

墨田区のお知らせ

NO.1974

2020年
(令和2年)

9/11

毎月1日・11日・21日発行

◆2面以降の主な内容

2・3・6面… 新型コロナウイルス感染症の関連情報等

4・5面… がんについてもっと知ろう、健康寿命UP大作戦

6～8面… 講座・教室・催し・募集

東京2020オリンピック
開催まで あと **315** 日東京2020パラリンピック
開催まで あと **347** 日つながる
墨田区

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/>

【出典】公益社団法人認知症の人と家族の会 アルツハイマーデー2020リーフレット

忘れても出合いがつなくこの一歩

9月21日は世界アルツハイマーデー

認知症は記憶障害を引き起こし、様々な状況に対する判断が不適切になるなど、生活する上での支障が少しずつ増えていく脳の病気です。また、高齢になるほど発症する可能性が高まる病気で、アルツハイマー型認知症はその50%以上を占めます。

認知症になっても住み慣れた地域で住み続けられるよう、認知症について正しく理解し、ともに生きていく社会を作るために、区では様々な取組を行っています。

[問合せ] 高齢者福祉課地域支援係 ☎5608-6502

加齢による物忘れと認知症の違い

加齢による物忘れ

認知症

体験の一部を忘れる ↔ 体験の全部を忘れる

何を食べたか思い出せない ↔ 食べたこと自体を忘れる

約束をうっかり忘れてしまった ↔ 約束したこと自体を忘れる

目の前の人の名前を思い出せない ↔ 目の前の人が誰なのかわからない

置いた物の場所をしばしば思い出せない ↔ 置き忘れ、紛失が頻繁になる

ヒントがあれば思い出せる ↔ ヒントがあっても思い出せない

認知症の方と家族を支える仕組み

高齢者支援総合センター

認知症地域支援推進員が中心となり、認知症の方とその家族が、住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるよう、医療機関や介護事業所と協力して認知症支援を行っています。



認知症初期集中支援チーム

医師や看護師、社会福祉士などの専門職で構成される支援チームが、月に1回程度(最大6か月)、病院の受診支援や介護サービスの利用支援、困りごとの解決に向けた支援などを行います。

認知症疾患医療センター

認知症に関する専門医療診断や鑑別診断等を行っています。

相談先

各高齢者支援総合センター

名称	担当地域
みどり ☎5625-6541	両国、千歳、緑、立川、菊川、江東橋
同愛 ☎3624-6541	横網、亀沢、石原、本所、東駒形、吾妻橋
なりひら ☎5819-0541	錦糸、太平、横川、業平
こうめ ☎3625-6541	向島、押上
むこうじま ☎3618-6541	東向島一・二・三・五・六丁目、京島
うめわか ☎5630-6541	堤通、墨田、東向島四丁目
ぶんか ☎3617-6511	立花、文花
八広はなみずき ☎3610-6541	八広、東墨田

地域連携型認知症疾患医療センター
中村病院

☎3611-9740

*月曜日～土曜日の午前9時～午後5時

認知症に関する事業や取組

区では認知症サポーター養成講座、認知症ステップアップ教室、認知症家族介護者教室など様々な事業を実施しています。詳細は、問合せ先や各高齢者支援総合センターへご確認ください。

すみだオレンジかるた



オリジナルのかるたで遊びながら認知症について学びませんか。

費用

1000円

頒布場所

区民情報コーナー(区役所1階)

もっと詳しく知りたい方へ

冊子「認知症ケアパス」配布中

費用 無料

配布場所 高齢者福祉課(区役所4階)、各高齢者支援総合センター等

最大**30%**が！
ポイントで戻ってくる！墨田区×墨田区商店街連合会×PayPay
ポイント還元キャンペーン

区内の対象店舗でキャッシュレス決済サービス「PayPay」により決済すると最大30%のポイントが還元されるキャンペーンを実施します。この機会に区内商店で買物を楽しみましょう。* Pay Payの使い方が分からない方に無料相談も実施！(本紙6面参照)



実施期間

10月1日(木)～31日(土)

対象店舗

区内のPayPay導入店(大型店・チェーン店・フランチャイズ店は除く) *詳細は区ホームページを参照

付与上限

▶1回の決済につき3000ポイント
▶実施期間中、1万2000ポイント

問合せ

産業振興課産業振興担当 ☎5608-6187

2面

新型コロナウイルス
感染症の関連情報

電話相談窓口、「区役所1階の窓口の混雑状況がわかります!」、商店新生活様式対応支援事業、「福祉資金 緊急小口資金」「総合支援資金 生活支援費」特例貸付け、各傷病手当金など

新型コロナウイルス感染症の電話相談窓口

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、**来所相談は行っていません。**ご理解・ご協力をお願いします。

一般的な相談窓口

新型コロナウイルス感染症の特徴・予防方法、心配な症状が出た時の対応など

墨田区新型コロナウイルス感染症に関する電話相談窓口

ナビダイヤル ☎0570-666-329
月曜日～金曜日の午前9時～午後5時(祝日を除く)

都「新型コロナウイルス感染症に関する電話相談窓口」

にほんご えいご ちゅうごくご かんこくご そうだんか
日本語、英語、中国語、韓国語での相談可**ナビダイヤル ☎0570-550-571**
午前9時～午後10時(土・日曜日、祝日を含む)**聴覚障害のある方 ▶ FAX5388-1396**

相談票に記入の上、送信(右のコードを読み取ることで相談票の出力画面に接続可)

コード

厚生労働省「新型コロナウイルス感染症に関する電話相談窓口」

フリーダイヤル ☎0120-565-653
午前9時～午後9時(土・日曜日、祝日を含む)

以下のいずれかに該当する場合は、すぐにご相談ください(該当しない場合も相談可能です)

- ✓ 次のいずれかの強い症状がある ▶ 息苦しさ(呼吸困難) ▶ 強いだるさ(倦怠感) ▶ 高熱等
- ✓ 高齢者・基礎疾患がある方・妊娠している方で、発熱やせきなどの比較的軽い風邪の症状がある
- ✓ 上記以外の方で発熱やせきなどの比較的軽い風邪の症状が続いている

②症状が4日以上続く場合は、必ずご相談ください。

墨田区帰国者・接触者電話相談センター
☎5608-1443

月曜日～金曜日の午前9時～午後5時(祝日を除く)

* 新型コロナウイルス感染症による不安やストレスなどについても相談員に相談可

休日・夜間の電話相談

都・特別区・八王子市・町田市合同電話相談センター
☎5320-4592

午後5時～翌日午前9時(土・日曜日、祝日は終日)

[問合せ] 保健予防課感染症係 ☎5608-6191 * 新型コロナウイルス感染症に関する最新情報は区ホームページを参照(右のコードを読み取ることでも接続可)

コード



区役所1階の窓口の混雑状況がわかります！

混雑状況がわかる区役所1階の窓口業務

▶ 住民異動届・マイナンバーカードの交付 ▶ 住民票の写し等の発行
▶ 戸籍の証明書等の発行 ▶ 戸籍届

確認方法

「混雑・空き情報」インフラ ネコの目.comのホームページから官公庁を選択して「墨田区役所」を検索(右のコードを読み取ることでも接続可)



コード

問合せ

窓口課庶務係 ☎5608-6100



マスク着用による熱中症に注意！

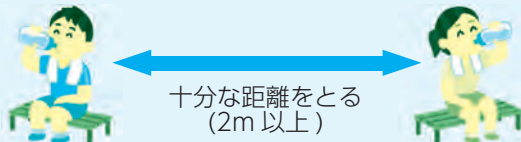


気温・湿度が高い中でマスクを着用すると、喉の渇きに気付きにくくなったり、体温が上がりやすくなったりするため、熱中症の危険が高まります。

対策

【参考】環境省・厚生労働省「令和2年度の熱中症予防行動」

- ▶ 屋外で人と十分な距離(2m以上)を確保できる場合は、マスクを外す
- ▶ マスクを着用している場合は、負荷のかかる作業や運動を避ける
- ▶ 周囲の人と十分な距離を確保した上で、適宜マスクを外して休憩する
- ▶ こまめに水分補給をする

十分な距離をとる
(2m以上)

[問合せ] 保健計画課保健計画担当 ☎5608-6189

商店新生活様式対応支援事業

区内の商店が、ガイドライン等に沿って新型コロナウイルス感染症対策を実施するための費用を補助します。また、対策を実施している商店には、右の新しい生活様式宣言店ステッカーを進呈します。

* ステッカーのみの希望も可(詳細は区ホームページを参照)

補助額

上限 **10** 万円(補助率10/10)
* 商店会非加盟店は7万円

対象店舗

令和2年4月7日時点で区内に店舗または事務所を構え、対面で営業している小売業・飲食業・サービス業等の商店 * 大型店・チェーン店・フランチャイズ店を除く



対象経費

ガイドライン等に基づく感染予防対策費用(10万円未満の備品・消耗品購入費、内装・設備工事費、販売促進費等)で、令和2年4月7日～10月31日に支払いが完了した(完了する)もの

申込み

申請書と必要書類を直接または郵送で9月30日(必着)までに〒130-8640墨田区商店街連合会(区役所1階)へ * 現地調査あり * 申請書は問合せ先で配布しているほか、区ホームページからも出力可

[問合せ] 〒130-8640産業振興課産業振興担当(区役所14階)
☎5608-6187

新型コロナウイルス感染症の影響による休業や失業で生活資金にお困りの方へ

[福祉資金 緊急小口資金][総合支援資金 生活支援費] 特例貸付け
申請期限は**9月30日(必着)**です

生活資金にお困りの方に向けた生活福祉資金制度における「福祉資金 緊急小口資金」「総合支援資金 生活支援費」の特例貸付けを、無利子で行っています。なお、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、郵送での受け付けも実施しています。

■福祉資金 緊急小口資金

[対象] 休業等により収入の減少があり、緊急かつ一時的な生活維持のための貸付けを必要とする世帯[貸付上限額]20万円以内(一括交付)[償還期間]2年以内(均等月賦償還)

■総合支援資金 生活支援費

[対象] 失業等により生活に困窮し、日常生活の維持が困難になっている世帯[貸付上限額]▶ 単身世帯＝月額15万円以内 ▶ 2人以上世帯＝月額20万円以内[貸付期間]原則3か月以内[償還期間]10年以内(均等月賦償還)

[申込み] 墨田区社会福祉協議会 ☎3614-3902

(〒131-0032東向島2-17-14)

月曜日～金曜日の午前9時～午後4時(祝日を除く)

* 必要書類や制度の詳細については、区および墨田区社会福祉協議会のホームページを参照(右のコードを読み取ることでも墨田区社会福祉協議会のホームページに接続可)



コード

墨田区国民健康保険または、75歳以上で東京都後期高齢者医療制度の被保険者の方へ
新型コロナウイルス感染症に伴う傷病手当金の支給

墨田区国民健康保険または東京都後期高齢者医療制度の被保険者が、新型コロナウイルスに感染した場合、または発熱等の症状があり感染が疑われた場合に、その療養のため労務に服することができない期間について、傷病手当金を支給します(個人事業主・フリーランスは除く)。

[対象] 次の**全ての要件**を満たす方 ▶ 墨田区国民健康保険または東京都後期高齢者医療制度の被保険者である ▶ 給与等の支払いを受けている被用者である ▶ 新型コロナウイルス感染症に感染した、または発熱等の症状があり感染が疑われ、療養のために労務に服することができない ▶ 労務に服することができない期間について給与の全額または一部が支給されない[支給期間] 労務に服することができなくなった日から起算して3日を経過した日から労務に服することができない期間[支給額] 直近の継続した3か月間の給与収入の合計額を就労日数で除した金額×2/3×日数 * 上限あり[適用期間] 令和2年1月1日～12月31日の間で療養のため労務に服することができない期間(ただし、入院が継続する場合は、最長1年6か月まで)

受給には申請が必要です。

受給を希望する場合は、必ず事前に電話でお問い合わせください。

墨田区国民健康保険の被保険者

75歳以上で東京都後期高齢者医療制度の被保険者

[問合せ] 国保年金課こくほ給付係

[問合せ] 広域連合お問合せセンター

☎5608-6123

☎0570-086-519・FAX0570-086-075

* 受け付けは月曜日～金曜日の午前9時～午後5時(祝日を除く)

ご注意ください

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、本紙に掲載されている記事は、内容(期日や施設等)が変更または中止となる場合があります。また、日程により、閉館や利用の縮小をしている施設等もあります。最新情報は各申込先・問合せ先へご確認ください。

**ぜひ、家族でご利用ください
ふれあい入浴デー**

9月21日の敬老の日は「ふれあい入浴デー」です。にこにこ入浴証をお持ちの方と、その方と一緒に入場する家族は、区内の公衆浴場を半額で利用できます。ぜひ、ご利用ください。



なお、利用の際は、新型コロナウイルス感染症の予防にご協力をお願いします。

【とき】9月21日(祝)**【ところ】**区内の公衆浴場
【対象】にこにこ入浴証をお持ちの方および一緒に入場する家族**【費用(通常の入浴料金の半額)】**
▶12歳以上＝230円 ▶6歳～11歳＝90円
▶5歳以下＝40円**【問合せ】**高齢者福祉課支援係 ☎5608-6168

**ご活用ください
高齢者補聴器購入費助成**

聴覚機能の低下によりコミュニケーションがとりにくい高齢者を対象に、補聴器の購入にかかる費用の一部を助成します。

【対象】区内在住の65歳以上で、次の全てに該当する方▶住民税が非課税である ▶聴覚障害による補聴器(補装具購入費)の支給を受けていない ▶本事業所定の聴力基準を満たし、耳鼻咽喉科の医師から補聴器が必要と認められ、当該医師の意見書等を提出できる**【助成上限額】**2万円 *区の交付決定前に購入した補聴器は対象外 *補聴器の修理・保守・電池交換や医師の意見書等にかかる費用は自己負担**【申込み】**随時、オーディオグラム(純音聴力検査表)を添付した申請書を直接、高齢者福祉課支援係(区役所4階) ☎5608-6168または各高齢者支援総合センターへ *申請書は申込先で配布 *詳細は区ホームページを参照

**自覚症状がない病気の早期発見を
特定健康診査・生活習慣病
予防健康診査など**

区内在住の40歳～74歳で、墨田区国民健康保険に加入している方と、制度上ほかの健康診査を受ける機会のない方(生活保護受給者等)に、区内の医療機関で健康診査を実施しています。対象者には、5月に受診票をお送りしていますので、10月31日までに受診してください。

なお、終了間際は医療機関が混み合い、受診できないことがありますので、早めに受診しましょう。受診票を紛失した場合や届いていない場合は、「すみだ けんしんダイヤル」へご連絡ください。

また、75歳以上の方の健康診査は11月30日までですので、ご注意ください。

【問合せ】▶すみだ けんしんダイヤル ☎6667-1127 *受け付けは月曜日～金曜日の午前9時～午後6時(祝日・年末年始を除く) ▶保健計画課健康推進担当 ☎5608-8514

**誰もが心を通わす暮らしやすいまちへ
9月は「障害者雇用支援月間」です！**

「障害者雇用支援月間」は、昭和23年8月にヘレン・ケラー女史が来日したことをきっかけに始まった運動が引き継がれたもので、障害者雇用に関わる様々な啓発活動が全国で行われています。

【問合せ】すみだ障害者就労支援総合センター ☎5600-2004・FAX5600-3280

**DVDを配布します
難病講演会「関節リウマチ
について知っておきたい小
ネタ集」**

新型コロナウイルス感染症予防のため、今年度の難病講演会はビデオ講演会とし、希望の方に講演会内容を収録した関節リウマチについてのDVDを配布します。

【配布場所】本所保健センター(東駒形1-6-4)
***郵送可【対象】**区内在住在勤の方**【定員】**先着30人**【費用】**無料 *郵送を希望する方は切手代250円が必要**【申込み】**9月14日午前8時半から電話で本所保健センター ☎3622-9137へ *郵送を希望する方は電話申込みの上、250円分の切手と住所・氏名・電話番号を、本所保健センター(〒130-0005東駒形1-6-4)へ

**9月30日が納期限です
固定資産税・都市計画税(第
2期分)**

令和2年度固定資産税・都市計画税第2期分の納期限は9月30日です。納付書裏面に記載の金融機関、コンビニエンスストア等で納期限までに納めてください。

口座振替、金融機関・郵便局等のペイジー対応のATMでの納付のほか、パソコン等でのクレジットカードやインターネットバンキングでの納付、スマートフォン決済アプリでの納付も可能です。
【問合せ】▶固定資産税・都市計画税について＝墨田都税事務所 ☎3625-5061 ▶口座振替について＝都主税局徴収部納税推進課 ☎3252-0955、税務課税務係 ☎5608-6008

**結核をもっとよく知りましょう
結核予防週間**

9月24日～30日は「結核予防週間」です。結核は決して過去の病気ではありません。現在でも毎年全国で約1万5000人以上、墨田区では昨年の1年間で40人以上の方が新たに結核と診断されています。

結核の主な症状は、咳や痰、発熱、体重減少です。結核の多くは薬を飲めば治りますが、早期の発見・治療が大切です。上記の症状が2週間以上続くときは結核を疑い、早めに医療機関を受診しましょう。また、症状がなくても、年に1回は胸部エックス線検査を含む健康診断を受けましょう。

さらに、乳幼児は抵抗力が弱く、感染すると重症化しやすく、命に関わることもあります。結核を予防するため、1歳までにBCG予防接種を受けましょう。



【問合せ】保健予防課感染症係 ☎5608-6191

**建物の耐震性に不安がある方へ
無料耐震相談**

区では、木造住宅と非木造建築物の耐震性について、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についての相談も可能です。ぜひ、ご利用ください。



【申込み】事前に電話で防災まちづくり課不燃化・耐震化担当 ☎5608-6269へ

人 権 コ ラ ム⑦**インターネット上でも、相手への配慮を心掛けましょう**

私たちの生活は、インターネットでの情報の収集や発信、コミュニケーションが可能になったことで飛躍的に便利なものとなりました。近年では、スマートフォンの急速な普及に伴い、インターネットは子どもにとっても身近なものとなっています。

一方で、インターネット上の掲示板に個人情報掲載し、プライバシーを侵害したり、特定の個人を誹謗中傷したりするなど、人権を軽視した行為も大きな問題となっています。また、SNS(ツイッターやインスタグラムなど)では新型コロナウイルス感染症や災害などに対しての不安や恐れから、不当な差別発言や誹謗中傷も見受けられます。

インターネット上では、情報発信の容易さや匿名性から何気ない書き込みにより相手を傷つけてしまう場合があります。無意識のうちに加害者とならないよう、ルールやマナーを守っていくことが必要です。LINE等の無料通話アプリやSNSなどを利用するときは、その言葉を直接相手に伝えた場合、相手はどうかを考えてみるなど、顔が見えないからこそ相手への配慮を普段以上に心掛けましょう。また、根拠のない情報やデマ、うわさ話は拡散

せず、一旦インターネットから距離を置くなどして、冷静な行動を取ることが大切です。

■ 法務省による取組

法務省の人権擁護機関では、インターネットを利用する際の注意事項をまとめた啓発冊子「あなたは大丈夫？考えよう！インターネットと人権(法務省人権擁護局企画)」を作成しています(区ホームページから出力可)。また、インターネット上の人権侵害のみならず、様々な人権侵害に関連する電話相談も受け付けています。
【相談先】みんなの人権110番 ☎0570-003-110(月曜日～金曜日の午前8時半～午後5時15分)

■ 都による法律相談

都では、インターネットにおける人権侵害に関して悩みを抱える方が無料で弁護士に相談できる法律相談を実施しています(事前予約制)。
【予約受け付け】 ☎6722-0124(月曜日～金曜日の午前9時半～午後5時半)**【相談方法】**予約後、弁護士との電話相談 *詳細は東京都人権プラザのホームページを参照

.....

【問合せ】人権同和・男女共同参画課人権同和担当 ☎5608-6322

がんについてもっと知ろう

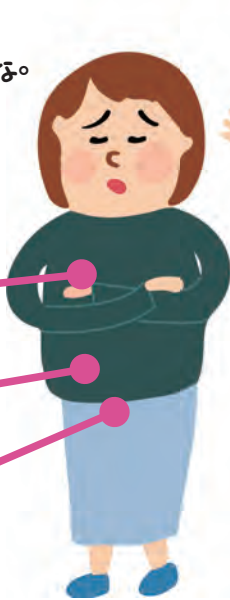
日本人の2人に1人はがんになると言われる時代。がんは私たちに身近な病気です。墨田区は23区の中でも、がんによる死亡率が高く、がんが区民の死亡原因第1位です。がんを予防するには、生活習慣を改善するとともに、自覚症状がなくても定期的に検診を受けて早期発見・早期治療に取り組むことが大切です。がんについて知り、健康な生活のために何ができるか、考えましょう。
[問合せ]保健計画課健康推進担当 ☎5608-8514

衝撃の事実！

墨田区は23区中でがんによる死亡率が非常に高い

女性
全がん
ワースト3位
乳がん
ワースト2位
大腸がん
ワースト3位
子宮頸がん
ワースト1位

がん検診
受けないとな。



え！
そんなに！？

男性
全がん
ワースト2位
肺がん
ワースト6位
大腸がん
ワースト1位

【参考】東京都健康ステーション「がん検診の統計データ」による75歳未満年齢調整死亡率(平成30年)

できることから
始めましょう

がんを予防するポイントは？

たばこは吸わない
たばこはがんの
リスクを上げる



お酒はほどほどに
お酒の適量は、例えば
ビールは男性500ml、
女性は250ml程度



食生活を見直す
▶野菜・果物不足はがん
のリスクを上げる
▶塩分の摂りすぎや、
熱いものにも注意



体を動かす
毎日の適度な運動
と、週1回の汗をかく
程度の運動を



**太りすぎない
やせすぎない**
体重(kg)÷身長
(m)÷身長(m)=
18.5~24.9が目安



がん検診を受ける
すみだ けんしんダイ
ヤルで申込み
☎6667-1127 *受
け付けは月曜日～金曜
日の午前9時～午後6時
*祝日を除く



すももちゃん
(墨田区ピンクリボン
イメージキャラクター)

がん対策アクション & ピンクリボン in すみだ2020

9月28日(月)～10月2日(金)の午前9時～午後4時 *初日は午後1時～

[費用]無料[問合せ]保健計画課健康推進担当 ☎5608-8514・✉HOKENKEIKAKU@city.sumida.lg.jp
*詳細は問い合わせるか、区ホームページを参照(右のコードを読み取ることで接続可)



コード

オンライン相談会 オンライン会議システムZoomまたは電話での相談



訪問看護何でも相談

【とき】9月29日(火)～10月1日(木)の午前10時～午後1時【対象】区内在住で、がん等で療養中の患者とその家族【申込み】▶Zoom相談＝事前に下記必要事項をEメールで問合せ先へ▶電話相談＝開催時間中に電話でNPO法人がん患者サポート研究所さばうの虹 ☎3626-2317へ *当日、オンライン相談ブースでも相談可



あざ、シミ、色素沈着などのカバーメイクについて

【とき】9月28日(月)～10月2日(金)の午後1時～4時【対象】区内在住の勤がん患者とその家族でZoomが利用可能な方【申込み】事前に下記必要事項を、電話またはEメールで問合せ先へ【相談員】マーシュ・フィールド株式会社 *当日、オンライン相談ブースでも相談可



がんの治療にかかる費用とその備えについて

【とき】9月28日(月)～10月2日(金)の午後1時～4時【対象】区内在住の勤がん患者とその家族でZoomが利用可能な方【申込み】事前に下記必要事項を、電話またはEメールで問合せ先へ【相談員】R&Iグループ *当日、オンライン相談ブースでも相談可 *オンライン相談のみ

各オンライン相談会・講演会申込必要事項

①催し名②希望日時③相談方法(Zoomまたは電話)④住所⑤氏名⑥電話番号⑦Eメールアドレス

動画配信



医療機関でできるがん予防

【講師】福井一人氏(墨田区医師会副会長)【視聴方法】9月28日(月)～10月2日(金)に、区ホームページの配信サイトから視聴

オンライン講演会 オンライン会議システムZoomで視聴



バスタイムにアロマ石けんで乳がんセルフチェック教室

【とき】9月30日(水)午後6時半～8時【講師】飯田智子氏、二見モエ氏(NPO法人Ruban Rose共同創設者)【対象】区内在住の勤でZoomが利用可能な方【定員】先着15人【申込み】事前に催し名・住所・氏名・電話番号・Eメールアドレスを、Eメールで問合せ先へ

展示・相談



各種展示・オンライン相談ブース

【ところ】区役所1階アトリウム【申込み】期間中、直接会場へ *オンライン相談ブースにはZoomが利用可能な端末を準備

HP 区ホームページで検索する場合は、「記事のタイトル」で検索

健康寿命UP大作戦!



比較的短いです

健康寿命は「健康上の理由で日常生活が制限されることなく過ごせる期間」を表します。日本は世界有数の長寿国ですが、平均寿命に比べて健康寿命が短く、「寝たきりの期間」が長くなっていると言われています。23区で見ても、墨田区民の健康寿命は比較的短いと言えます。区では、皆さんがいつまでも健康に過ごせるよう「ウォーキング大好き!大作戦(日常の歩数UP)」と「野菜大好き!大作戦(野菜摂取量UP)」からなる「健康寿命UP大作戦!」を展開しています。これを機に、皆さんも「健康寿命UP」に取り組みませんか。

[問合せ]保健計画課健康推進担当 ☎5608-8514

墨田区民の健康寿命(23区中)



男性
82.12歳
20位



女性
85.85歳
14位

【参考】平成30年65歳健康寿命算出結果区市町村一覧(都福祉保健局)

日常の歩数UP! ウォーキング大好き! 大作戦

手軽に始められるウォーキング

健康寿命アップには、適度な運動を続けることが重要です。ウォーキングは手軽に始められ、続けやすいため健康寿命アップにとっても効果的です。楽しく歩いて健康づくりに努めませんか。

ウォーキングの効果

生活習慣病
の予防

心肺機能
の向上

肥満防止

ストレス
解消

安全なウォーキングのポイント

【参考】安全に運動・スポーツをするポイントは?(スポーツ庁)

新型コロナウイルス感染症予防

体調確認

- 平熱である
- せきや喉の痛みがない
- だるさなどがない

基本的対策

- 十分な距離の確保
- マスクの着用
- 手洗い・手指消毒

NO!! 3密

- 1人または少人数で
- 空いた時間帯・場所で

熱中症予防

- 水分・塩分と、休憩をこまめにとる
- 人と十分な距離(2m以上)が確保できる場合はマスクを外す

知っていますか? 便利なアプリ「あるくと」

日々の歩数を計測できるほか、区からの健康に関するお知らせ等の情報を受け取ることができます。また、チームを組んで歩数を競ったり、様々なミッションをクリアすることで、プレゼントに応募したりすることもできます。

【費用】無料 *通信料は自己負担【利用方法】スマートフォンから右のコードを読み取り、接続できるページからアプリをダウンロード

コード



すみだ1ウィーク・ウォーク ウォーキングチャレンジプログラム

7日間の歩数を測っていただくプログラムです。歩数計や専用アプリを使い、総歩数を区へお知らせください。

1 エントリー

10月30日までに下の申込先へ
*申込者へ詳細を通知

2 チャレンジ方法を選択

アプリ「あるくと」または
歩数計

3 7日間の歩数を測定

10月17日(土)~11月15日(日)
のうち連続する7日間

4 集計して提出

「あるくと」で自動集計
または専用の用紙で提出



本紙や区ホームページで結果発表!

チャレンジプログラムの申込み

催し名・住所・氏名・年齢・性別・電話番号を、直接または電話、郵送、ファクス、Eメールで、〒130-8640保健計画課健康推進担当(区役所5階) ☎5608-8514・FAX5608-6405・✉HOKENKEIKAKU@city.sumida.lg.jpへ

野菜摂取量UP! 野菜大好き! 大作戦

あと少し! 野菜が足りていません!

野菜摂取目標量

1日あたり
約350g

墨田区民の平均摂取量

1日あたり
270.1g

= 約80g
足りない

【参考】令和元年度に行った墨田区野菜摂取量調査結果(20歳~59歳)

1回の食事で80gの野菜を増やすのは大変ですが、朝・昼・夜で約30gずつ食べれば理想の量を達成できます。

30gって...例えばどれくらい?

トマトなら
1切れ

小松菜なら
1株

朝 30g + 昼 30g + 夜 30g

これなら
できるね!



野菜をおいしく食べるレシピを公開中

区内の保育園や学校、病院等で提供されている、野菜を使ったレシピや野菜摂取量向上の取組を区ホームページでご紹介しています。

彩りサラダ



材料やポイントは区ホームページを見てね!

墨田わんぱく保育園

野菜のもつ本来の色を引き出してサラダにすると、園児たちも残さず食べました。食べ終わってきれいになったお皿を見せてくれた園児も。



ピッカリン!
食べたよ!

おいしいね!



ご注意ください 新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、本紙に掲載されている記事は、内容(期日や施設等)が変更または中止となる場合があります。また、日程により、閉館や利用の縮小をしている施設等もあります。最新情報は各申込先・問合せ先へご確認ください。

 **新施設での運営を開始します
両国子育てひろば**

現在仮施設で運営している両国子育てひろばおよび両国子育てひろば保育室は、9月23日(水)から、新施設での運営を開始します。移転に伴い、9月20日(日)は、両国子育てひろばを臨時休館しますので、ご注意ください。

なお、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、現在子育てひろばの利用は予約制です。詳細はお問い合わせください。

【新施設の場所】横綱1-2-13(ヒューリック両国リバーセンター内)**【問合せ】**▶両国子育てひろば ☎3621-6455 ▶両国子育てひろば保育室 ☎3621-6525 ▶子育て支援総合センター ☎5630-6351

 **子どものよりよい成長を願って
家庭教育学級補助金**

区では、子どものよりよい成長を願う保護者の方が学び合うことのできる「家庭教育学習会」を自主的に開催するための経費の一部を補助金として交付しています。

【対象】区内の保育所や幼稚園、小・中学校の父母の会・PTA、社会教育関係登録団体など**【定員】**先着14団体程度**【補助上限額】**2万9000円**【申込み】**事前に申請書を直接または郵送で〒130-8640地域教育支援課地域教育支援担当(区役所11階) ☎5608-1433へ *申請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 *受け付けは令和3年2月12日まで



は〜ちに〜 トリフォニーホール
おすすめ公演情報

新型コロナウイルス感染症対策のため、事前に、すみだトリフォニーホールのホームページで「重要なお知らせ」をご確認ください。

**わがまちのオーケストラ、新日本フィルハーモニー交響楽団の新シーズン開幕！
新日本フィル定期演奏会トパーズ「トリフォニー・シリーズ」**

すみだのオーケストラ、新日本フィルの新しいシーズンが9月からスタートしました。活動の中心である、すみだトリフォニーホールでの定期演奏会では、これからも生の演奏を皆さんに楽しんでいただけるよう新型コロナウイルス感染症拡大防止策に取り組んでいきます。皆さんとこのまちで音楽を育んでいく決意をもって、皆さんのご来場をお待ちしております。

【とき】▶9月18日(金)午後7時15分開演 ▶9月19日(土)午後2時開演**【ところ】**すみだトリフォニーホール(錦糸1-2-3)**【曲目】**ストラヴィンスキー／バレエ音楽「カルタ遊び」、リスト／ピアノ協奏曲第1番変ホ長調、サン＝サーンス／交響曲第3番ハ短調「オルガン付き」ほか**【出演】**沼尻竜典(指揮)、實川 風(ピアノ)、石丸由佳(オルガン)、新日本フィルハーモニー交響楽団 *新型コロナウイルス感染症の影響により、当初発表から曲目・出演者の変更あり**【入場料】**全席指定▶S席=7000円 ▶A席=6000円 ▶B席=5000円 ▶C席=4000円**【申込み】**事前に、トリフォニーホールチケットセンターへ



すみだトリフォニーホールでの定期演奏会の様子

 **あなたの好きな、すみだの風景を掲載しませんか？
「私の好きな すみだ」写真募集**

皆さんが区内で撮影した写真を本紙毎月1日号8面「私の好きな すみだ」のコーナーに掲載しています。ぜひ、写真をお寄せください。

【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・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 *Eメールで応募の際は、件名に「私の好きな すみだ」と明記 *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)の了承が必要 ▶氏名も掲載 ▶応募写真は他媒体で使用する場合あり ▶応募写真は一部手直しをする場合あり



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

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、講座・教室・催しが中止または延期となる場合があります(詳細は、各申込先・問合せ先へ)。なお、参加に当たっては、マスクの着用や手指消毒等、各会場をお願いする感染症対策にご協力ください。

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	スマートフォンを使ったQRコード決済(PayPay)に関する無料相談	9月13日(日)～17日(木)の午前10時～午後4時	▶9月13日=区役所1階アトリウム ▶9月14日～17日=すみだリバーサイドホール1階ギャラリー(区役所に併設)	持 スマートフォン 申 期間中、直接会場へ 問 産業振興課産業振興担当 ☎5608-6187 *詳細は区ホームページを参照 *9月23日～10月30日(土・日曜日、祝日を除く)に「PayPay出張講座」も対応可(区内在住の3人以上のグループ/事前申込みが必要)
	すみだと世界をつなぐ水の大切な話第1回「病気と水」東京の衛生環境を変えた日本最初の近代下水処理場を見学しよう！」	9月30日(水)▶第1回=午前10時半～正午 ▶第2回=午後2時半～4時 *各回開始10分前に三河島公園(荒川区荒川8-25-2)に集合	旧三河島汚水処分場  (荒川区荒川8-25-1)	内 国指定重要文化財「旧三河島汚水処分場唧筒場施設」を案内付きで見学する 対 区内在住在勤在学の方 定 各回10人(抽選) 費 無料 持 筆記用具 申 講座名・希望回・住所・氏名・年齢・電話番号を、はがきまたはファクス、Eメールで9月18日(必着)までにNPO法人ウォーターエイドジャパン(〒130-0014亀沢2-12-11PAX21 301号) FAX050-3488-2040・✉info-japan@wateraid.orgへ 問 環境保全課環境管理担当 ☎5608-6207
	ひょうたんランタンを作ろう	10月11日(日)▶第1部=午前10時～11時半 ▶第2部=午後1時～2時半	みどりコミュニティセンター(緑3-7-3)	内 ひょうたんをくり抜いてランタン(照明器具)を作る 定 各部先着15人 *小学生以下は保護者の同伴が必要 費 各部2000円(材料費・保険料込み) 持 マスク 申 事前に、みどりコミュニティセンター ☎5600-5811へ
	新生活スタイル！ネットショッピングを楽しく学ぼう！	10月18日(日)▶午前10時～11時半 ▶午後1時～2時半	すみだ産業会館(江東橋3-9-10)	内 EC(Electronic Commerceの略で電子商取引のこと)やD2C(Direct to Consumerの略で自社で企画・製造した商品を、小売業者などを介さずに直接消費者に販売する仕組みのこと)の基礎や活用方法を学ぶ 対 区内在住在勤在学の方 定 各先着20人 費 無料 申 9月11日午前9時から電話で、すみだ産業会館 ☎3635-4351へ
	すみだ景観フォーラム特別講座「すみだの“へり”を味わう」	11月7日(土)午前10時～11時半	区役所会議室131(13階) *インターネット上で同時配信も実施予定(人数制限なし、詳細は区ホームページを参照)	内 普段はあまり気に留めない、すみだの“へり”にある川に着目し、すみだの景観の成り立ちを考える 【講師】暗渠マニアックス 吉村 生氏・高山英男氏(「暗渠マニアック！」著者) 定 先着40人 費 無料 申 事前に催し名、代表者の住所・氏名・電話番号、参加人数を、直接または電話、ファクス、Eメールで都市計画課景観・まちづくり担当(区役所9階) ☎5608-6266・FAX5608-6409・✉TOSHIKEIKAKU@city.sumida.lg.jpへ *受け付けは11月2日午後5時まで

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

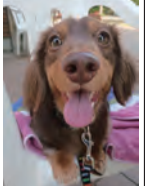
新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、講座・教室・催しが中止または延期となる場合があります（詳細は、各申込先・問合せ先へ）。なお、参加に当たっては、マスクの着用や手指消毒等、各会場で願う感染症対策にご協力ください。

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	ボランティア説明会	9月25日(金)午後1時半～3時	すみだボランティアセンター(東向島2-17-14)	内 ボランティア活動の紹介、活動時の注意点の説明等 *詳細は墨田区社会福祉協議会のホームページを参照 対 ボランティアを始めようと考えている方 定 先着6人 費 無料 申 事前に、すみだボランティアセンター☎3612-2940へ
	“体の声を聞きながら”気づきのストレッチ(全9回) 	10月5日～12月28日の月曜日午前10時～11時 *祝日・第3月曜日を除く	八広地域プラザ(八広4-35-17)	内 体の柔軟性を高め、ストレスを軽減する 対 20歳以上の方 定 先着15人 費 4500円 持 飲物、タオル *動きやすい服装で参加 申 事前に八広地域プラザ☎6657-0471へ *受け付けは9月30日までの午前9時～午後8時(9月23日は休館)
	身体障害者向け「ボッチャ&卓球バレー教室」(全4回)	10月5日～26日の毎週月曜日午前11時～正午	すみだ福祉保健センター(向島3-36-7)	内 ボッチャと卓球バレーを体験する 対 区内在住で身体に障害のある方 定 10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17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
	健康コーラス教室(全2コース・各コース全4回)	10月6日～27日の毎週火曜日▶9時半コース＝午前9時半～10時半 ▶10時45分コース＝午前10時45分～11時45分		内 唱歌や童謡、愛唱歌を歌う 対 区内在住で60歳以上の方 定 各コース15人(抽選) 費 無料 申 9月17日までに、すみだ福祉保健センター☎5608-3721へ
	健康づくり教室「初心者向けボール&リズム体操教室」(全2コース・各コース全6回)	10月7日～11月11日の毎週水曜日▶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		対 区内在住在勤の20歳以上で、医師から運動を制限されていない方 定 各コース10人(抽選) 費 無料 申 9月19日までに、すみだ福祉保健センター☎5608-3729へ
	身体障害者向け「椅子に座ってできる筋力アップ体操教室」(全4回)	10月7日～28日の毎週水曜日午後1時半～3時半		対 区内在住で身体に障害のある方 定 10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17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
	折り紙教室(全3回) 	10月8日～22日の毎週木曜日午後1時半～3時半		対 区内在住で60歳以上の方 定 10人(抽選) 費 100円 申 9月17日までに、すみだ福祉保健センター☎5608-3721へ
	依存症状でお困りの方のための相談「ファミリーメンタル相談」	10月21日(水)午後 *予約時間等の詳細は申込先へ	向島保健センター(東向島5-16-2)	内 家族関係などの悩みについて専門医に相談する 対 区内在住の方 費 無料 申 9月14日午前8時半から電話で向島保健センター☎3611-6193へ *詳細は区ホームページを参照
	こころの病のある方の家族の会「家族同士で情報交換しませんか」	10月22日(木)午後1時半～3時半		内 参加者同士で日頃の悩みを話し合い、病気や福祉制度などの情報交換をする 対 区内在住で、こころの病のある方の家族 定 先着15人 費 無料 申 9月14日午前8時半から電話で向島保健センター☎3611-6193へ *詳細は区ホームページを参照
 子育て・教育	すみだキラキラママのつどい	9月30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 親子 *妊婦・母親のみの参加も可 定 ▶賢い子どもに育てるヒント＝先着3組 ▶知育リトミック(0歳～2歳向け)＝先着3人 ▶おうちでコロナ対策＝先着6人 ▶足裏リフレクソロジー＝先着6人 費 1プログラム800円(材料費込み) 申 事前に希望プログラム名・氏名・子どもの年齢を、Eメールで、すみだキラキラママのつどい✉kirakiramamasumida2010@gmail.comへ 問 みどりコミュニティセンター☎5600-5811
	“多胎児限定”親グループ「ing」(全2回) 	10月13日(火)・27日(火)午前10時～11時半	子育て支援総合センター(京島1-35-9-103)	内 講師を交えて子育ての悩み等を語り合う 対 区内在住で2歳以下の多胎児の保護者 *原則、両日程に参加できる方 *子どもは別室で保育可 定 先着4人 費 無料 申 事前に電話で子育て支援総合センター☎5630-6351へ *受け付けは午前9時～午後5時
 文化・スポーツ	特集展示「すみだの情景“秋・冬”」	令和3年1月24日(日)までの午前9時～午後5時 *入館は午後4時半まで *休館日は毎週月曜日・毎月第4火曜日(いずれも祝日のときは翌日)、12月29日～3年1月2日	すみだ郷土文化資料館(向島2-3-5) 	内 江戸時代の秋から冬のすみだの情景を描いた浮世絵の展示 費 ▶個人＝100円 ▶団体(20人以上)＝80円 *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 期間中、直接会場へ 問 すみだ郷土文化資料館☎5619-7034
	企画展「寺社名所“失われた景観とすみだの寺社”」	9月19日(土)～12月6日(日)の午前9時～午後5時 *入館は午後4時半まで *休館日は毎週月曜日・毎月第4火曜日(いずれも祝日のときは翌日)		内 江戸時代の名所となった寺社などを、様々な資料を通して紹介する企画展 費 ▶個人＝100円 ▶団体(20人以上)＝80円 *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 期間中、直接会場へ 問 すみだ郷土文化資料館☎5619-7034

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

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、講座・教室・催しが中止または延期となる場合があります（詳細は、各申込先・問合せ先へ）。なお、参加に当たっては、マスクの着用や手指消毒等、各会場をお願いする感染症対策にご協力ください。

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	敬老の日、秋分の日ワンコイン特別プログラム(ヨガ、各種運動教室など)	9月21日(祝)・22日(祝) *各プログラムの日程の詳細は問合せ先へ	スポーツプラザ梅若(墨田1-4-4)	対 高校生以上 費 各プログラム1回500円 申 当日直接会場へ *各プログラムの開始30分前から整理券を配布 問 スポーツプラザ梅若 ☎5630-8880 *内容や定員等の詳細は問い合わせるか、スポーツプラザ梅若のホームページを参照
	スポーツの秋!ココロもカラダもリフレッシュ!コース型教室「初心者ヨガ」(Aコース~Hコース、各コース全11回~13回)	10月5日~12月25日の月・水・金曜日 *各コース1回50分程度、日程の詳細は申込先へ	両国屋内プール(横網1-8-1) 	対 区内在住在勤在学で16歳以上の方 定 各コース先着16人 費 各コース1100円×回数 *体験は1回1100円(空きがある場合のみ) 申 事前に両国屋内プール ☎5610-0050へ
イベント	動物たちの写真展	9月18日(金)~25日(金)の午前9時~午後9時 *初日は正午~、最終日は正午まで	区役所1階アトリウム	内 動物たちの写真の展示 *会場と区ホームページで9月18日正午~23日に展示写真の人気投票を実施(9月24日午後12時に写真展会場と区ホームページで結果発表) 費 無料 申 期間中、直接会場へ 問 生活衛生課生活環境係 ☎5608-6939 

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

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、申込書等の配布期間・場所が変更となる場合があります。お越しの際は、事前に、各問合せ先へご確認ください。

区分	名称	内容・対象等	申込み・問合せ等
仕事・産業	墨田区常勤職員(看護師・歯科衛生士)の募集	種 / 対 ▶ 看護師(Ⅱ類) = 昭和51年4月2日以降に生まれ、看護師の免許を有する方 ▶ 歯科衛生士(Ⅱ類) = 昭和56年4月2日以降に生まれ、歯科衛生士の免許を有し、平成16年文部科学省厚生労働省令第5号による改正後の歯科衛生士学校養成所指定規則により指定を受けた修業年限3年以上の歯科衛生士養成施設を卒業した、または前述の改正前の規則により指定を受けていた修業年限2年以上の歯科衛生士養成施設を卒業した方 *いずれも国籍は不問、3年3月31日までに免許取得見込みの方を含む *免許取得見込みとして受験した方が3年3月31日までに免許を取得できないときは採用不可	【採用予定人数】▶ 看護師(Ⅱ類) = 1人 ▶ 歯科衛生士(Ⅱ類) = 1人 【第1次選考日】10月25日(日) *時間は受験者に後日通知 【採用選考案内・申込書の配布場所】職員課(区役所8階)、区民情報コーナー(区役所1階)、各出張所・図書館など *区ホームページからも出力可 申 申込書等を直接または郵送で10月5日(消印有効)までに〒130-8640職員課人事担当(区役所8階) ☎5608-6244へ *募集内容の詳細は採用選考案内を参照
	“採用担当者必見!”「LIVE!すみだオンライン合同企業説明会」への参加企業の募集	内 12月10日(木)に開催予定の「LIVE!すみだオンライン合同企業説明会」で雇用の実現に向けて自社の魅力を求職者へPRしたい区内中小企業等の募集 *詳細は区ホームページを参照 対 次の全ての要件を満たす区内中小企業・個人事業者▶ オンラインミーティング等を実践しているまたは興味がある ▶ パソコンを所持し事務所内にWi-Fi環境がある *事前に参加企業を訪問し、説明会の概要や実施方法等の説明を実施	【会場】参加企業の事務所等 【募集数】先着6社程度 申 事前に企業の名称・所在地・電話番号・担当者名を、電話またはEメールで、すみだ人材発掘・就労支援プログラム事業運営事務局(株式会社HRP内) ☎3222-1801・✉sumida-jobsapo@hr-p.netへ *受け付けは9月30日まで 問 経営支援課経営支援担当 ☎5608-6185

— HOKUSAI PROMOTION —

北斎を知る

[問合せ]文化芸術振興課文化芸術担当 ☎5608-6115



北斎名品コレクション③⑨

すみだ北斎美術館に収蔵されている北斎の名品をご紹介します。

百人一首うはかゑとき 安倍仲麿(錦絵)

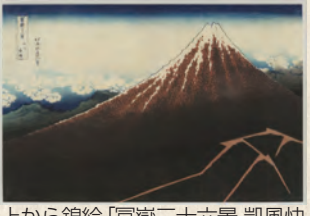
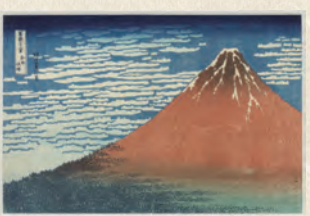
「百人一首うはかゑとき」は、乳母が子どもに百人一首を教えるために歌意を絵画化した北斎最後の大判錦絵のシリーズで、中でも本図は安倍仲麿の和歌「天の原ふりさけ見れば春日なる三笠の山に出でし月かも」を題材にしています。安倍仲麿は遣唐留学生として唐に渡りましたが、帰国が叶わず唐で生涯を終えました。本図の中央に立つのは安倍仲麿と言われており、唐の月を眺めながら、故郷の奈良三笠山の月を想う仲麿の心を、月影が水面に静かに映る情景で表現しています。本図は企画展「新収蔵品展“学芸員が選んだおすすめ50”」の前期展示(9月15日~10月11日)でご覧いただけます。



すみだ北斎美術館企画展「新収蔵品展“学芸員が選んだおすすめ50”」を開催します

すみだ北斎美術館の開館以降、新たに収集した肉筆画、版画、版本の中から、学芸員が選んだ50点の作品を展示します。展示作品の多くが初公開です。北斎と門人たちによる名作の数々をお楽しみいただき、北斎の魅力や影響力を改めてご実感ください。

【とき】9月15日(火)~11月8日(日)の午前9時半~午後5時半 *入館は午後5時まで *休館日を除く【ところ】すみだ北斎美術館(亀沢2-7-2)【入館料】▶ 一般 = 1000円 ▶ 高校生・大学生・65歳以上の方 = 700円 ▶ 中学生・障害のある方 = 300円 *観覧日当日に限り、常設展・常設展プラスも観覧可【申込み】期間中、直接会場へ【問合せ】すみだ北斎美術館 ☎6658-8936 *詳細は、すみだ北斎美術館のホームページを参照



上から錦絵「富嶽三十六景 凱風快晴」、錦絵「富嶽三十六景 神奈川冲浪裏」、錦絵「富嶽三十六景 山下白雨」(いずれも吉野石膏コレクション、すみだ北斎美術館寄託)