

墨田区のお知らせ

NO.1937

2019年
(令和元年)

9/1

毎月1日・11日・21日発行

◆2面以降の主な内容

2・3面・・・飲食店における禁煙等の
標識掲示

3～6面・・・講座・教室・催し・募集

7面・・・すこやかライフ

8面・・・つながる すみだ人



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

<https://www.city.sumida.lg.jp/>今すぐ
確認

日常備蓄

食料

まずは3日分！



地震後の2～3日はコンビニに水や食料がほとんどなくて困りました。(60代/熊本地震)
【出典】東京くらし防災(東京都発行)

トイレは長蛇の列。配布された成人用おむつに用を足しました。(40代/熊本地震)
【出典】東京くらし防災(東京都発行)

生活用品



日頃、どんなことを心掛けていますか？

災害対策は、人によって様々だと思います。私は在宅避難も考え、缶詰などの食料や水、トイレトーパー等を常にローリングストックしています。賞味期限が近くなった食料を使ってレシビを考えることも楽しんでいます。外出時は、水や携帯用トイレ、お菓子などをバッグに入れてあります。また、災害時に手話で支援できることを示すこのパンダナも持ち歩いています。

※ローリングストックとは、日用品等を多めに買い置き、消費したら買い足すことです。



民生委員・児童委員
防災士 倉友利江さん

どんな対策をしていますか？

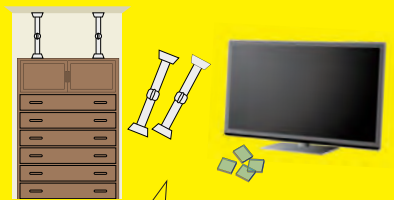


京島三丁目北町会防火防災部長
防災士 林 衛さん

日常備蓄はもちろんですが、災害時の家族との集合場所や連絡手段は毎月話し合い、災害用伝言ダイヤルの体験も欠かしません。また、地域の住民が災害時に孤立することがないように、普段から町内の見守り活動にも積極的に取り組んでいます。

できていますか？ 災害対策

災害に備え、何か準備をしていますか。日常備蓄や家の中・周囲の確認など、身近なところから始められる災害対策はたくさんあります。「対策についてもっと知りたい」という方はぜひ、防災フェア・総合防災訓練にご参加ください。

今すぐ
確認家具の
転倒防止

部屋のドアが移動した家具にふさがれて、開かなくなりました。(40代/東日本大震災)
【出典】東京くらし防災(東京都発行)

今すぐ
点検

自宅のブロック塀

一つでも適合しない場合は
すぐに専門家の派遣を！

【ブロック塀の安全点検や専門家の派遣等】
建築指導課調査・監察担当☎5608-6270

通学路に面する場合は撤去助成あり

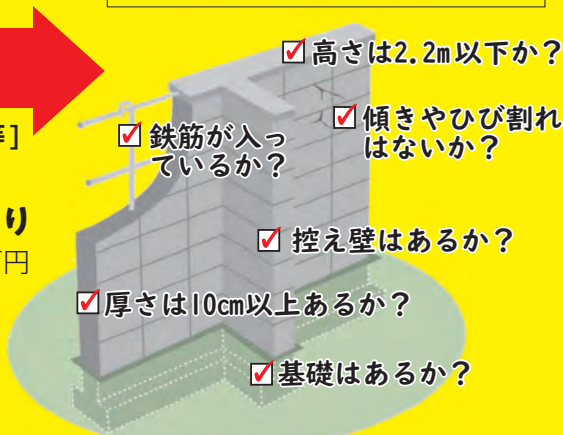
【補助金額】ブロック塀の長さ1mにつき1万円

【補助限度額】40万円

【助成期間】令和2年3月31日まで

【撤去工事助成の問合せ】防災まちづくり課
不燃化・耐震化担当☎5608-6269

隣の壁が崩れ落ちてきたり、いろいろな所が通行止めになっていたりしました。(40代/熊本地震)
【出典】東京くらし防災(東京都発行)

今すぐ
相談

建物の耐震性

建物の耐震性に不安がある方へ
無料耐震相談

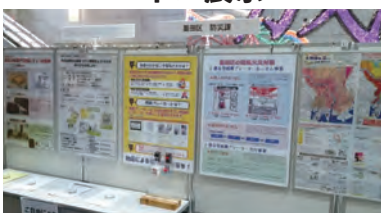
区の無料耐震相談では、専門家による現地調査・質疑応答・報告を実施しています。耐震診断や耐震改修等に対する助成事業のご相談も可能です。建物の耐震性に不安がある方は、ぜひ、ご相談ください。

【申込み】電話で防災まちづくり課不燃化・耐震化担当☎5608-6269へ

防災フェア

9月2日(月)～5日(木)
午前8時半～午後5時
区役所1階アトリウム

パネル展示



災害から命を守るための知識を身に付けよう！

総合防災訓練

9月29日(日)午前10時～午後3時
錦糸公園(錦糸4-15-1)

車両展示エリア

特殊車両が大集合！

迫力満点だ～！



毎年お子さんに大人気！
一緒に写真も撮れるよ。

訓練・体験エリア



倒壊した家屋からの負傷者救出訓練や消火訓練などを見学。また、誰でも参加できる体験コーナーもあるよ！

防災・学習エリア



消火器体験！

いざというときのためにも、消火器を使ってみよう！

煙を体験！

火災を想定した煙の中、君は脱出できるか？



スタンプラリーに参加して防災用品をもらおう！



【防災フェア・総合防災訓練の問合せ】防災課防災係☎5608-6206

区公式
SNS等フェイス
ブック

ツイッター

インスタ
グラム

ユーチューブ



☎ = 電話 FAX = ファクス ㊟ = Eメール 🏠 = ホームページアドレス

UD
FONT



9月1日から義務化されました 飲食店における禁煙等の標 識掲示

9月1日から、東京都受動喫煙防止条例が一部施行されました。この条例により、店内が喫煙か禁煙かがわかるように、飲食店の店頭に標識(ステッカー)を貼ることが義務化されました。区内の飲食店を対象に、問合せ先にてステッカーを無料で配布していますので、ぜひ、ご利用ください。

【問合せ】保健計画課健康推進担当(区役所5階) ☎5608-8514



必ずお受け取りください 国民健康保険被保険者証の 更新

10月1日に国民健康保険被保険者証を更新します。新しい被保険者証は、一般証がサーモン色、退職証が若草色となります。受領後は、加入者の記載事項(住所・氏名等)の確認をお願いします。

新しい被保険者証は、今月末までに簡易書留で郵送します。配達時にご不在だった場合は、不在連絡票に記載されている保管期限までに必ず、再配達の手配をするか、直接郵便局で新しい被保険者証を受け取ってください。

なお、現在の被保険者証(濃いクリーム色または空色)は、10月1日以降に直接または郵送で問合せ先か各出張所へお返しください。

【問合せ】〒130-8640 国保年金課こくほ資格係(区役所2階) ☎5608-6121



お祝いします 「米寿・喜寿のお祝い」と「ふ れあい訪問事業」

米寿・喜寿の方へ、9月3日(火)～30日(月)に墨田区民生委員・児童委員がお祝い金をお届けします。また、喜寿の方には、生活状況等をお聞きし、事前に送付した「ふれあい訪問票」を受け取る「ふれあい訪問」を行いますので、ご協力ください。

【対象】9月1日現在、墨田区に住居登録があり
▶米寿＝昭和7年生まれ(数え年で88歳)の方
▶喜寿＝昭和18年生まれ(数え年で77歳)の方

【お祝い金】▶米寿＝1万円 ▶喜寿＝5000円

【問合せ】▶お祝い金＝高齢者福祉課支援係 ☎5608-6168 ▶ふれあい訪問＝高齢者福祉課地域支援係 ☎5608-6170



施設予約の抽選申込みを受け付けます 墨田区総合運動場

12月1日に開場予定の墨田区総合運動場(堤通2-11-1)の宿泊を伴わない利用予約について、区民団体の抽選申込みを受け付けます。詳細は問い合わせるか、区ホームページをご覧ください。

【対象となる団体】代表者を含む構成員が5人以上であり、かつ半数以上が区内在住在勤在学である団体 *別途、墨田区公共施設利用システムの団体登録が必要【予約対象日】12月2日～令和2年2月29日までの宿泊を伴わない予約【申込み】9月15日～25日に、次のいずれかの申込先へ▶スポーツ振興課総合運動場開設準備担当(区役所14階) ☎5608-6312 ▶屋外体育施設管理事務所錦糸支所(錦糸4-15-1) ☎5619-4033



新しい受給者証は届きましたか 心身障害者医療費助成制度(障)

身体障害者手帳1級・2級(内部障害者は3級も含む)または愛の手帳1度・2度、精神障害者保健福祉手帳1級のいずれかの障害があり、国民健康保険や社会保険等に参加している方は、心身障害者医療費助成制度(障)により、医療費の自己負担が軽減されます。受給者証は毎年9月に更新します。現在、(障)を受給中で引き続き要件に該当する方には、8月下旬に新しい受給者証をお送りしましたので、ご確認ください。

なお、精神障害者保健福祉手帳の有効期限が到来する方は、今回送付した受給者証の有効期限も手帳の有効期限までとなり、新たに更新の申請手続が必要となりますので、ご注意ください。

所得が下表の限度額を超える方や、65歳以上で新規に(障)の対象となる手帳を受けた方、後期高齢者医療被保険者証をお持ちで住民税が課税されている方などは対象となりません。

なお、これまで所得が限度額を超えていたために対象外だった方も、平成30年中の所得が下表の限度額以下の場合は対象になる可能性があります。詳細はお問い合わせください。

【問合せ】障害者福祉課障害者給付係 ☎5608-6163・FAX5608-6423

■所得限度額

扶養親族等の数	本人または扶養義務者等の所得限度額
0人	360万4000円
1人	398万4000円
2人	436万4000円
3人	474万4000円
4人	512万4000円
5人	550万4000円

②老人扶養親族、特定扶養親族等がいる場合は、一定額を加算します。



転倒予防・筋力向上のための体操や脳のトレーニングを一緒に 介護予防のための「街なか体操教室」(各会場全10回)

【とき】原則10月～令和2年2月 *詳細は各申込み先へ【対象】区内在住の65歳以上で、医師から運動を制限されていない方 *本教室未受講者を優先 *ほかにも要件あり【定員】各会場20人(抽選)【費用】無料【申込み】9月13日までに各



資源の有効活用にご協力を 古着・金属製調理器具など の回収とフードドライブ

ご家庭で不要になった古着や靴、金属製調理器具などを回収します。同時に、ご家庭で余っている食料品等を回収するフードドライブを実施します。

【回収日時／回収場所】▶9月21日(土)／八広公園(八広5-10-14) ▶9月22日(日)／東あずま公園(立花2-32-12) *いずれも午前9時～午後2時【回収品目】古着、靴、ぬいぐるみ、金属製調理器具、食料品 *詳細は問い合わせるか、区ホームページを参照(右下のコードを読み取ることでも接続可)【対象】区内在住の方 *事業者を除く【持込方法】古着、靴、ぬいぐるみ、金属製調理器具、食料品を、それぞれ別の袋に入れて、当日直接会場へ *車での来場は不可【問合せ】すみだ清掃事務所分室 ☎3613-2228



東京2020ボクシングの公式練習会 場になります 区総合体育館の利用制限

この度、区総合体育館(錦糸4-15-1)が東京2020オリンピック競技大会のボクシングの公式練習会場として決定しました。下記の期間は、入場および施設利用が制限されますので、ご理解とご協力をお願いします。

【制限予定期間】令和2年7月1日～8月17日(仮設工事期間を含む)【利用制限エリア】▶2階＝武道場1/2面(サンドバッグ側)、トイレ・更衣室・温浴施設の一部等 ▶3階＝全エリア(メインアリーナ、サブアリーナ等) ▶4階＝全エリア(ランニングコース、観客席等)【問合せ】スポーツ振興課スポーツ施設担当 ☎5608-6588

意見書の提出ができます
「押上・業平橋駅周辺地区
地区計画の変更(案)」の閲
覧(意見書提出)・説明会

交通広場～桜橋通りの新たな歩行者空間を確保するため、「押上・業平橋駅周辺地区地区計画」の変更原案の閲覧を実施し、この度、都市計画変更案をまとめました。この変更案の閲覧・意見書提出ができます。また、説明会を開催します。

■変更案の閲覧・意見書提出

【**閲覧期間**】9月10日(火)～24日(火) *土・日曜日、祝日を除く【**閲覧場所**】都市計画課(区役所9階)【**意見書提出の対象者**】地区内在住の方、変更案に利害関係がある方【**意見書提出の方法**】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9月24日(必着)までに問合せ先へ【**変更案の閲覧・意見書提出に関する問合せ**】〒130-8640都市計画課都市計画・開発調整担当(区役所9階) ☎5608-6265・FAX5608-6409・✉TOSHIKEIKAKU@city.sumida.lg.jp

■変更案についての説明会

【**説明会の開催日時／開催場所**】▶9月7日(土)午後2時～3時 ▶9月9日(月)午後7時～8時／すみだ女性センター(押上2-12-7-111) *両日とも同一内容【**申込み**】当日直接会場へ【**説明会に関する問合せ**】拠点整備課拠点整備担当 ☎5608-6262

交付申請を受け付けています
すみだプレミアム付商品券
の購入引換券

すみだプレミアム付商品券の購入に必要な購入引換券の交付申請を受け付けています。対象と思われる方に、7月下旬に申請書を発送しました。購入引換券の交付を希望する方は、令和2年1月31日(必着)までに申請書を返送してください。また、対象と思われる方で、お手元に申請書が届いていない方は問合せ先にご連絡ください。
【**対象**】平成31年1月1日時点で墨田区に住民登録があり、平成31年度の住民税均等割が課税されていない方または免除された方 *課税者と生計同一の配偶者、扶養親族および生活保護受給者等を除く(世帯内に課税者がいる場合も対象外)
*子育て世帯の世帯主の方は申請不要【**すみだプレミアム付商品券の内容**】500円券×10枚で1セット *最大5セットまで、複数回に分けて購入可【**申請後の流れ**】9月下旬頃から順次、購入引換券を送付 *要件が合わず購入対象にならない方には、非該当のお知らせを送付【**販売開始日**】10月1日(火)【**問合せ**】▶すみだプレミアム付商品券専用ダイヤル ☎6667-6547 ▶産業振興課産業振興担当 ☎5608-6187 *申請方法や購入方法等の詳細は、区ホームページを参照 *利用できる店舗等は墨田区商店街振興組合連合会のホームページを参照

従業員の方をご推薦ください
中小企業等永年勤続優良従業員表彰

区内の中小企業等に永くお勤めの優良従業員の方を表彰します。事業主の方は、該当する従業員の方をご推薦ください。

【**表彰区分**】10年・20年・30年の勤続表彰
*勤続年数の算定基準日は、令和元年12月31日
【**対象者**】対象事業所に勤務しており、表彰区分の各勤続年数に達し、事業主から優良従業員として推薦された方 *すでに同じ表彰区分で表彰された方や、事業主・代表者・役員、事業主・代表者の配偶者と直系一親等の血族の方を除く【**対象事業所**】区内の▶中小企業 ▶中小企業の所属する商工団体 ▶信用金庫・信用組合【**表彰日時／会場**】2年2月8日(土)午後4時～5時／曳舟文化センター(京島1-38-11)【**申込み**】推薦書類を直接または郵送で10月11日(必着)までに〒130-8640産業振興課産業振興担当(区役所14階) ☎5608-6186へ *推薦書類の様式は申込先で配布しているほか、区ホームページからも出力可

ご注意ください
マイナンバーカード交付・
電子証明書手続の一時休止

9月22日(日)は窓口開庁日ですが、システムメンテナンスのため、マイナンバーカードの交付や継続等に係る手続と電子証明書に係る手続を終日休止しますので、ご注意ください。

【**問合せ**】窓口課住民異動係 ☎5608-6102

今号8面に掲載しています
「私の好きな すみだ」写真募集



【**応募方法**】随時、「私の好きな すみだ」をテーマに区内で撮影した写真と、作品名・撮影場所・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、〒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以下の紙に印刷するか、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)
【**注意事項**】▶人物が含まれる写真は、肖像権侵害等の防止のため、本人(未成年の場合は親権者)の承諾が必要 ▶氏名も掲載 ▶応募写真は他媒体で使用する場合があります ▶応募写真は一部手直しをする場合があります

毎月1日は
墨田区防災の日



9月1日の点検項目
いざのとき
あわてぬための
防災訓練

毎月5日は
すみだ環境の日



9月のエコしぐさ
節電が
思い出させた
夕涼み

墨田区環境キャラクター
「地球くん」

区政情報番組
ウィークリー すみだ
9月の番組表



キャスター
大久保 涼香さん

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

☑=こんにちは、区長です 🟩=レッツスポーツ in すみだ 🟡=2020目前! 熱血オールすみだ 🟣=特集
🟦=ススキミニユース 🟨=すみだのそここが知りたい 🟪=きらっと すみだモダン

放映日	午前9時	正午	午後4時	午後8時
9月1日(日)～7日(土)	☑ 誰もが心を通わす住みやすいまちへ 🟨 職人に直接聞く! 大江戸すみだ職人展			
9月8日(日)～14日(土)	🟣 地域防災力で災害に備える(再放送)	☑ 誰もが心を通わす住みやすいまちへ 🟨 職人に直接聞く! 大江戸すみだ職人展	🟣 地域防災力で災害に備える(再放送)	☑ 誰もが心を通わす住みやすいまちへ 🟨 職人に直接聞く! 大江戸すみだ職人展
9月15日(日)～21日(土)	🟦 8月～9月の「SUKI SUMI」投稿について紹介 🟪 葛飾北斎浮世絵パズル／ビーフシチューランチ			
9月22日(日)～28日(土)	🟦 8月～9月の「SUKI SUMI」投稿について紹介 🟪 葛飾北斎浮世絵パズル／ビーフシチューランチ	🟣 地域防災力で災害に備える(再放送)	🟦 8月～9月の「SUKI SUMI」投稿について紹介 🟪 葛飾北斎浮世絵パズル／ビーフシチューランチ	🟣 地域防災力で災害に備える(再放送)
9月29日(日)～10月5日(土)	🟡 2020目前! 熱血オールすみだ(ハンドボール&ボッチャ)			

*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

講座・教室・催し



☑=内容 🟨=種別 🟩=対象 🟦=定員 🟪=費用・入場料 🟣=持ち物 🟦=申込み 🟨=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	羊毛フェルトでつくるかわいいペット教室(全4回)	9月4日・18日、10月2日・16日いずれも水曜日午後1時～3時半	みどりコミュニティセンター(緑3-7-3)	🟩 20歳以上の方 🟦 先着10人 🟪 4000円(材料費込み) 🟦 事前に、みどりコミュニティセンター ☎5600-5811へ

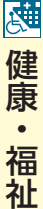
☎=電話 FAX=ファクス ✉=Eメール 🌐=ホームページアドレス

広告 4K放送はじめる?それなら、J:COM! 大迫力の4K画質をアンテナ不要で楽しめます。詳しくは ☎0120-989-989(9:00～18:00)

講座・教室・催し

内＝内容 種＝種別 対＝対象 定＝定員 費＝費用・入場料 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	「住まいのネズミと害虫」出張相談所を開きます	9月4日(水)午後2時～3時	社会福祉会館(東墨田2-7-1)	内 ネズミの住みにくい環境づくりや、毒餌とワナの使い方などについて学ぶ 対 区内在住の方 費 無料 申 当日直接会場へ 問 生活衛生課生活環境係 ☎5608-6939 
		9月12日(木)午後2時～3時	シルバープラザ梅若(墨田1-4-4)	
		9月19日(木)午後2時～3時	みどりコミュニティセンター(緑3-7-3)	
		9月27日(金)午後2時～3時	曳舟文化センター(京島1-38-11)	
	町会・自治会広報活動PR展“まちの話題で心がほっこり！わがまち通信局”	9月6日(金)～12日(木)の午前8時半～午後5時 *最終日は午後4時まで	区役所1階アトリウム	内 町会・自治会の会報や広報誌などのパネル展示 費 無料 申 期間中、直接会場へ 問 地域活動推進課まなび担当 ☎5608-6202
	たのしく学ぶデジタルカメラ教室(全3回)	9月12日～26日の毎週木曜日午後2時～4時	社会福祉会館(東墨田2-7-1)	対 区内在住在勤の方 定 先着16人 費 無料 持 デジタルカメラ、取扱説明書 申 9月2日午前10時から電話で社会福祉会館 ☎3619-1051へ *受け付けは9月11日までの午前9時～午後5時(土・日曜日を除く)
 健康・福祉	第3回相続講演会「いつかは発生する遺産相続問題！考えてみませんか？“知って得する！”相続・遺言・現場の声と法改正”」	9月26日(木)午後6時半～8時	すみだ女性センター(押上2-12-7-111)	内 相続の基本と最新の相続事情等について学ぶ 対 フレンズすみだ会員と同居の家族、区内在住の方 定 先着35人 費 無料 申 事前に墨田区勤労者福祉サービスセンター(押上2-12-7-215) ☎3626-3723へ 問 経営支援課経営支援担当 ☎5608-6184
	第2回フラワーアレンジメント教室「ハーバリウム」	9月29日(日)午前10時～正午	八広地域プラザ(八広4-35-17)	対 小学生以上 定 先着20人 費 2000円 申 事前に八広地域プラザ ☎6657-0471へ *受け付けは9月27日までの午前9時～午後8時 *汚れても構わない服装で参加
	ダイエットプログラム体験(超音波の体脂肪厚測定2か所付き)	9月2日(月)～30日(月)の午前9時～午後9時のうち60分 *土・日曜日、祝日を除く	スポーツプラザ梅若(墨田1-4-4)	内 トレーニングと食事コントロールで無理なく続けられる6週間ダイエットの1回体験 対 18歳以上の方 費 1080円 申 事前に、スポーツプラザ梅若 ☎5630-8880へ *内容等の詳細は申込先へ
	長寿の集い	9月8日(日)午後1時半～3時45分 *受け付けは午後0時半～	すみだ福祉保健センター(向島3-36-7)	内 歌唱指導、マジックショーなど 対 区内在住で60歳以上の方 *付添いの方の参加も可 定 先着100人 費 無料 申 当日直接会場へ 問 すみだ福祉保健センター ☎5608-3721
	「すみだハート・ライン21事業」 「ミニサポート事業」説明会	9月13日(金)午後6時半～8時、9月17日(火)・25日(水)午前10時～11時半 	▶9月13日＝すみだボランティアセンター分館(亀沢3-20-11関根ビル4階) ▶9月17日＝地域福祉プラットフォーム ガランドール(石原4-11-12) ▶9月25日＝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、協力会員・協力員として家事援助などの活動(有償ボランティア)に協力できる18歳以上の方(今すぐ活動できなくても可) 定 ▶9月17日＝先着10人 ▶その他＝各日先着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・協力員への登録方法の詳細は申込先へ
	敬老の日 いきいきスペシャルコンサート	9月15日(日)午前11時～	いきいきプラザ(文花1-32-2)	内 ポップス系の歌手などによるコンサート 費 無料 申 当日直接会場へ 問 いきいきプラザ ☎3618-0961
	むこうじま家族会	9月17日(火)午後1時半～3時	介護老人保健施設ベレール 向島(東向島2-36-11)	内 薬剤師を交え、参加者同士で情報交換や交流を行う 対 区内在住で、認知症の方を介護している方 定 先着20人 費 無料 申 事前に、むこうじま高齢者支援総合センター(ベレール向島内) ☎3618-6541へ
	みかんの会(認知症家族会)	9月17日(火)午後1時半～3時半	たちばなホーム(立花3-10-1)	内 介護に関する悩みの共有・情報交換 対 認知症の家族を介護している方、介護の経験がある方、認知症に関心がある方 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・たちばな高齢者在宅サービスセンター内) ☎3617-6511へ
	ハーバリウム講座	9月19日(木)午前10時～正午	すみだ福祉保健センター(向島3-36-7)	対 区内在住で60歳以上の方 定 15人(抽選) 費 1000円 持 エプロン、はさみ 申 9月9日までに、すみだ福祉保健センター ☎5608-3721へ
	弁護士による権利擁護法律相談	9月19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 判断能力が十分ではない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 定 先着3人 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
	ストレッチ教室(各部全10回) 	9月20日～12月6日の金曜日 ▶第1部＝午後6時半～7時半 ▶第2部＝午後7時45分～8時45分 *11月1日・22日を除く	八広地域プラザ(八広4-35-17)	対 20歳以上の方 定 各部先着20人 費 各部5000円 申 事前に八広地域プラザ ☎6657-0471へ *受け付けは9月15日までの午前9時～午後8時

講座・教室・催し

内＝内容 種＝種別 対＝対象 定＝定員 費＝費用・入場料 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
健康・福祉	点訳(点字)講習会「基礎からパソコン点訳まで」(全20回)	10月1日～令和2年3月10日の火曜日午後6時半～8時半 ＊10月22日、12月24日・31日、2年2月11日を除く	すみだボランティアセンター(東向島2-17-14)	内点字の基礎やパソコン点訳について学ぶ 対講習会修了後、区内で障害者福祉のために点訳ボランティア等の活動をする意志がある方 定先着30人 費5000円(教材費等) 申事前に電話で、すみだボランティアセンター☎3612-2940へ
	高齢者ゆうゆう元気体操教室(後期)「ストレッチで心も体も元気アップ」(各部全10回)	10月2日～令和2年3月4日の第1・第3水曜日▶1部＝午前9時45分～10時45分 ▶2部＝午前11時～正午 ＊2年1月1日を除く	梅若ゆうゆう館(墨田1-4-4・シルバークラザ梅若内)	内▶1部＝やさしいコース ▶2部＝しっかりコース ＊いずれかを選択 対区内在住の60歳以上で医師から運動を制限されていない方 定各部15人(抽選) ＊初参加の方を優先 費無料 申9月3日～7日の午前9時～午後5時に梅若ゆうゆう館☎5630-8630へ
	こころの病がある方の家族のための連続講座(全3回)	10月3日(木)・8日(火)・31日(木)午前10時～正午	本所保健センター(東駒形1-6-4)	【テーマ】▶10月3日＝こころの病と治療の話 ▶10月8日＝知っておきたい生活を支える福祉制度 ▶10月31日＝家族の対応”しない方がよいこと・してもよいこと” 対区内在住在勤でこころの病がある方とその家族 ＊10月3日・8日は家族以外の方も参加可 定先着30人 費無料 申9月3日午前8時半から本所保健センター☎3622-9137へ
	身体障害者向け「体力アップ体操教室」(全3回)	10月8日・15日・29日いずれも火曜日午前10時～正午	すみだ福祉保健センター(向島3-36-7)	対区内在住で身体に障害のある方 定15人(抽選) 費無料 申教室名・住所・氏名・ファクス番号を、直接または電話、ファクスで9月8日までに、すみだ福祉保健センター☎5608-3723・FAX5608-3720へ ＊申込時に手話通訳・磁気ループの希望可
	要介護状態にならないために「らくらく水中ウォーク教室」(全12回)	10月21日～令和2年1月27日の月曜日午後1時半～3時 ＊11月4日、12月30日、2年1月13日を除く	スポーツクラブルネサンス曳舟(京島1-46-2)	内温水プールでのウォーキングやバランス運動 対介護保険の要介護認定で要支援1・2と認定された方、基本チェックリストで事業対象者と判定された方 ＊ほかにも要件あり 定先着10人 費4800円 申9月2日～27日に各高齢者支援総合センターへ 問高齢者福祉課地域支援係☎5608-6178
子育て・教育	キッズYouTuber体験講座	9月28日(土)▶午前10時半～11時半 ▶午後1時～2時 ▶午後2時半～3時半	すみだ産業会館(江東橋3-9-10)	内人気の動画制作を体験する 対小学生とその保護者 定各先着15組 費無料 持スマートフォン 申9月1日午前9時から電話で、すみだ産業会館☎3635-4351へ
	講座「子育てママの、わたしの時間」(全3回)	▶10月4日(金)午後2時～4時 ▶10月21日(月)・30日(水)午後1時半～3時半	すみだ女性センター(押上2-12-7-111)	内▶10月4日＝子育てママの「自分のこころの癒し方」講座 ▶10月21日＝子育てママのバランスボール講座 ▶10月30日＝子育てママのカラーコーディネート講座 対区内在住で幼稚園等入園前の子どもがいる母親 定先着20人 ＊全日程参加できる方を優先 費無料 申9月2日午前9時から講座名・住所・氏名・日中連絡がとれる電話番号・一時保育希望の有無(有の場合は、9月20日までに子の氏名・年齢・性別も)を、電話またはEメールで、すみだ女性センター☎5608-1771・✉SUZUKAKEKOUZA@city.sumida.lg.jpへ ＊一時保育(定員制)の対象は6か月～幼稚園等入園前
仕事・産業	食品の新表示移行まであと半年です!「新表示ラストスパート講習会」	9月17日(火)午後2時～4時 ＊受け付けは午後1時半～	区役所会議室131(13階)	対食品表示を作成する方 定先着100人 費無料 申事前に店舗の名称・所在地・電話番号、参加人数を、電話またはEメールで生活衛生課食品衛生係☎5608-6943・✉SEIKATUEISEI@city.sumida.lg.jpへ ＊個別相談もあり(詳細は、区ホームページを参照)
	若年者就活セミナー「自己分析の方法や面接対策等について学ぶ」	9月25日(水)午後2時～3時半 ＊受け付けは午後1時半～	すみだ産業会館(江東橋3-9-10)	対おおむね35歳未満で正社員としての就職を希望する方 定先着50人 費無料 持筆記用具 申事前に、ハローワーク墨田(江東橋2-19-12)☎5669-8609へ ＊電話での申込み・問合せの際は、音声案内の「44#」を選択 問経営支援課経営支援担当☎5608-6185
	人材育成セミナー(全3回)	10月8日(火)、令和2年1月21日(火)、3月13日(金)午後2時～6時半	区役所会議室122(12階)ほか	対区内に事業所がある企業の入社3年程度の若手社員(原則として全日程参加できる方) 定先着10人 費無料 持筆記用具 申事前に会社名・氏名・年齢・性別・メールアドレスを、Eメールで、スミダデヒトデ増殖プロジェクト事務局✉sumida_hitode@haizai.jpへ ＊Eメールの件名は「人材育成セミナー」 問経営支援課経営支援担当☎5608-6185
	すみだ創業支援ネットワーク事業「ひがしん創業塾」(全7回)	10月9日・16日・26日、11月6日・16日・20日・30日の原則▶水曜日＝午後6時半～8時半 ▶土曜日＝午前10時～午後5時 ＊詳細は問合せ先へ	東京東信用金庫ひがしんみどりビル(両国4-31-16)	内創業に必要な基礎知識と事業計画書等について学ぶ 対創業を希望する方、創業5年未満の方 定先着20人 費無料 持筆記用具 申事前に、ひがしん創業塾のホームページから申込み 問▶東京東信用金庫お客様サポート部中小企業応援センター☎3633-2445 ▶経営支援課経営支援担当☎5608-6185
	女性再就職支援セミナーinすみだ“私らしいライフキャリアを作る!「仕事を探す前に準備すること」”	10月11日(金)▶セミナー＝午前10時～正午 ▶個別相談会＝午後0時15分～1時45分(1人30分)	すみだ女性センター(押上2-12-7-111)	対就職活動中またはこれから働きたいと考えている女性 定▶セミナー＝先着50人 ▶個別相談会＝先着12人 費無料 申9月2日午前9時から電話で東京しごとセンター女性しごと応援テラス☎5211-2855へ ＊申込先のホームページからも申込可 ＊セミナーのみ、事前申込みによる1歳～就学前の子どもの一時保育あり(定員制・受け付けは9月26日まで) 問すみだ女性センター☎5608-1771
	東京都子育て支援員研修「地域子育て支援コース」(第2期)	11月～令和2年1月 ＊コースにより異なるため、詳細は募集要項を参照	LEC水道橋本校(千代田区神田三崎町2-2-15)、LEC新宿エルタワー本校(新宿区西新宿1-6-1新宿エルタワー18階)	対区内在住在勤で、子育て支援員として就業する意欲がある方など 費無料 申申込書を郵送で9月18日(必着)までに株式会社東京リーガルマインド(〒164-0001中野区中野4-11-10)☎5913-6225へ ＊詳細は9月2日から子育て支援課(区役所4階)で配布する募集要項を参照 問▶研修について＝株式会社東京リーガルマインド ▶申込書の配布について＝子育て支援課子育て計画担当☎5608-6084
スポーツ・文化・ス	幼児水泳教室「水慣れ・水遊び教室」(全3回)	9月11日～25日の毎週水曜日午後3時～3時50分	両国屋内プール(横綱1-8-1)	対4歳以上の子ども 定先着15人 費3240円 申9月1日午前9時から両国屋内プール☎5610-0050へ ＊窓口での受け付けを優先
	小学生水泳教室「クロール教室」[平泳ぎ教室](いずれも全3回)	9月15日～29日の毎週日曜日午前11時10分～正午		対▶クロール教室＝バタ足で泳げる小学生 ▶平泳ぎ教室＝クロールで25mを泳ぐことができる小学生 定各教室先着10人 費各教室3240円 申9月1日午前9時から両国屋内プール☎5610-0050へ ＊窓口での受け付けを優先

☎＝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・入場料 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「クレー射撃大会」	9月16日(祝) 午前9時～午後4時半	成田射撃場(千葉県印西市山田166)	種 トラップの部、スキートの部 費 1万円 持 銃砲、装弾、猟銃所持許可証、火薬類等譲受許可証 申 電話で9月16日までに墨田区クレー射撃連盟 森 庄太郎☎090-8770-6954へ *当日会場でも申込可
	伝統芸の落語を楽しむ 柳家寿伴 出演の第34回「隅田川寄席」 	9月21日(土) 午後2時～3時半	すみだ郷土文化資料館(向島2-3-5)	対 小学校4年生以上 定 先着50人 費 400円(入館料込み) *中学生以下と身体障害者手帳・愛の手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方は無料 申 事前に電話で、すみだ郷土文化資料館 ☎5619-7034へ
	トークサロン「見えそうで見えない ガラスの向こう側」	9月25日(水) 午後6時半～7時半	立花図書館(立花6-8-1-101)	【講師】廣田達朗氏(廣田硝子株式会社代表取締役) 定 先着20人 費 無料 申 9月1日午前9時から立花図書館 ☎3618-2620へ
	「すずかけひろば」登録団体による舞台・展示発表と講演会「響け未来へ 心育む音楽の世界」(オペラ歌手の歌とお話)	9月28日(土) 午後0時10分～3時45分 *講演会は午後1時～2時	すみだ女性センター(押上2-12-7-111)	定 ▶講演会=先着165人 費 無料 申 ▶講演会=9月2日から電話で、すみだ女性センター☎5608-1771へ *講演会の手話通訳と1歳～就学前の子どもの一時的保育(定員制)を希望する場合は9月13日までに申込先へ ▶舞台・展示発表=当日直接会場へ
	区総合体育館公開講座「“たくましいカラダを作る”運動生理学入門講座」	9月30日(月) 午後7時～9時	区総合体育館(錦糸4-15-1)	内 マシントレーニングや自重トレーニングなど、運動生理学に基づく正しい方法について基礎理論を学ぶ 対 高校生以上 定 先着30人 費 無料 申 事前に住所・氏名・電話番号を、電話またはEメールで区総合体育館 ☎3623-7273・✉sumidagym@n-reco.co.jpへ *受け付けは9月27日まで
	日本語ボランティア養成講座(全7回)	10月1日(火)・8日(火)・25日(金)・29日(火)、11月5日(火)・19日(火)・26日(火) 午後6時45分～8時45分	すみだリバーサイドホール1階会議室(区役所に併設)	対 区内在住在勤在学の20歳以上で、ボランティアとして外国の方に日本語を教える熱意がある方 *語学力は不問 定 20人(書類選考) 費 無料 *別途教材費が必要 申 申込書を直接または郵送、Eメールで9月13日(必着)までに〒130-8640文化芸術振興課文化芸術・国際担当(区役所14階) ☎5608-6212・✉BUNKASHINKOU@city.sumida.lg.jpへ *申込書は申込先で配布しているほか、区ホームページからも出力可
	たのしい運動教室(各教室全10回～13回) 	10月1日(火)～12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)	内 ▶大人クラス=ヨガ・背骨コンディショニングなど全18教室 ▶子どもクラス=カンフー・おやこ運動教室など全10教室 定 各教室先着10人～15人 費 各教室1080円×回数 *途中からの参加の場合は1080円×残り回数 *体験は1回1080円 申 事前にスポーツプラザ梅若 ☎5630-8880へ *内容や対象等の詳細は問い合わせるか、申込先のホームページを参照
	区民体育祭「ボウリング大会」	10月14日(祝) 午前10時～正午 *受け付けは午前9時～	アイビーボウル向島(東向島3-13-10)	種 男子の部、女子の部 費 2000円 持 靴下 *動きやすい服装で参加 申 住所・氏名・年齢(学生は学年も)・電話番号を、直接または電話、ファクスで9月30日午後10時までにアイビーボウル向島 ☎3613-8511・FAX3613-8355へ
	区民体育祭「民踊大会」	10月27日(日) 午前10時半～午後4時半 *受け付けは午前9時～	曳舟文化センター(京島1-38-11)	費 1曲(5分以内) 3000円 申 ▶直接=費用を持って9月10日午後6時半～8時に二葉小学校(石原2-1-5)へ ▶電話・ファクス=住所・氏名・電話番号・曲目を、9月10日～13日に墨田区民踊連盟 高橋 志津子☎・FAX3622-2816へ
イベント	区民体育祭「おかあさんバレーボール大会」 	11月17日(日)・24日(日) 午前9時半～午後9時 *受け付けは午前9時～	区総合体育館(錦糸4-15-1)	種 1部、2部 費 1チーム3000円 申 事前に電話でスポーツ振興課スポーツ振興担当 ☎5608-6312へ *受け付けは9月27日まで *詳細は墨田区おかあさんバレーボール連盟のホームページを参照 *代表者会議を10月7日(月)午後7時から、すみだ女性センター(押上2-12-7-111)で開催
	墨田区・台東区連携事業「消えたビンテージパスを追え!次郎吉と思い出の場所」	9月1日(日)～11月30日(土)	墨田区・台東区内各所	内 墨田区・台東区内を謎を解きながら巡る *謎を解決した方の中から抽選で賞品等を進呈 費 無料 申 期間中、直接参加冊子の配布場所へ *参加冊子は両国観光案内所(横綱1-3-20「-両国-江戸NOREN」1階)、吾妻橋観光案内所(区役所2階)等で配布しているほか、「タカラッシュ!」のホームページからも出力可 問 ▶株式会社メトロアドエージェンシー問合せ事務局 ☎0120-463-926 *受け付けは午前10時～午後5時 ▶観光課観光担当 ☎5608-6500
	すみだタウンミーティング「つながる場”づくり コミュニティプレイスの実践を通して」 	9月28日(土) 午後2時～4時	区役所会議室121(12階)  コード	内 地域活動の活性化について区長を交えて話し合う 定 先着30人 費 無料 申 事前に催し名・住所・氏名・電話番号・一時的保育希望の有無・手話通訳希望の有無を、電話またはファクス、Eメールで地域活動推進課まなび担当 ☎5608-6202・FAX5608-6934・✉KATSUDOSUISHIN@city.sumida.lg.jpへ *区ホームページからも申込可(左のコードを読み取ることでも接続可) *受け付けは9月20日まで *一時的保育・手話通訳の申込みは9月9日まで
ぽけっと	“体の痛み・しびれ・その他の不調への治療を希望する方へ”はり・灸無料奉仕治療	9月29日(日)～10月5日(土) *実施治療院の各営業時間	墨田区鍼灸師会会員の治療院	対 区内在住在勤の方 定 100人(抽選) 費 無料 申 住所・氏名・年齢・電話番号を、電話またははがき、Eメールで9月24日(必着)までに、墨田区鍼灸師会会長 下條隆宏(〒131-0033向島3-42-8谷口ビル1階) ☎090-1694-7416・✉sumida.shimojo@gmail.comへ
	皮革手芸教室	10月～令和2年3月の毎週火・土曜日午後1時～4時	東京靴会館(台東区蔵前4-16-3)	定 ▶火曜日クラス=先着30人 ▶土曜日クラス=先着20人 費 各クラス月額4000円 *材料費等は別途自己負担 申 事前に電話で全国皮革振興会 ☎3865-7457へ *全国皮革振興会のホームページからも申込可

募集

内=内容 種=種別 対=対象 定=定員 選=選考方法 費=費用・入場料 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
産業・仕事	ひきふね図書館の非常勤職員(調査員)の募集 	内 ひきふね図書館(京島1-36-5)での司書業務および区立中学校の学校図書館での学校司書業務 対 司書・司書補・司書教諭のいずれかの資格を有する方(資格取得見込みの方も可)、または図書館勤務の経験のある方 【募集数】1人	選 書類選考および面接 *面接日は書類選考合格者に後日通知 申 履歴書と応募動機をまとめた作文(800字以内で書式自由)を、直接または郵送で9月17日(必着)までに、ひきふね図書館(〒131-0046京島1-36-5) ☎5655-2350へ *詳細は問い合わせるか、墨田区立図書館のホームページを参照



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

●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
●健康・福祉のページ：📠https://www.city.sumida.lg.jp/kenko_fukushi/

健康診査・骨密度検診・がん検診等

*対象はいずれも平成31年度(平成31年4月1日～令和2年3月31日)中に誕生日を迎え、対象年齢となる方
*子宮頸がん検診、乳がん検診は2年度に各1回(その他は年度内に各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 *一部を除き、区ホームページから電子申請も可
若年区民健康診査 (16歳から39歳の方の健康診査)	10月2日(水)午前9時～11時、 10月31日(木)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・心電図検査等【対象】区内在住で16歳～39歳の方 *治療中の方、勤務先・学校等で受ける機会がある方は受診不可【定員】各日先着100人 *事前申込みによる一時保育あり(各日先着30人)【費用】無料	事前に電話で、すみだ けんしんダイヤル ☎6667-1127へ *受け付けは▶10月2日実施分=9月11日まで ▶10月20日実施分=9月27日まで ▶10月31日実施分=10月10日まで
	10月20日(日)午前9時～11時	向島保健センター		
骨密度検診	9月30日(月)午前9時～10時	本所保健センター	【内容】超音波検査【対象】区内在住で、30・35・40・45・50・55・60・65・70歳の女性【定員】先着80人【費用】無料 *骨粗しょう症で治療中・経過観察中の方は受診不可	事前に電話で、すみだ けんしんダイヤル ☎6667-1127へ *受け付けは9月20日まで *電子申請は不可
胃がん検診(胃部エックス線検査・検診車実施分)	10月2日(水)午前9時～正午	東京東信用金庫両国本部駐車場(両国4-35-9)	【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	事前に電話で、すみだ けんしんダイヤル ☎6667-1127へ *受け付けは▶胃がん検診(胃部エックス線検査・検診車実施分)=9月17日まで ▶乳がん検診(検診車実施分)=令和2年3月13日まで(検診会場および日程の選択可) *詳細は、すみだ けんしんダイヤルへ
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	
子宮頸がん検診(医療機関実施分)	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 *妊娠中または出産後の方は受診の可否を主治医に相談【費用】無料	
乳がん検診(医療機関実施分)		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、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	
乳がん検診(検診車実施分)	令和2年3月まで(毎月1回～3回)	区内施設3か所		
大腸がん検診	令和2年3月31日(火)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、区内実施医療機関で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健康診査と同時に受診【費用】400円 *生活保護受給者等は無料	事前に電話で、すみだ けんしんダイヤル ☎6667-1127へ *受け付けは▶大腸がん検診・肺がん検診=令和2年3月15日まで ▶前立腺がん検診=10月18日まで ▶胃がんリスク検査=11月15日まで
肺がん検診			【内容】胸部エックス線検査、喀痰細胞診 *喀痰細胞診は、50歳以上で、喫煙指数(1日の喫煙本数×年数)が600以上の方にのみ実施【対象】区内在住の40歳以上で、区内実施医療機関で健康診査と同時に肺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健康診査と同時に受診【費用】無料	
前立腺がん検診	10月31日(木)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50歳～74歳の男性【費用】700円 *生活保護受給者等は無料	
胃がんリスク検査	11月30日(土)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30・35・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	
肝炎ウイルス検診	実施医療機関診療日		【内容】血液検査【対象】区内在住の16歳以上で、原則、過去に肝炎ウイルス検診を受診したことがない方【費用】無料	

- ❶「子宮頸がん・乳がんセット検診」は、東京都予防医学協会が受診日時を指定して、受診日の2週間前～1週間前に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があります。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、受診日時を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☎3269-1134にお申し出ください。
- ❷各種がん検診は、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」、「乳がん検診」、「肺がん検診」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。
- ❸電子申請のページには、右のコードをスマートフォン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)。
- ❹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

9月の健康相談窓口

*育児相談以外は要予約

種別	向島保健センター	本所保健センター
健康相談	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】2日(月)午前9時～10時	
心の健康相談	11日(水)・25日(水)	25日(水)
依存症相談	18日(水)	—
思春期相談	—	11日(水)

簡単！便利！すみだ けんしんダイヤルのご利用を

- がん検診・骨密度検診・肝炎ウイルス検診の申込み・受診票再発行・問合せ
- 40歳以上の健康診査・成人歯科健康診査の受診票再発行・問合せ
- 若年区民健康診査・小規模事業所健診の申込み・問合せ

☎6667-1127

午後6時まで受け付けています

【受付時間】月曜日～金曜日の午前9時～午後6時(祝日・年末年始を除く)
*番号をお確かめの上、かけ間違いのないようご注意ください。
*午前9時～10時半頃、休み明け、月初めは大変混み合います。
*聴覚障害のある方等は、FAX5690-9661へ



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

❶診療日は日曜日・祝日・年末年始です。健康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)

❶診療日は月曜日～金曜日(祝日・年末年始を除く)です。健康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。

歯科・整形外科応急診療医院(9月)

*整形外科は医院名の後ろに☎と記載

とき	医院名	ところ・電話番号
1日(日)	吉澤歯科クリニック	立花2-8-3 ☎3618-0006
	むさし整形外科☎	京島1-38-1 ☎5631-7634
8日(日)	桜井歯科医院	向島3-43-10 ☎3623-3907
	大山整形外科☎	京島3-34-7 ☎3631-7577
15日(日)	青沼歯科	東向島5-41-5 ☎3616-0222
	東京曳舟病院☎	東向島2-27-1 ☎5655-1120
16日(祝)	鈴木歯科クリニック	吾妻橋1-19-8-103 ☎3622-8241
22日(日)	新井歯科医院	東向島1-28-12-101 ☎3616-2525
	墨田中央病院☎	京島3-36-1 ☎3617-1414
23日(祝)	篠塚歯科医院	東駒形1-19-7 ☎3622-2619
29日(日)	原歯科医院	東向島 5-36-8 ☎3612-6484
	みどり整形外科☎	緑1-14-2 ☎5638-8181

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

☎ = 電話 FAX = ファクス ㊚ = Eメール 📠 = ホームページアドレス

お知らせ

食中毒予防 生肉は 中まで十分 火を通そう 【問合せ】生活衛生課食品衛生係☎5608-6943

つながる すみだ人

私の好きな すみだ

今月の1枚

「ペンギんの人間観察」
【撮影】森下有紀さん

本コーナーへの写真を随
時募集しています。詳細は
本紙3面をご覧ください。

【問合せ】広報広聴担当

☎5608-6223



中里 浩さん(京島在住)

Q. すみだで現在の活動を始めたきっかけは何ですか？

私は7歳から柔道をはじめ、まだ防災団地ができる前の白鬚橋のたもとにあった道場に通っていました。柔道を通じて得た多くの経験が進学や就職の支えとなり、人間関係の構築にも大きく役立ったと感じています。そこで今度は、それを伝えていきたいと思い、長く携わっていた仕事を辞め、「自由学舎」を開きました。

「道場」ではなく、「学舎」という名称にしているのは、薩摩藩伝統の郷中教育に習い、「生き方」を学ぶ場でもありたいと考えたからです。これは、

Q. 中里さんは、すみだのどんなところが好きですか？

東向島で生まれ育ち、高校まで区内の学校に通っていましたが、まさにすみだは「ふるさと」です。

隅田川の堤防は、子どもの頃のランニングコースでしたし、中学・高校時代は学校や稽古に通うために、毎日、白鬚橋から両国駅辺りまで自転車

柔道の錬成だけでなく、上の者が下の者の面倒を見る、困りごととは仲間で話し合う、弱い者いじめをしない等、人としての真っすぐな生き方を学ぶという教育です。今の子どもたちが大人になって活躍する時代には、困難なことが今より多くあると思います。試合に強くなることも大切ですが、柔道を通じて人を思いやる心や、いざという時に踏ん張れる力、困難にもめげず、乗り越えていける強い心と精神を、この「自由学舎」で養ってほしいと願っています。

で行き来していました。そんな毎日通る道でも、春は桜、夏は蝉(せみ)の声や隅田川を行き交う船、秋はたくさんの落ち葉、冬は川の上流から吹く寒風と、様々な光景に四季を感じていました。時に癒やしも与えてくれる、すみだの四季が好きですね。

すみだを愛し、すみだで活躍する人をリレー形式で紹介する「つながるすみだ人」。お話を伺った方に次の方を紹介していただき、すみだを愛する人をつないでいきます。第15回は、すみだで生まれ育ち、現在は京島で柔道場を運営されている中里 浩さんです。「自由学舎」という道場の名称にも込められた、子どもたちへの真剣な想いをお聴きしました。

Q. すみだでどのような活動をされていますか？

子どもたちに強い心と身体を養ってもらいたいという想いで、キラキラ橋商店街の道場で週4回柔道を教えています。

稽古の半分は、体幹と身体能力を鍛える運動と受け身で、けがをしない身体作りをしています。今年で10年目となり、現在の生徒は小学生が中心です。

時に厳しい稽古をすることもあります。が、どんな子でも必ず持っているキラリと光る可能性を引き出したいと思っています。誰よりもうまく受け身ができる、礼儀正しくできる、得意技がある等、その子にとっての自信や何事にも向き合える心を育むことを大事にしています。



▲自由学舎で週4回、生徒の皆さんと稽古に励み、汗を流しています

次回登場してくださるのは・・・

中里さんと高校の同窓で、区内のタクシー会社に勤務し、地域の美化活動もされている藤本喜仙さんです。

【問合せ】広報広聴担当

☎5608-6223



夢

グローバル社会での活躍を願って

墨田区長

山本 亨

区には現在、1万2000人を超える外国人の方が居住し、人口に占める割合も増加傾向にあることに加え、国籍の多様化も見られています。また、東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会まで、いよいよ1年を切り、連日多くの外国人観光客が本区を訪れています。

このようにグローバル化が進む中、区では、国際社会で活躍できる人材を育成するため、平成29年度から中学生海外派遣事業を行っています。

この事業は、中学生が海外で学校活動やホームステイなどを体験し、異なる文化や生活習慣等に触れることで視野を広げ、表現力や英語力等の向上につなげることを目

的としています。また、海外から日本を見ることは、自分たちの国や住んでいる地域を新たな視点から見つめ直すことにもなります。

今年度も、全10校の区立中学校から2年生の男女1人ずつ、計20人がオーストラリアへの派遣生となり、7月28日に出発式が行われました。ご家族や友達が見守る中、派遣生の皆さんが抱負や意気込みを英語でスピーチする姿に私も感動するとともに、大変誇らしく感じました。

10日間の全課程を終え、帰国した生徒の皆さんは、自信を深め、大きく成長したことでしょう。海外派遣で見聞きした貴重な経験を活かし、それぞれの夢の実現に向かっ

て、さらに努力を積み重ねていただきたいと思います。

来年度からは小学校5・6年生で教科としての英語の授業が始まります。

すみだの子どもたちが、豊かな国際感覚とコミュニケーション力を身に付け、将来、グローバル社会で活躍することを強く願っています。



7月28日、中学生海外派遣出発式にて派遣生の皆さんと