

墨田区のお知らせ

NO.1823

2016年
(平成28年)

7/1

毎月1日・11日・21日発行

◆2面以降の主な内容

2・3面・・・住民意識調査

4～6面・・・講座・教室・催し・募集

7面・・・すこやかライフ

8面・・・すみだ三十六景

つながる
墨田区

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

<http://www.city.sumida.lg.jp/>めまい 立ちくらみ
吐き気
頭痛

こうなる前に！

熱中症予防

熱中症は、高温多湿の環境に長くいることで、体温の調節機能がうまく働かなくなり、体内に熱がこもるために起こります。気温の高い日だけでなく、暑さに慣れていない時期や体調が悪い日などにも注意が必要です。熱中症の予防方法を知り、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

熱中症を予防する4つのポイント

涼しい服装

- ▶ 帽子や日傘を使う
- ▶ 襟元を緩めて通気を良くする
- ▶ 吸汗性・速乾性に優れた服を着る



こまめな水分補給

- ▶ 喉が渇く前に水分をとる
- ▶ 入浴の前後や寝る前に水分をとる
- ▶ 汗をかいた時は塩分も一緒にとる



体調の管理

- ▶ 十分な睡眠や休憩を取る
- ▶ 日陰などでこまめに休憩する
- ▶ 体調が悪いときは無理をしない



室温の調整

- ▶ 窓を開けて風通しを良くする
- ▶ エアコンや扇風機を上手に使う
- ▶ すだれやカーテンを使って、日差しを遮る



！ 乳幼児と高齢者は特に注意を！



乳幼児



高齢者



- ▶ 汗腺など、体温調節機能が十分に発達していない
- ▶ 暑さを感じても、自分では水を飲んだり、服を脱いだりといった判断が難しい

- ▶ 体内の水分が不足しがち
- ▶ 喉の渇きや暑さを感じにくい
- ▶ 暑さに対する体の調節機能が低下している

！ 室内でも熱中症になります！

室内の温度や湿度が高かったり、閉め切っていて空気の通りがなかったりといった状況では、室内であっても熱中症に注意が必要です。



上記のような条件・状況では、左の4つのポイントを特に意識して、熱中症を防ぎましょう。

熱中症が疑われるときは、次のように対処しましょう

めまい

頭痛

体の
だるさ筋肉の
けいれん

吐き気

- ▶ 涼しい場所に避難する
- ▶ 衣類を緩め、体を冷やす
- ▶ 水分・塩分を補給する

呼びかけに反応しないなど、意識がはっきりしないときは、すぐに救急車を呼びましょう！



2年に一度の調査にご協力ください 住民意識調査

区民の皆さんから区政の各分野についての意向や要望をお聴きし、区の施策推進・政策立案の基礎資料とするため、住民意識調査を行います。この調査の対象となった方には、区が委託した調査員が直接、今月中旬以降に調査票をお届けし、後日、改めて回収に伺います。

【対象】住民基本台帳から無作為に抽出した20歳以上の方1500人**【問合せ】**広報広聴担当 ☎5608－6222 ＊調査結果は、本紙や区ホームページ等に掲載



ご協力ありがとうございました 平成28年経済センサスー活動調査

事業所を対象とした、経済センサスー活動調査にご協力いただき、ありがとうございました。皆さんから提出された調査票は、厳重に保護され、外部に漏れることはありません。もし、提出がお済みでない場合は、至急ご提出をお願いします。なお、この調査の集計結果は、平成29年5月以降に順次公表する予定です。

【問合せ】区民活動推進課統計担当 ☎5608－6275 ＊この調査の詳細は、総務省統計局のホームページを参照



大切な一票を活かすため、必ず投票 しましょう 参議院議員選挙

【投票日時】7月10日(日)午前7時～午後8時**【持ち物】**入場整理券 ＊入場整理券は、世帯の対象者全員分を一つの封筒に入れて郵送 ＊入場整理券がない場合でも対象者であれば投票可**【区内で転居した方の投票所】**▶平成28年6月1日までに転居の届出をした方＝新住所地の投票所 ▶28年6月2日以降に転居の届出をした方＝前住所地の投票所

■点字投票

目の不自由な方は、点字で投票することができます。

■代理投票

身体に障害等があり、候補者名や政党名を記入

できない方は、係員が代筆します。

■体が不自由な方への介助

車椅子を利用する方などは、係員が投票所内の移動を介助します。

■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、期日前投票ができます。

■選挙公報

選挙公報は、区内の全てのご家庭に配布します。また、各出張所・図書館等でもご覧になれます。

・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
【問合せ】選挙管理委員会事務局 ☎5608－6320



ご協力ください 夏期の節電

7月～9月に区役所等の区施設で、節電を実施します。

区民の皆さんも、体に負担のかからない範囲で節電にご協力をお願いします。暑さを和らげる工夫として、すだれの活用や緑のカーテンの育成、打ち水などが効果的です。エアコンを使う場合、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。また、エアコンの室外機は日が当たらないようにすると、冷却効率が良くなり節電につながります。

【問合せ】環境保全課環境管理担当 ☎5608－6207



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くと、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、吐き気、目のかゆみ、手足のしびれ、呼吸困難、意識障害等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、外出や屋外での運動を控え、窓を閉めましょう。もし、上記のような症状がでた場合には、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

区政情報番組

ウィークリー

7月の番組表

すみだ



キャスター
太田聖子さん

毎日、午前9時、正午、午後4時・8時から地上デジタル11チャンネルで放送しています(各15分間)。なお、放送終了後、区ホームページでもご覧いただけます。
【問合せ】広報広聴担当 ☎5608－6220

区＝こんにちは、区長です **数**＝数字が語るわがまちすみだ **知**＝すみだのそこが知りたい **北**＝すみだと北斎 **特**＝特集
き＝きらっと すみだモダン

	午前9時	正午	午後4時	午後8時
7月3日(日)～9日(土)	区 新墨田区基本計画を策定しました 数 夏はやっぱり！隅田川花火大会			
7月10日(日)～16日(土)	特 人が支えあう高齢者施策	区 新墨田区基本計画を策定しました 数 夏はやっぱり！隅田川花火大会	特 人が支えあう高齢者施策	区 新墨田区基本計画を策定しました 数 夏はやっぱり！隅田川花火大会
7月17日(日)～23日(土)	知 暑さに負けず、夏を乗り切ろう！ 北 楽しもう！北斎作品			
7月24日(日)～30日(土)	知 暑さに負けず、夏を乗り切ろう！ 北 楽しもう！北斎作品	特 人が支えあう高齢者施策	知 暑さに負けず、夏を乗り切ろう！ 北 楽しもう！北斎作品	特 人が支えあう高齢者施策
7月31日(日)～8月6日(土)	知 アウトオブキッズニア＆宝探し き すみだモダン認証商品から2点紹介			

* 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 ☎0120-999-000へ



夏を快適に過ごしましょう クールシェア

夏の昼間は公園の木陰や水辺、図書館等に出かけて、みんなで涼しさを共有するクールシェアをしてみませんか。熱中症の予防や自宅の節電につながります。また、家族全員が一部屋で過ごせば、エアコンの使用台数が減り効果的です。

【問合せ】環境保全課環境管理担当 ☎5608－6207



ポイント券と交換します すみだぽいんと終了

墨田区商店街連合会が実施している「すみだぽいんと事業」は、9月30日をもってポイントの使用ができなくなります。なお、現在お持ちのポイント券を平成29年3月31日まで使用できる「すみだぽいんと券」に交換しています。期限を過ぎると無効となりますので、ご利用の方はポイントカードをご持参のうえ、お早めにお越しください。

【交換期間】9月30日(金)までの午前10時～午後4時 ＊土・日曜日、祝日を除く**【交換場所】**墨田区商店街連合会事務局(区役所14階産業経済課内)**【問合せ】**墨田区商店街連合会事務局 ☎5608－1111(内線5436)



夏季利用申込みを受け付けます あわの自然学園

【とき】7月20日(水)～8月31日(水) ＊区の事業等により、利用できない日および一部の部屋だけの利用となる日あり**【ところ】**栃木県鹿沼市上粕尾1041(東武日光線新鹿沼駅から、バスで約1時間20分)**【対象】**区内在住在勤者を含む3人以上の団体**【利用料(1泊)】**▶大人＝600円 ▶3歳～中学生＝150円 ▶2歳以下＝無料 ＊別途、食事代が必要**【申込み】**事前に直接、学務課給食保健・就学相談担当(区役所11階) ☎5608－6304へ ＊電話で空室状況の照会も可



ご注意ください 集会所等の一時休館

江東橋集会所(江東橋5－16－15)および立川集会所(立川1－5－2)、吾妻橋会館(吾妻橋1－23－27)は、施設改修等のため一時休館します。
【休館期間】▶江東橋集会所＝7月19日(火)～9月3日(土) ▶立川集会所＝7月21日(木)～8月31日(水) ▶吾妻橋会館＝8月1日(月)～31日(水)
【問合せ】▶区民活動推進課区民活動推進担当 ☎5608－6201 ▶墨田まちづくり公社 ☎3616－5254



ご注意ください 社会福社会館の臨時休館

社会福社会館(東墨田2－7－1)は、参議院議員選挙の投票所になるため、投票日当日は臨時休館となります。
【休館日】7月10日(日)**【問合せ】**社会福社会館 ☎3619－1051

毎月5日は すみだ環境の日

7月のエコしぐさ
暑い夏
緑のカーテン 涼やかに



墨田区環境キャラクター
「地球くん」

**お送りしました
にこにこ入浴証引換はがき**

区内在住の65歳以上の方(特別養護老人ホーム入居者を除く)に、にこにこ入浴証引換はがきをお送りしました。

お近くの公衆浴場で、にこにこ入浴証と引換えの上、ご利用ください。毎週金曜日は無料で、特定日(毎月25日のすみだ家庭の日、5月5日、9月15日、12月21日)は半額で入浴できます。

また、今回から金曜日と特定日が重なった場合は、その前日が無料の日となります。ご利用の際にはご注意ください。

【問合せ】高齢者福祉課支援係 ☎5608-6168

**まもなく申請期限です
高齢者向け給付金(年金生活者等支援臨時福祉給付金)**

高齢者向け給付金(年金生活者等支援臨時福祉給付金)の申請期限が迫っています。申請がお済みでない方は早めに申請してください。なお、申請方法等の詳細は問い合わせるか、区ホームページをご覧ください。

【申請期限】7月29日(必着) **【問合せ】**▶墨田区臨時福祉給付金 ご案内専用ダイヤル ☎6667-6530 ▶厚生課臨時給付金担当 ☎5608-1224

**すみだ北斎美術館開館記念
全国障害者アート公募展
「みんな北斎」**

すみだ北斎美術館の開館を記念して、障害のある方が持つ多彩なパワーを発掘し、北斎の生誕地である“すみだ”から全国に発信する全国障害者アート公募展「みんな北斎」を開催します。応募作品のうち、入選・入賞作品は、12月9日(金)～11日(日)にスペース634(押上1-1-2東京ソラマチ®5階)で展示します。

【作品の規格】平面作品または高さ2.2m以下の立体作品 *1人(1グループ)、3点まで応募可 **【対象】**障害のある個人またはグループ **【費用】**無料 *応募に係る費用(郵送料等)は自己負担 *応募用紙は障害者福祉課(区役所3階)で配布しているほか、区または、エイブル・アート・ジャパンのホームページからも出力可 **【申込み】**応募用紙、作品の写真、返信用封筒(82円切手を貼付)を、郵送で8月10日～9月10日(消印有効)に、「みんな北斎」係(〒101-0021千代田区外神田6-11-14アーツ千代田3331-208 NPO法人エイブル・アート・ジャパン内)へ

■パネル展示・オープンワークショップ「ほくさいあそび」

「富嶽三十六景」等の北斎作品や「すみだ 北斎美術館」のパネル展示のほか、「北斎」をテーマに絵を描きながら体と心で楽しむワークショップを行います。作った作品は全国障害者アート公募展「みんな北斎」に応募することもできます。

【とき】7月23日(土)午前10時半～午後4時半 **【ところ】**すみだ生涯学習センター(東向島2-38-7) **【対象／定員】**▶ワークショップ=区内在住在勤在学で障害のある方 *家族や介護者も参加可／一部先着20人 *詳細は問合せ先へ **【費用】**▶パネル展示=無料 ▶ワークショップ=300円(材料費) **【申込み】**▶パネル展示=当日直接会場へ▶ワークショップ=事前に住所・氏名・年齢・電話番号・障害の種別・参加人数を、電話またはファクス、Eメールで「みんな北斎」係(NPO法人エイブル・アート・ジャパン内) ☎5812-

4622・FAX5812-4630・✉minnahokusai@ableart.orgへ *申込みは7月19日まで

【問合せ】▶「みんな北斎」係(NPO法人エイブル・アート・ジャパン内) ☎5812-4622 ▶障害者福祉課庶務係 ☎5608-6217

**安全に花火見物を
障害のある方向け隅田川花
火大会の観覧席**

障害のある方に安心して花火をご覧くださいけるよう、観覧席を用意します。

【とき】7月30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】**75組150人(抽選) **【費用】**無料 **【申込み】**住所・氏名(フリガナ)・年齢・性別・電話番号、障害の種類と級(度)、車椅子利用の有無、介助者の氏名(フリガナ)・年齢・性別を、往復はがきで7月8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) ☎3624-3154へ *抽選結果は7月19日に返信予定

**妊婦および妊娠の可能性のある方は
特にご注意ください
海外でのジカウイルス感染症の流行**

現在、中南米地域、タイ、フィリピン、ベトナムなどで、ジカウイルス感染症が流行しています。妊娠中にジカウイルスに感染すると、胎児に小頭症等の先天性障害を引き起こすことがあります。妊婦および妊娠の可能性のある方は、可能な限り流行地への渡航を控えてください。また、ジカウイルスは主に蚊を介して感染しますが、性行為によって感染する場合もあります。流行地域から帰国した男性は、症状の有無にかかわらず、最低8週間は性行為を控えることが推奨されています。

【問合せ】保健予防課感染症係 ☎5608-6191

**犬を飼っている方はお忘れなく
飼い犬の登録と狂犬病予防
注射**

「飼い犬の登録」と毎年1回(4月～6月の間)の「狂犬病予防注射」は、犬の飼い主の義務として法律で定められています。飼い犬の登録をしていない方は、問合せ先で登録してください。なお、登録内容に変更があった場合や、犬が死亡したときなどは、必ず届出をしてください。

また、飼い犬に今年度の狂犬病予防注射を済ませていない方は、動物病院で早めに注射を済ませ、証明書を問合せ先へお持ちください。狂犬病予防注射済票を交付します。

【費用】▶飼い犬の登録手数料=3000円 *鑑札を交付 ▶狂犬病予防注射済票発行手数料=550円 **【問合せ】**生活衛生課生活環境係(区役所5階) ☎5608-6939

毎月**1**日は
墨田区防災の日

7月1日の点検項目
備えよう
水・食糧は わが家で

**納入通知書を送ります
国民健康保険料の「公的年金からの特別徴収」**

国民健康保険料の特別徴収の対象となる方については、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保険料を徴収します。対象となる世帯には、今月中旬に納入通知書をお送りします。

なお、特別徴収の対象となる世帯で、口座振替をご希望の場合は、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中の世帯でも、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方▶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が全員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▶介護保険料が年金から徴収されている▶国民健康保険料と介護保険料の合算額が年金受給額の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

**ご存じですか
国民年金保険料の免除制度等**

国民年金制度には、保険料の納付が困難な方のために「保険料免除制度」と「納付猶予制度」があります。「納付猶予制度」の対象年齢はこれまで30歳未満の方に限られていましたが、7月から50歳未満の方も申請できるようになりました。

これらの制度は本人・配偶者(「保険料免除制度」は世帯主も)の前年の所得が一定基準以下の方が対象で、申請日より原則2年1か月前まで遡って申請できます。詳細はお問い合わせください。

【問合せ】国保年金課国民年金係 ☎5608-6130

**あなたが撮った写真を掲載します
すみだ三十六景**

現在、皆さんからご応募いただいた写真を本紙に掲載する「すみだ三十六景」の9月1日号掲載分の写真を募集しています。

【9月のテーマ】すみだの“笑” **【応募方法】**テーマに沿って区内で撮影した写真と作品名、コーナー名・住所・氏名・電話番号を、直接または郵送、Eメールで8月5日(必着)までに、〒130-8640広報広聴担当(区役所6階) ☎5608-6223・✉OSHIRASE@city.sumida.lg.jpへ *写真は▶直接・郵送=A4サイズに出力するか、jpeg形式でCD-Rに保存 ▶Eメール=jpeg形式で添付(1通あたり3MB以内) *応募写真の中から数点を掲載 **【注意事項】**▶被写体に人物が含まれている場合は、肖像権の侵害等が生じないよう、ご本人(未成年の場合は親権者)の了承が必要 ▶応募者の氏名も掲載▶応募写真は区ホームページ等、他媒体で使用する場合あり▶応募写真は紙面への掲載に当たり、一部手直しをする場合あり

薬物乱用は「ダメ。ゼッタイ。」

誘われても、勇気をもって、
はっきりと断りましょう！



【問合せ】保健計画課保健計画担当 ☎5608-1305

講座・教室・催し

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(各種年金・労務管理等)	7月6日(水)・20日(水) 午後1時～4時半 * 毎月第1・第3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 ☎3613-1069
	司法書士による無料法律相談(不動産や会社の登記、相続・遺言・成年後見等)	7月7日(木)・21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
	第66回“社会を明るくする運動”中央集会	7月16日(土) 午後1時半～5時 * 開場は午後1時～	曳舟文化センター(京島1-38-11)	内 区内の児童・生徒による作文の発表、映画「そして父になる」の上映 定 先着580人 【入場料】無料 申 当日直接会場へ 問 社会を明るくする運動墨田区推進委員会事務局(生涯学習課内) ☎5608-6503
	墨田清掃工場の夏休み見学会	7月23日(土) 午前9時半～午後3時 * 受付は午後2時まで	墨田清掃工場(東墨田1-10-23)	内 入替え制のガイド付き清掃工場見学会 * 個人での自由見学も可 費 無料 申 当日直接会場へ * 未就学児は保護者の同伴が必要 * 車での来場は不可 問 墨田清掃工場 ☎3613-5311
健康・福祉	みかんの会(認知症家族会)	7月7日(木) 午後1時半～3時半	たちばなホーム(立花3-10-1)	内 介護に関する悩みなどについて語り合う 対 認知症の方を介護している方など 定 先着10人 費 無料 申 事前に、たちばな高齢者支援総合センター(立花3-2-9) ☎3617-6511へ
	障害者差別解消法講演会「わたしたちからはじめる気くばり・心くばり」	7月7日(木) 午後2時～3時半	すみだリバーサイドホール2階イベントホール(区役所に併設)	内 障害者差別解消法の内容説明、野澤和弘氏による講演 定 先着300人 費 無料 申 当日直接会場へ 問 障害者福祉課庶務係 ☎5608-6217・FAX5608-6423
	男のためのストレッチ&筋トレ	7月13日(水)・27日(水) 午後3時半～4時半	本所地域プラザ(本所1-13-4)	対 医師から運動を制限されていない、おおむね65歳以上の男性 定 各日先着20人 費 各日300円 申 7月2日から本所地域プラザ ☎6658-4601へ * 受付は午前9時～午後8時 * 動きやすい服装で参加
	はなみずき認知症家族会「認知症高齢者グループホームの役割について」	7月16日(土) 午後1時半～3時	はなみずきホーム(八広3-22-14)	対 区内在住で、認知症の方を介護している家族等 定 先着20人 費 無料 申 事前に電話で、はなみずき高齢者支援総合センター ☎3610-6541へ
	「すみだハート・ライン21」「ミニサポート事業」合同事業説明会	7月20日(水) 午後2時～3時半	すみだボランティアセンター(東向島2-17-14)	対 地域活動に関心があり、家事援助などの活動ができる18歳以上の方 定 先着20人 費 無料 申 事前に電話で、すみだハート・ライン21事業室 ☎5608-8102へ * 協力会員への登録方法の詳細は申込先へ
	弁護士による権利擁護法律相談	7月21日(木) 午後1時半～4時半		内 ▶判断能力が不十分な方への権利擁護法律相談 ▶福祉サービスの苦情相談 ▶親族後見人からの相談 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
	ボランティア説明会	7月22日(金) 午後2時～3時半		内 ボランティア活動の紹介、活動時の注意点の説明等 定 先着20人 費 無料 申 事前に、すみだボランティアセンター ☎3612-2940へ
	健康体力づくり教室(各コース全8回)	7月29日(金)～9月30日(金) * 各コース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)	内 太極拳、エアロビクス、ゆるやかヨガなど全7コース 対 区内在住在勤在学で18歳以上の方 定 各コース70人(抽選) 費 各コース2300円 申 7月9日までに、スポーツプラザ梅若 ☎5630-8880へ
	高齢者の「ころばない体づくり」(全3回)	8月2日・9日・23日いずれも火曜日 午後1時半～3時	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 20人(抽選) 費 無料 申 7月6日までに立花ゆうゆう館 ☎3613-3911へ * 受付は午前9時～午後5時
	依存症状でお困りの方のための講座「アルコール本人講座」	8月10日(水) 午後2時～3時半	向島保健センター(東向島5-16-2)	対 区内在住在勤の方 定 先着15人 費 無料 申 7月4日午前8時半から電話で向島保健センター ☎3611-6193へ
子育て・教育	図書館の夏の催し			費 無料
	▶夏のおたのしみ会	7月9日(土) 午前10時～11時	東駒形コミュニティ会館(東駒形4-14-1)	内 工作会「カラフル万華鏡」、絵本の読み聞かせなど 対 3歳～小学生の子ども * 未就学児は保護者の同伴が必要 定 ▶工作会＝先着20人 申 ▶工作会＝事前に問合せ先へ ▶その他＝当日直接会場へ 問 東駒形コミュニティ会館 ☎3623-1141
	▶夏のおたのしみ会	7月10日(日) 午後2時～3時 * 整理券の配布は午後1時半～	ひきふね図書館(京島1-36-5)	内 工作「きらきらレインボー」、パネルシアター、エプロンシアター、ペープサートなど 対 3歳～小学生の子ども * 未就学児は保護者の同伴が必要 定 先着30人 申 当日直接会場へ 問 ひきふね図書館 ☎5655-2350
	▶夏のおはなし工作会	7月16日(土) 午後3時～4時	梅若橋コミュニティ会館(堤通2-9-1)	内 工作「ペットボトル風鈴」、絵本と紙芝居の朗読、ストーリーテリング(怪談) 定 先着50人 申 当日直接会場へ 問 梅若橋コミュニティ会館 ☎3616-1101
	▶なつの工作会	8月6日(土) ▶午前10時～▶午後2時～	立花図書館(立花6-8-1-101)	内 ▶午前10時～＝工作「布でつくろう！ヨーヨー」 ▶午後2時～＝工作「ペットボトルでつくろう！せんぷうき」 対 / 定 ▶午前10時～＝幼児とその保護者／先着8組16人 ▶午後2時～＝小学生／先着20人 申 7月1日午前9時から立花図書館 ☎3618-2620へ
	楽しい理科実験教室「親子で実験DNAを取り出そう」	7月17日(日)・18日(祝) 午前10時～正午	本所地域プラザ(本所1-13-4)	対 小学校3年生～中学生の子どもとその保護者 定 各日先着8組 費 無料 申 7月2日から本所地域プラザ ☎6658-4601へ * 受付は午前9時～午後8時
	親子でクッキング「野菜でおいしい手作りスイーツ」	7月25日(月) 午後1時半～3時半	すみだ女性センター(押上2-12-7-111)	対 区内在住で、3歳以上の未就学児とその保護者 定 先着12組 * 保護者1人につき子ども2人まで参加可 費 無料 持 エプロン、バンダナ、手拭き用タオル、布巾 申 7月4日午前8時半から電話で本所保健センター ☎3622-9137へ
	子育てママ応援！「キラキラ幼児教室」&「キラキラ親子プログラム」	7月27日(水) 午前10時～午後3時	みどりコミュニティセンター(緑3-7-3)	対 子育て中の親とその子ども * 妊娠中の方・母親のみの参加も可 定 各先着6組 費 各800円(材料費込み) 申 7月12日午前9時から電話で、みどりコミュニティセンター ☎5600-5811へ * 申込みは7月22日まで * 詳細は問い合わせるか、申込先で配布中のチラシを参照
	夏休み親子料理教室(おやつ編)「生春巻きとチーズクリームパフェ作り」	8月4日(木) 午後1時～3時	八広地域プラザ(八広4-35-17)	対 小学生とその保護者 定 先着9組18人 費 1組1000円(材料費込み) 申 7月3日から八広地域プラザ ☎6657-0471へ * 受付は午前9時～午後8時 * 申込みは7月29日まで

講座・教室・催し

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
 子育て・教育	食育学習見学会「親子で楽しめるバスハイク」 	▶ A コース＝8月5日(金) ▶ B コース＝8月25日(木) ＊いずれも午前9時～午後4時 ＊各日とも区役所1階アトリウムに午前9時集合	▶ A コース＝大田市場、キッコーマンもの知りしょうゆ館など ▶ B コース＝墨田清掃工場、アルフォ城南島飼料化センターなど ＊各日ともバスを使用	内 卸売市場や清掃工場などを見学し、食品の流通・加工・リサイクルについて学ぶ 対 区内在住在学の小・中学生とその保護者 定 各コース24人(抽選) 費 無料 ＊ A コースの大人のみ240円 持 昼食、飲物、帽子(お持ちの方のみ) 申 第1希望のコース・第2希望のコース、参加者全員の氏名・年齢・学校名・電話番号を、往復はがきで7月11日(必着)までに、〒130－8640学務課給食保健・就学相談担当 ☎5608－6305へ ＊7月12日に公開抽選を実施(抽選結果は後日返信) ＊動きやすい服装で参加(サンダルは不可)
	夏休み親子リサイクル教室「牛乳パックで作る鉛筆立て」 	8月6日(土) ▶ 第1回＝午後0時15分～2時15分 ▶ 第2回＝午後3時～5時	すみだ生涯学習センター(東向島2－38－7)	対 区内在住在勤在学の小学生以上とその保護者 定 各回10組(抽選) 費 無料 持 ハサミ、物差し 申 教室名・希望回・住所・氏名・年齢・電話番号を、往復はがきで7月20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27日ごろに返信
	子どもすみだ博士セミナー 			対 区内在住在学の小学校4年生～6年生 申 講座名・希望の時間(「創作ハガキ」のみ)・住所・氏名(ふりがな)・学校名・学年・保護者の氏名・電話番号・ファクス番号・メールアドレスを、往復はがき、またはファクス、Eメールで7月25日(必着)までに、すみだ学習ガーデン事務局(〒131－0032東向島2－38－7) FAX5247－2007・✉tkg.seminar@sumida-gg.or.jpへ ＊すみだ学習ガーデンのホームページからも申込可 ＊1通につき1人のみ申込可 ＊抽選結果は7月30日までに返信 問 生涯学習課生涯学習担当 ☎5608－6309 ▶ すみだ学習ガーデン事務局 ☎5247－2009
	▶ シャボン玉	8月8日(月) 午後2時～4時	すみだ生涯学習センター(東向島2－38－7)	内 洗剤を使って膜の性質を調べ、シャボン玉を作る 定 20人(抽選) 費 無料 ＊保護者の同伴可
	▶ 創作ハガキ	8月24日(水) ▶ 午前10時～11時半 ▶ 午後1時～2時半	カミズムラボ押上工房(業平3－7－11)	内 伝統技法の木版で、和紙に模様をつけ、はがきを作る 定 各10人(抽選) 費 各1000円(材料費) ＊工房内での保護者の同伴・待機は不可
	夏の学童水泳講習会(各クラス全7回) 	8月9日(火)～17日(水)の月曜日～金曜日 ▶ 幼児クラス＝午前9時～9時50分 ▶ 小学校1・2年生クラス＝午前10時～11時 ▶ 小学校3年生以上クラス＝午前11時10分～午後0時10分	両国屋内プール(横綱1－8－1)	対 区内在住在学の5歳児～小学生 ＊平成30年度に就学する4歳児は可 ＊小学校2年生以下は保護者の送迎が必要 定 ▶ 小学校3年生以上クラス＝100人(抽選) ▶ その他のクラス＝各80人(抽選) 費 各クラス3500円 ＊本講習会指定の帽子をお持ちでない方は帽子代500円が別途必要 申 住所・氏名(ふりがな)・生年月日・性別・電話番号・学校(園)名・学年を、往復はがきで7月20日(消印有効)までに、〒130－8640スポーツ振興課スポーツ振興担当 ☎5608－6312へ ＊抽選結果は7月25日ごろに返信予定
 仕事・産業	子ども科学教室「芝浦工大オリジナルロボット“ボクサー”を作ろう」(全2回)	8月18日(木)・25日(木) 午前10時～午後5時	すみだ中小企業センター(文花1－19－1)	内 芝浦工業大学の教員・学生と一緒に、自分だけのオリジナルロボットをつくる 対 区内在住在学の小学校4年生～6年生 ＊保護者の同伴可 定 50人(抽選) ＊抽選結果は7月末までに通知 費 7000円(材料費込み) 申 イベント名・住所・氏名(フリガナ)・保護者の氏名(フリガナ)・電話番号・ファクス番号・緊急連絡先・学校名・学年を、ファクスまたはEメールで7月14日までに、すみだ中小企業センター ☎3617－4351・FAX3617－4340・✉school@techno-city.sumida.tokyo.jpへ
	平成28年度事業承継セミナー「企業ドック(元気・みらい力診断)のススメ」	7月13日(水) 午後6時半～8時半 ＊セミナーは午後8時まで	すみだ中小企業センター(文花1－19－1) 	内 事業承継の視点から、自社の経営診断を行うことで、今後の事業への取組方法について考える ＊セミナー終了後に事業承継に関する個別相談会を開催 対 区内中小企業の経営者で、事業承継に関心がある方 定 先着30人 費 500円 申 事前に講座名・氏名、会社の名称・所在地・電話番号・ファクス番号を、電話またはファクス、Eメールで、すみだ中小企業センター ☎3617－4351・FAX3617－4340・✉webmaster@techno-city.sumida.tokyo.jpへ ＊申込みは7月8日まで
	工業振興スクール(経営コース)「知っておきたい発想法」	7月21日(木) 午後6時～8時半		内 商品作りにおけるアイデアを創出するための様々な発想法(SCAMPERなど)と、その使い方を学ぶ 対 区内中小企業の経営者・従業員 定 先着20人 費 無料 申 事前に講座名・氏名、勤務先の名称・所在地・電話番号・ファクス番号・業種を、電話またはファクス、Eメールで、すみだ中小企業センター ☎3617－4351・FAX3617－4340・✉school@techno-city.sumida.tokyo.jpへ ＊申込みは7月13日まで
	働く女性のためのシリーズ「会社設立のための基礎知識」&女性起業家との交流	7月25日(月) 午後6時45分～8時45分	すみだ産業会館(江東橋3－9－10)	対 区内在住在勤の方 定 先着20人 費 無料 申 7月2日午前9時から電話で、すみだ産業会館 ☎3635－4351へ
 文化・スポーツ	区民体育祭「ラジオ体操大会」	7月26日(火)・28日(木) 午前6時～7時	▶ 7月26日＝第一寺島小学校(東向島1－16－2) ▶ 7月28日＝緑小学校(緑2－12－12)	費 無料 申 当日直接会場へ 問 墨田区ラジオ体操連盟 岩田道子 ☎3632－5792
	シャーロック・ホームズ講演会「シャーロック・ホームズの楽しみ方 その4」	7月30日(土) 午後2時～4時	ひきふね図書館(京島1－36－5)	内 翻訳家・日暮雅通氏による、翻訳の裏話などの講演会 定 先着50人 費 無料 申 事前に催し名・氏名・電話番号を、直接または電話、Eメールで、ひきふね図書館 ☎5655－2350・✉HIKIFUNE@city.sumida.lg.jpへ ＊詳細は、申込先で配布中の「図書館ニュース」または、墨田区立図書館のホームページを参照
	すみだ文化講座「小林忠氏による“世界に知られた偉大な画家葛飾北斎”」	8月7日(日) 午後2時～4時		定 先着50人 費 無料 申 事前に催し名・氏名・電話番号・ファクス番号を、直接または電話、ファクスで、ひきふね図書館 ☎5655－2350・FAX5655－2351へ ＊手話通訳を希望する場合は7月10日までに申込先へ

☎＝電話 FAX＝ファクス ✉＝Eメール 🌐＝ホームページアドレス

講座・教室・催し

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
文化・スポーツ	区民体育祭「少年野球大会」	9月4日～11月3日の日曜日・祝日午前6時～午後6時	隅田公園少年野球場(向島5-6-13)ほか	対 区内の少年野球チーム 費 1チーム2万円 申 費用を持って直接、7月17日午前9時～11時に隅田公園少年野球場 ☎090-6653-8881へ 問 墨田区少年野球連盟事務局 染谷清志 ☎3612-8247 *代表者会議を8月20日(土)午後6時から、すみだ生涯学習センター(東向島2-38-7)で実施
	区民体育祭「陸上競技大会」	9月11日(日)午前10時～午後4時 *受付は午前9時～ *雨天決行	台東リバーサイドスポーツセンター(台東区今戸1-1-10)	種 申込先へ問い合わせるか、区ホームページを参照 対 区内在住在勤在学の方 費 ▶小・中学生=300円 ▶高校生=400円 ▶一般=600円 申 費用を持って直接、8月19日までに、スポーツ振興課スポーツ振興担当 ☎5608-6312へ *小学生の申込みには保護者の印鑑が必要 問 墨田区陸上競技協会 曾根貞一 ☎3873-4426 *問合せの受付は午後6時～9時
	区民体育祭「庭球大会」 	9月25日～12月11日の日曜日 *10月2日・30日、11月20日を除く	錦糸公園テニスコート(錦糸4-15-1)ほか	種 詳細は申込先へ 対 区内在住在勤在学の方 費 ▶シングルス=2000円 ▶ダブルス=1組2500円 申 費用を持って直接または現金書留で7月23日(必着)までに墨田区庭球協会事務局 相沢宗良(〒130-0013錦糸1-4-13) ☎3622-7454へ *打合せ会議を9月10日(土)午後6時から、すみだ中小企業センター(文花1-19-1)で実施
イベント	河内音頭第1回練習会	7月2日(土)午後6時～8時	江東橋三丁目町会会館(江東橋3-6-2)	内 錦糸町の夏の恒例行事、「河内音頭大盆踊り」(8月24日・25日)に向けた練習会 定 先着35人程度 費 500円 持 室内履き、タオル 申 事前に電話で錦糸町河内音頭実行委員会 セキネ ☎3631-8506へ *受付は午前10時～午後6時 問 産業経済課産業振興担当 ☎5608-6187
	BIG SHIPライブイベント「飯塚まもる 昭和を歌う」	7月24日(日) 午後4時～ *開場は午後3時半	本所地域プラザ(本所1-13-4)	定 先着100人 費 ▶前売り券=1000円 ▶当日券=2000円 申 7月2日から本所地域プラザ ☎6658-4601へ *受付は午前9時～午後8時
区政その他	墨田区区民行政評価委員会の傍聴	7月11日(月)・26日(火) 午後1時半～ *4時間程度	区役所会議室 *会場は申込者に別途通知	定 各日先着10人程度 申 事前に行政改革推進担当(区役所7階) ☎5608-6230へ

募集

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	「緑のカーテンコンテスト」作品の募集	内 区内にある住宅、事業所、公共施設で作っている「緑のカーテン」のコンテスト *入選者には記念品を贈呈 	申 緑のカーテンの写真(3枚まで)、応募用紙を、直接または郵送、Eメールで9月2日(消印有効)までに、〒130-8640環境保全課緑化推進担当(区役所14階) ☎5608-6208・✉KANKYOU@city.sumida.lg.jpへ *応募用紙は、申込先と各出張所・図書館等で配布しているほか、区ホームページからも出力可 *写真は▶直接・郵送=A4サイズに出力するか、jpeg形式でCD-Rに保存 ▶Eメール=jpeg形式で添付(1通あたり3MB以内)
文化・スポーツ	第63回墨田区文化祭(大会部門)参加者の募集	対 区内在住在勤在学の方	問 生涯学習課生涯学習担当 ☎5608-6309 *定員等の関係上、申込期限前に募集を締め切る場合あり
	▶詩吟大会	【とき】9月24日(土) 【ところ】曳舟文化センター(京島1-38-11)	申 電話で7月30日までに墨田区吟剣詩舞道連盟 大貫祥岳 ☎3626-7721へ
	▶合唱祭	【とき】9月25日(日) 【ところ】曳舟文化センター(京島1-38-11)	申 電話で8月1日までに墨田区合唱連盟 坂倉重徳 ☎3624-8717へ
	▶珠算競技大会	【とき】10月2日(日) 【ところ】曳舟文化センター(京島1-38-11)	申 電話で9月10日までに墨田区珠算教育連盟 須田朋美 ☎3612-5888へ
	▶日本舞踊素踊り大会	【とき】10月10日(祝) 【ところ】曳舟文化センター(京島1-38-11)	申 電話で8月10日までに墨田区日本舞踊協会 宗像路子 ☎5653-7766へ
	▶民謡民舞大会	【とき】10月22日(土) 【ところ】曳舟文化センター(京島1-38-11)	申 電話で7月31日までに墨田区民謡連盟 高橋亮一 ☎090-8948-6797へ
	▶三曲演奏会(琴・尺八・三味線)	【とき】10月23日(日) 【ところ】すみだトリフォニーホール(錦糸1-2-3)	申 電話で7月31日までに墨田区三曲協会 古屋輝夫 ☎3846-4447へ
	▶太鼓大会	【とき】11月13日(日) 【ところ】江戸東京博物館(横網1-4-1)	申 電話で8月15日までに墨田区太鼓連盟 市東正明 ☎3631-8243へ
区政その他	▶さくらフェスティバル“dance”	【とき】11月23日(祝) 【ところ】曳舟文化センター(京島1-38-11)	申 電話で7月23日までに、さくらフェスティバル実行委員会 小杉稚依 ☎5830-3508へ
	「墨田区客引き行為等の防止に関する条例の一部を改正する条例(案)」に関するパブリックコメント(意見募集)	【条例(案)の閲覧期間/場所】7月31日(日)まで/安全支援課(区役所5階)、区民情報コーナー(区役所1階) *土・日曜日、祝日は区民情報コーナーのみ *区ホームページでも閲覧可	【ご意見の提出方法】ご意見(A4用紙1枚程度で書式自由)と、住所・氏名(団体名)・電話番号を、直接または郵送、ファクス、Eメールで7月31日(必着)までに、〒130-8640安全支援課安全支援係(区役所5階)☎5608-6199・FAX5608-6425・✉ANZEN SIEN@city.sumida.lg.jpへ
	江東内部河川流域連絡会 第9期都民委員の募集	内 墨田区、江東区、江戸川区の3区を流れる江東内部河川の管理や利用などについての情報交換 対 平日の日中に年3回程度開催する会議に出席でき、次のいずれかに該当する方▶区内在住在勤在学の方 ▶河川に関する活動を最近2年以上行っている団体を代表する方 【任期】10月頃～平成30年3月 選 書類選考	申 ▶区内在住在勤在学の方=住所・氏名・年齢・職業・電話番号(在勤在学の方は、勤務先・通学先の住所も)・応募動機(800字程度で書式自由)を ▶団体の方=団体の名称・代表者・所在地・電話番号、直近2年間以上の団体の活動記録、参加者の住所・氏名・年齢・職業・電話番号を 郵送で8月31日(消印有効)までに江東治水事務所内部河川工事課(〒136-0071江東区亀戸2-10-7) ☎5875-1565へ *応募書類は返却不可 *選考結果は10月中旬頃に通知 問 都市整備課河川担当 ☎5608-6294



墨田区の医療・健康情報

すこやかライフ

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・FAX5285-8080 ● 東京消防庁「救急相談センター」▶ 携帯・PHS・プッシュ回線 ☎#7119 ▶ 23区ダイヤル回線☎3212-2323

健康診査・骨密度検診・がん検診等

* いずれも年齢は平成29年3月31日現在
* 健康診査と各検診等は年度内に各1回のみ(子宮頸がん検診・乳がん検診は2年度に各1回のみ)受診可

健康診査・検診名等	とき・受付時間	ところ	内容・対象・定員・費用	申込み *一部を除き、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15日(金)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 *事前申込みによる一時保育あり(先着20人) 【費用】 無料	7月4日午前8時半から電話で本所保健センターへ *骨密度検診は電子申請は不可
骨密度検診	7月25日(月)午前9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	
胃がん検診(検診車実施分)	毎月2回～3回(午前中)	すみだ福祉保健センター	【内容】 バリウムによる胃部エックス線検査 【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、〒130-8640保健計画課健康推進担当 ☎5608-8514へ
大腸がん検診	平成29年3月31日(金)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(検便) 【対象】 区内在住の40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29年3月17日(必着)までに、〒130-8640保健計画課健康推進担当 ☎5608-8514へ
肺がん検診	毎月1回、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、喀痰検査 ^{かくたん} *喀痰検査は、喫煙指数(1日の喫煙本数×年数)が600以上の方のみに実施 【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、水曜日▶午前9時～ ▶午前10時～	本所保健センター		
子宮頸がん・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】 ▶子宮頸がん検診＝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、卒乳後6か月を経過していない方、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
子宮頸がん検診	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 *妊娠中の方は受診の可否を主治医に相談 【費用】 無料	随時、電話で各保健センターへ
乳がん検診		区内実施医療機関等	【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、卒乳後6か月を経過していない方、ペースメーカーを装着している方は受診不可 【費用】 無料	
前立腺がん検診	10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】 血液検査 【対象】 区内在住で50歳～74歳の男性 【費用】 700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10月21日(必着)までに、〒130-8640保健計画課健康推進担当 ☎5608-8514へ
胃がんリスク検査	11月30日(水)までの実施医療機関診療日		【内容】 血液検査 【対象】 区内在住で40・50・60歳の方 *胃の病気で治療中、服薬中などの方は、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	検査名・住所・氏名・生年月日・電話番号を、はがきで11月18日(必着)までに、〒130-8640保健計画課健康推進担当 ☎5608-8514へ

- 「胃がん検診(検診車実施分)」と「子宮頸がん・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、指定日時で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または各保健センターにお申し出ください。
- がん検診は、検診の対象部位において、手術後の方、治療中または経過観察中の方は、原則、受診できません。「胃がん検診」、「肺がん検診」、「乳がん検診」は、妊娠中または妊娠の可能性がある方も受診できません。また、問診結果等により、受診できない場合があります。なお、自覚症状がある方は、検診を待たずに、すぐに医療機関で診察を受けてください。
- はがきでの申込みは、検診ごとに1人1枚となります。なお、記載漏れがある場合は無効となることがありますので、ご注意ください。
- 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(「墨田区」を選択し、健康診査・検診名で検索)。
- 検査の結果、精密検査が必要と判定された場合は、必ず精密検査を受けましょう。なお、精密検査等の二次検査は保険診療(有料)になります。



コード

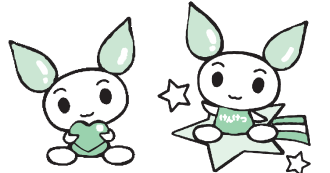
7月の健康相談窓口

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	【受付日時】 4日(月)午前9時～10時	【受付日時】 4日(月)午前9時半～10時半
心の健康相談(要予約)	13日(水)・27日(水)	27日(水)
依存症相談(要予約)	20日(水)	－
思春期相談(要予約)	－	13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。

献血にご協力ください！

病気やけがなどで輸血を必要としている患者さんの尊い生命を救うため、献血のご協力をお願いしています。
実施日時や会場については問い合わせるか、東京都赤十字血液センターのホームページでご確認ください。
【問合せ】東京都赤十字血液センター ☎5534-7550



献血キャラクター「けんけつちゃん」

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

● 診療日は、日曜日・祝日・年末年始です。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(横網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
3日	草柳歯科医院	吾妻橋2-1-1 ビラ畑野1階 ☎3621-8008
	はせがわクリニック(整形外科)	向島3-39-6 ☎5637-1701
10日	根本歯科医院	八広2-54-18 ☎3611-3452
	厚生クリニック(整形外科)	立花5-3-8 ☎3611-0028
17日	栗原歯科医院	向島3-1-7 ☎3622-7223
	山田記念病院(整形外科)	石原2-20-1 ☎3624-1151
18日	中島歯科医院	立花1-23-5-104 サンタウン立花 ☎3613-2764
24日	小西歯科クリニック	東駒形3-1-2 本田ビル1階 ☎3829-1180
	両国整形外科クリニック	両国4-37-6 スゴアネックスビル4階 ☎5669-7773
31日	にしざわ歯科医院	墨田2-8-12 ☎3611-0534
	むさし整形外科	京島1-38-1 ☎5631-7634

● 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。

！ 休日等の急病のときは

すみだ三十六景

テーマ 「すみだの初夏」

すみだの初夏を切り取った写真がたくさん届きました。ここでは、応募があった写真の中から数点をご紹介します。



「新緑とコイノボリ」 撮影者：土倉欣也さん



「緑薫る旧中川」 撮影者：角田 繁さん



「スカイツリーとタイタンピカス」 撮影者：佐藤八郎さん



「初夏の流れ（大横川親水公園）」 撮影者：佐藤信彦さん

引き続き、9月1日号に掲載する写真を募集します！

9月のテーマ 「すみだの“笑”」 *応募方法等の詳細は今号3面をご覧ください。

夢

挨拶から始まる安全で安心なまちづくり

墨田区長

山本 亨

もうすぐ夏本番。日本の夏の厳しい暑さと湿気は、体に大きな負担となります。こうした中でも健康を保つために大切な要素のひとつが、栄養バランスの取れた食事です。食生活の改善は、健康寿命アップにもつながりますので、この機会に見直してみたいはかがでしょうか。

さて、今月は「社会を明るくする運動」の強化月間です。この運動は、犯罪や非行の防止と、過ちを犯してしまった人たちの更生について理解を深め、犯罪のない、明るい地域社会をめざすものです。皆様のご協力をお願いいたします。

安全・安心を実感できるまちづくりには、行政の取組に加えて、地域の皆さんの力が欠かせません。ご近所同士が、様々な話題について気軽に話ができるという関係を築いていくことで、

災害時など、いざという時の迅速で適切な対応が可能になるだけでなく、それが安心感をもたらし、地域の安全性向上にもつながります。

こうした関係づくりの第一歩が、毎日の挨拶であると思います。「おはようございます」「こんにちは」といった一言が互いの距離を縮め、信頼感や地域の連帯感を育みます。特に、相手の立場や心情を思いやる、心を込めた挨拶は互いに気持ち良く、豊かで潤いのある人間関係をもたらしてくれます。

街角や職場で挨拶が頻繁に交わされるまちは、「暮らし続けたいまち、働き続けたいまち、訪れたいまち」へとつながります。気持ち良い挨拶から、安全で安心なまちづくりを始めましょう。



多くのアスリートを育てた小出義雄氏と、食事の大切さについて語り合いました（「区民の健康寿命UP大作戦！」キックオフイベントにて）