツプラザ梅若 ☎5630-8880へ *申込みは1人につき1教室のみ
イベント	わんぱく天国へみんな集まれ「かぶと虫とほたる観賞のタベ」 	7月6日(土)・7日(日)▶オープニング=6日午後6時～、7日午後6時半～ ▶ほたる観賞のタベ=6日・7日午後7時～9時 *入場は午後8時半まで ▶クイズ大会=7日午後3時～	わんぱく天国(押上1-47-8)	内▶オープニング=和太鼓の演奏(6日)、SBG ウィンドオーケストラの演奏(7日) ▶ほたる観賞のタベ=幻想的に飛び交うほたるの観賞 ▶クイズ大会=子どもを対象として、自然に関するクイズを出題し、正解数の上位50人(同じ正解数の方が多数の場合は抽選)にかぶと虫をプレゼント 【入場料】無料 申当日直接会場へ 問わんぱく天国 ☎3612-1456
区政その他	第7回墨田区景観審議会の傍聴	7月10日(水)午前10時～	墨田区議会第2委員会室(区役所17階)	【予定案件】東京都慰霊堂の改修計画について 定10人(抽選) 申住所・氏名・電話番号を電話または、ファクス、Eメールで7月8日までに都市計画課都市計画・景観担当 ☎5608-6266・FAX5608-6409・✉TOSHIKEIKAKU@city.sumida.lg.jpへ
	第8回墨田区都市計画審議会高度地区特例の認定及び許可に係る専門部会の傍聴	7月12日(金)午前10時～	すみだリバーサイドホール1階会議室(区役所に併設)	【予定案件】東京都市計画高度地区(墨田区決定)特例の許可について 定10人(抽選) 申住所・氏名・電話番号を往復はがきで7月8日(必着)までに〒130-8640都市計画課庶務・交通担当 ☎5608-6260へ *往信に「都市計画審議会専門部会傍聴希望」と記入

いきいきすみだ

募集

暮らし

健康・福祉

子ども

仕事・産業

税金・国保

文化・スポーツ

イベント

区政その他

内=内容 種=種別 対=対象 定=定員 選=選考方法 費=費用 持=持ち物 申=申込み 問=問合せ

区分	名称	内容・対象等	申込み・問合せ等
暮らし	区民住宅(中堅所得世帯用)あき家入居者の募集	【募集住宅の概要】シティハイツ京島(京島3-34-7)・3DK(62.87㎡)・2戸 【入居者負担額(月額)】9万1600円～10万8900円 *別途、共益費5000円が必要 対区内在住在勤で、次のすべての要件を満たす方▶現に同居しているか同居しようとする親族がいる ▶所得が定められた基準内である ▶住民税を滞納していない *ほかにも要件あり	【募集パンフレットと申込書の配布期間・場所】7月12日(金)まで・住宅課(区役所9階)、区民情報コーナー(区役所1階)、各出張所 *土・日曜日は区民情報コーナーのみ *区ホームページから出力可 申申込書を▶直接=7月12日までに ▶郵送=7月16日(必着)までに 〒130-8640住宅課公営住宅担当 ☎5608-6214へ *申込書を直接持参する場合は、収入がある方全員の平成24年中の所得が分かるものも必要

☎=電話 FAX=ファクス ✉=Eメール 🌐=ホームページアドレス

広告 錦糸町法律相談センター：弁護士会の法律相談 ☎5625-7336 (月～土9時30分～12時、13時～16時)

人が輝く 講座・教室・催し

暮らし 健康・福祉 子ども 仕事・産業 税金・国保 文化・スポーツ イベント その他 行政区政 ほか(区主催以外)
内=内容 種=種別 対=対象 定=定員 費=費用 持=持ち物 申=申込み 問=問合せ

区分	名称	とき	ところ	対象・定員・費用・申込み・問合せ等
暮らし	社会保険労務士による無料相談(年金、労務管理等)	7月3日(水)午後1時～4時半 ＊毎週水曜日に開催	区役所1階区民相談コーナー	申 当日直接会場へ 問 ▶すみだ区民相談室 ☎5608－1616 ▶東京都社会保険労務士会墨田支部広報担当 ☎3617－5035
	司法書士による無料法律相談(不動産や会社の登記等)	7月4日(木)・18日(木)午後2時～4時 ＊毎月第1・第3木曜日に開催	すみだ区民相談室(区役所1階)	申 当日直接会場へ 問 ▶すみだ区民相談室 ☎5608－1616 ▶東京司法書士会墨田・江東支部 ☎3635－1900
	弁護士による権利擁護法律相談	7月18日(木)午後1時半～4時半	すみだボランティアセンター(東向島2－17－14)	内 ▶判断能力が不十分な方のための権利擁護法律相談 ▶福祉サービスの苦情相談 ▶親族や後見人からの相談 費 無料 申 事前に電話で、すみだ福祉サービス権利擁護センター ☎5655－2940へ
	リサイクル手作り講座「ネクタイでポシェット、モダンに仕上げてみませんか」	7月20日(土)午後1時～3時半	すみだ環境ふれあい館(文花1－32－9)	対 区内在住在勤在学の中学生以上 定 20人(抽選) 費 300円(材料費込み) 持 ネクタイ1本(幅の広いもの)、30cmものさし、裁縫道具など 申 住所・氏名・年齢・電話番号を往復はがきで7月8日(必着)までに、すみだリサイクル活動センター(〒130－0003横川5－10－1－111) ☎5611－7740へ ＊抽選結果は7月13日ごろに返信
	すみだ環境ふれあい館の夏休みプログラム		 ネクタイが素敵なポシェットに生まれ変わります	申 事前に催し名、参加者全員の氏名・年齢、代表者の電話番号を直接または電話、Eメールで、すみだ環境ふれあい館 ☎3611－6355・✉kankyofureaikan@song.ocn.ne.jpへ ＊電話受付は午前10時～午後5時(月・水曜日を除く) ＊汚れても構わない服装で参加
	▶雨水と石けんで地球にやさしくつ洗い	7月20日(土)午後1時半～3時半		対 小学生とその保護者 定 先着15組 費 無料 持 学校で使用している上履きなどの靴、濡れた靴を持ち帰るための袋、タオル
	▶シャボン玉で遊ぼう & 緑のカーテンと野菜の観察	7月21日(日)午後1時半～3時半		対 小学生以上 ＊小学校3年生以下は保護者の同伴が必要 定 先着20人 費 無料 持 帽子
	▶雨の恵みで草木染め「オリジナルハンカチをつくろう」	7月28日(日)午後1時半～3時半		内 雨水と植物を使い世界で1枚のオリジナルハンカチを作る 対 小学生以上 ＊小学校3年生以下は保護者の同伴が必要 定 先着20人 費 300円(材料費) 持 玉ねぎの皮
	子育てママ & パパの楽チン楽しいクッキング	7月21日(日)▶沖釣り・調理＝午前7時～午後6時 ▶調理のみ＝午後3時～6時	▶沖釣り＝東京湾内 ＊吾嬬西公園(八広6－53－16)に午前7時集合 ▶調理＝八広地域プラザ(八広4－35－17)	内 東京湾内で釣った魚(シロギスなど)を調理し、そうめんや天ぷらを作る ＊調理のみの参加も可 定 先着20人 費 ▶沖釣り・調理＝1万円 ▶調理のみ＝1000円 ＊いずれも材料費込み 申 事前に八広地域プラザ ☎6657－1549へ
健康・福祉	花の植え替えボランティア講習会	7月22日(月)▶午前10時～正午 ▶午後1時～3時	すみだリバーサイドホール1階会議室(区役所に併設)	内 植え替えの基礎について学び、東京スカイツリーの付近に設置するハンギングバスケットやプランターの植え替え作業を行う 定 各先着30人 費 無料 申 7月2日午前9時から環境保全課緑化推進担当(区役所14階) ☎5608－6208へ ＊花苗のプレゼントあり
	高齢者などのためのパソコン教室	7月13日(土)・14日(日)午後1時半～4時 ＊両日とも同一内容	なりひらホーム(業平5－6－2)	対 区内在住の方 定 各日5人(抽選) 費 無料 申 希望日(両日の申込みも可)・住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を電話または、ファクスで7月8日までに、なりひらホーム ☎5819－3741・FAX5819－3185へ
	高齢者の太極拳教室(全4回)	7月20日～8月10日の毎週土曜日午前10時～正午	立花ゆうゆう館(立花6－8－1－102)	対 区内在住で60歳以上の方 定 16人(抽選) 費 無料 申 7月5日までに立花ゆうゆう館 ☎3613－3911へ
	高齢者のための健康トレーニング(各部全24回)	9月2日～12月5日の月・木曜日▶午前の部＝午前10時～正午 ▶午後の部＝午後1時～3時 ＊祝日を除く	いきいきプラザ(文花1－32－2)	対 詳細は申込先へ 定 各部8人(選考) 費 無料 ＊受講の申込みに必要な「医師の意見書」の作成料は自己負担 【現地説明会の開催日時】▶7月10日(水)午後4時～ ▶7月15日(祝)午前9時～ ＊両日とも同一内容 ＊受講には説明会への参加が必要 申 各説明会の開催前までに電話で、いきいきプラザ ☎3618－0961へ

あす

身近なところで“ボランティアの種”を探してみましょう

墨田区長 山崎 昇



今年も、たくさんのボランティアに支えられ、クリーンキャンペーンが行われました

本格的な夏の到来が目前に迫り、気温・湿度ともに高い日が増えています。屋外だけでなく室内でも熱中症になるリスクが高くなりますので、皆様のご家庭でも、エアコンや扇風機等を効果的に使い、こまめに水分補給をするなど熱中症の予防を心掛けてください。

さて、7月1日は「すみだ・ボランティアの日」です。これは、昭和60年7月1日に、区のボランティア活動の拠点として「すみだボランティアセンター」が開設したことに由来しています。“ボランティア”という言葉には、ラテン語で「自由意志」、フランス語で「喜びの精神」という意味があるそうです。ボランティア活動は、「誰かのための行動」だけではなく、「自分の自由な意志で行い、自分

の心が満たされること」につながります。例えば、近所の子どもへの目配りや一人暮らしの高齢者の方との交流なども、相手に喜ばれ、自らも充足されるものであれば、立派なボランティア活動と言えます。

人と人とのふれあいを大切にして、お互いに支え合う「人にやさしいまち」を実現するためには、こうしたささやかな活動の積み重ねが何よりも大切だと思います。

区では、ボランティア活動の輪を広げるため、「すみだ地域福祉・ボランティアフォーラム」など様々な事業を行っています。

この機会に、皆さんも日々の生活で“ボランティア活動の種”を見つけ、大きく育ててみてはいかがでしょうか。