

世田谷区の「健康づくり推進週間」における主な事業一覧

No	開催日	開催時間	事業・イベント名称	事業概要	対象	場所(住所)	備考	URL(区HPなど)	問合せ先
1	7月1日(火)～8月31日(日) ①②④⑤ 毎日 ③ 毎週月曜日～土曜日 ⑥ 毎週月曜日～金曜日(祝日を除く)	①～⑤ 6:20～6:40 ⑥ 9:00～9:30	毎日気軽にラジオ体操	ラジオ体操を実施。	どなたでも	①池田児童遊園(世田谷区船橋3-11-12) ②上北沢公園(世田谷区上北沢2-1-5) ③大蔵運動公園(世田谷区大蔵4-6-1) ④北沢公園(世田谷区北沢3-4-1) ⑤若林公園(世田谷区若林4-34-2) ⑥玉川野毛町公園(世田谷区野毛1-25-1)	・事前申込不要 ・参加費無料 ・現地へ直接お越しください。 ・雨天中止	https://www.se-sports.or.jp/	世田谷区スポーツ振興財団 電話:03-3417-2811 FAX:03-3417-2813
2	7月2日(水)13時 ～7月11日(金)17時	区役所東棟の開放時間に準ずる	パネル展示	食中毒予防に関する各種パネルの展示。	どなたでも	区役所東棟M1F(世田谷区世田谷4-21-27)	—	—	世田谷保健所 生活保健課 電話:03-5432-2911 FAX:03-5432-3054
3	7月5日(土)	9:00～15:00	2025ポッチャ世田谷カップ	ポッチャ(チーム戦)の実施。 優勝チームは、「2026BocciaJapanCup」へ推薦予定。	区在住、在勤、在学者で構成されたチーム	総合運動場体育館(世田谷区大蔵4-6-1)	・事前申込制(応募が多い場合は、抽選。 締切は6月2日(月)。 ・参加費無料	https://www.se-sports.or.jp/	世田谷区スポーツ振興財団 電話:03-3417-2811 FAX:03-3417-2813
4	7月5日(土)	10:00～13:00	セタ親子スポーツフェスティバル	複数のスポーツチャレンジコーナー体験及び、フードトラック数台の出店。	どなたでも	J&Sフィールド(世田谷区給田1-3-42)	・事前申込不要 ・参加費無料 ・現地へ直接お越しください。	https://www.se-sports.or.jp/	世田谷区スポーツ振興財団 電話:03-3417-2811 FAX:03-3417-2813
5	7月10日(木)	14:00～16:00	講演会「思春期のメンタルヘルス」Zoomオンライン配信	思春期に注意すべきころの病気や問題行動等について、支えるための基礎知識に関する専門医による講演。	区内在住、在勤、在学者	Zoomウェビナー	・事前申込制 ・詳細は、右記のURLリンク(世田谷区保健センターHP)をご覧ください。	https://www.setagayaku-hokencenter.or.jp/	世田谷区保健センター 電話:03-6265-7414 FAX:03-6265-7429
6	7月19日(土)～8月29日(金) ※中学校屋外プール一般開放8校の日程に準ずる	中学校屋外プール一般開放8校の日程に準ずる	令和7年度区立中学校夏季プール開放 水泳教室「クロールで25」	夏季休暇中に屋外プールを一般開放する8校(松沢、駒沢、北沢、駒留、瀬田、喜多見、緑丘、八幡)にて、クロールで25メートル完泳を目指す教室を開催。各校の開放期間に準じ、各校とも計5日間(1日90分)で実施。	蹴伸びができる小学校4年生から中学生	松沢中学校(世田谷区桜上水4-5-2) 駒沢中学校(世田谷区駒沢2-39-25) 北沢中学校(世田谷区北沢5-12-3) 駒留中学校(世田谷区下馬4-18-1) 瀬田中学校(世田谷区瀬田2-17-1) 喜多見中学校(世田谷区喜多見4-20-1) 緑丘中学校(世田谷区桜上水3-19-12) 八幡中学校(世田谷区等々力4-4-1)	・申込みは、6月25日(水)から世田谷区スポーツ振興財団HPで受付します。 ・参加費3,500円 ・定員各校12名(先着順) ・詳細は、右記のURLリンク(世田谷区スポーツ振興財団HP)をご覧ください。	https://se-sports.payhub.jp/login/	世田谷区スポーツ振興財団 電話:03-3417-2811 FAX:03-3417-2813
7	7月21日(月・祝)	11:00～17:00	せたがや健康フェス2025	講演・ステージ、子ども向けワークショップ、展示コーナー、体験コーナー、薬の相談を実施。	どなたでも	玉川高島屋S・C西館1Fアリーナホール・サロン(世田谷区玉川3-17-1)	・事前申込不要 ・参加費無料 ・詳細は、右記のURLリンク(世田谷区HP)をご覧ください。	https://www.city.setagaya.lg.jp/02013/24971.html	世田谷保健所健康企画課 電話:03-5432-2354 FAX:03-5432-3019
8	7月21日(月・祝)	各施設の開放時間に準ずる	海の日小・中学生プール無料開放	小・中学生にはプールの無料開放を実施。	区民の小・中学生	総合運動場温水プール(世田谷区大蔵4-6-1) 千歳温水プール(世田谷区船橋7-9-1) 大蔵第二運動場屋外プール(世田谷区大蔵4-7-1) 太子堂中学校温水プール(世田谷区太子堂3-27-17) 玉川中学校温水プール(世田谷区中町4-21-1) 鳥山中学校温水プール(世田谷区南鳥山4-26-1) 梅丘中学校温水プール(世田谷区松原6-5-11)	・詳細は、右記のURLリンク(世田谷区スポーツ振興財団HP)をご覧ください。	https://www.se-sports.or.jp/	世田谷区スポーツ振興財団 電話:03-3417-2811 FAX:03-3417-2813
9	7月12日(土)	①13:30～14:30 ②14:30～15:30	区民のための健康教室(世田谷)	①講演前に、病気と医療の相談コーナー(眼科)を実施。 ②「知っておきたい年齢にともなう目の病気」をテーマに、専門医である竹山明日香先生(東邦大学医療センター大橋病院眼科講師)による講演会。	どなたでも	保健医療福祉総合プラザ「うめとびあ」4階 世田谷区医師会ホール(世田谷区松原6-37-10)	・事前申込不要 ・参加費無料 ・先着200名 ・詳細は、右記のURLリンク(世田谷区HP)をご覧ください。	https://www.city.setagaya.lg.jp/02013/11276.html	世田谷区医師会事務局 電話:03-6704-9111
10	7月31日(木)	14:00～16:00	区民のための健康教室(玉川)	「おしっこのことで悩んでいますか?」をテーマに、専門医である石坂和博先生(日産厚生会玉川病院副院長・泌尿器科部長、帝京大学医学部泌尿器科客員教授、日本泌尿器科学会専門医・指導医)による講演会。	どなたでも	玉川区民会館4階 第4・5集会室(世田谷区等々力3-4-1)	・事前申込不要 ・参加費無料 ・先着80名 ・詳細は、右記のURLリンク(世田谷区HP)をご覧ください。	https://www.city.setagaya.lg.jp/02013/11276.html	玉川医師会事務局 電話:03-3704-2481
11	8月2日(土)	13:00～14:30	ユニバーサルスーツフェスティバル	車いすバスケット、デフバレーボール、ポッチャ、ラダーグッターなど各種体験コーナーの実施。	どなたでも	総合運動場体育館(世田谷区大蔵4-6-1)	・事前申込制 ・参加費無料	https://www.se-sports.or.jp/	世田谷区スポーツ振興財団 電話:03-3417-2811 FAX:03-3417-2813
12	8月29日(金)～9月24日(水)	中央図書館の開庁時間に準ずる	ダニアレルギー予防テーマ展示	ダニアレルギーをテーマとしてダニの生態、アレルギー、掃除などの図書を集め、ダニアレルギー予防啓発に関する展示。	どなたでも	中央図書館(世田谷区弦巻3-16-8)	—	—	世田谷保健所 生活保健課 電話:03-5432-2903 FAX:03-5432-3054
13	①9月2日(火)～10月28日(火) ②9月4日(木)～10月23日(木)	①②10:00～11:30	お口の元気アップ教室	「お口のはたらき」についての講話や、口の中の清掃方法・健康維持のための体操を学ぶ教室を開催。	65歳以上の世田谷区民	①世田谷区歯科医師会館(世田谷区松原6-4-1) ②玉川歯科医師会館(世田谷区玉川3-21-2)	・事前申込制 ・定員は会場ごとに異なります。 ・同様の講座を年間8回行っています。 ・詳細は、右記のURLリンク(世田谷区HP)をご覧ください。	https://www.city.setagaya.lg.jp/02087/2295.html#p4	高齢福祉部 介護予防・地域支援課 電話:03-5432-2953 FAX:03-5432-3085
14	9月8日(月)	14:00～16:00	ゲートキーパー講座(一般向け) Zoomオンライン配信	家族や地域などで、身近な方の自殺のリスクにつながる悩みに気づき、声をかけ、話を聞き、必要な支援につなげるゲートキーパーの養成講座を開催。	区内在住、在勤、在学者	Zoomウェビナー	・事前申込制 ・右記のURLリンク(世田谷区保健センターHP)をご覧ください。	https://www.setagayaku-hokencenter.or.jp/	世田谷区保健センター 電話:03-6265-7414 FAX:03-6265-7429
15	9月11日(木)	18:30～20:00	糖尿病予防教室(講演会)	「太らない、血糖値を上げすぎない糖質の摂り方」をテーマに、専門医である横山淳一先生(オリヴァ内科クリニック院長)による講演会。	健康診査等で要指導と診断された方 糖尿病予防に関心のある方	玉川区民会館4階 第4・5集会室(世田谷区等々力3-4-1)	・事前申込不要 ・参加費無料 ・詳細は、右記のURLリンク(世田谷区HP)をご覧ください。	https://www.city.setagaya.lg.jp/02013/25984.html	玉川医師会事務局 電話:03-3704-2481
16	9月20日(土)	14:00～16:30	認知症とともに生きる希望条例施行5周年・令和7年度認知症月間イベント「知って 触れて 感じて～認知症って何だろう?～」	認知症の本人の生の声を聞き・認知症への備え方や理解を深める講演会、認知症の本人によるトークセッション、認知症カフェ(ハワイアン喫茶)の出店などを実施。	区内在住、在勤、在学等	保健医療福祉総合プラザ「うめとびあ」(世田谷区松原6-37-10)	・講演会は事前申込制。(その他は申し込み不要) ・参加費無料 ・各コーナーの詳細や受付・開催時間等の詳細は、右記のURLリンク(世田谷区認知症在宅生活サポートセンターHP)で公開予定。	https://setagaya-ninsapo.jp/	高齢福祉部 介護予防・地域支援課 電話:03-5432-2954 FAX:03-5432-3085
17	9月22日(月)	13:30～16:00	こころのサポーター養成研修	地域や職場で、メンタルヘルスの問題を抱える人や家族等に対して、「傾聴」を中心とした支援ができる人(こころのサポーター)の養成研修を開催。	区内在住、在勤、在学者	保健医療福祉総合プラザ「うめとびあ」研修室A(世田谷区松原6-37-10)	・事前申込制 ・定員80人 ・詳細は、右記のURLリンク(世田谷区保健センターHP)をご覧ください。	https://www.setagayaku-hokencenter.or.jp/	世田谷区保健センター 電話:03-6265-7414 FAX:03-6265-7429
18	①9月25日(木)～10月16日(木) ②9月30日(火)～11月4日(火)	①②10:00～11:30	楽しくはじめるフレイル予防講座	運動・口腔・栄養・社会参加等フレイル予防全般についての講話とフレイル予防に効果のある世田谷いきいき体操を行う4回制の教室を実施。	65歳以上の世田谷区民	①宮坂区民センター多目的ホール (世田谷区宮坂1-24-6) ②玉川区民会館第4集会室 (世田谷区等々力3-4-1)	・事前申込制 ・各会場定員20名 ・同様の講座を年間18回行っています。 ・詳細は、右記のURLリンク(世田谷区HP)をご覧ください。	https://www.city.setagaya.lg.jp/02087/2295.html#p3	高齢福祉部 介護予防・地域支援課 電話:03-5432-2953 FAX:03-5432-3085
19	①通年 月～木曜日(祝日を除く) ②通年 月～木曜日(祝日)、土曜日	①17:00～18:30 ②14:00～15:30	こころのピア相談	こころの悩みや精神的な問題に関する電話相談をピア相談員がお受けします。ピア相談員はこころの病を経験した当事者で、相談研修を受けています。	区民	電話相談	・予約不要 ・詳細は、右記のURLリンク(世田谷区保健センターHP)をご覧ください。	https://www.setagayaku-hokencenter.or.jp/	世田谷区保健センター 電話:03-6265-7414 FAX:03-6265-7429

世田谷区の「健康づくり推進週間」における主な事業一覧

No	開催日	開催時間	事業・イベント名称	事業概要	対象	場所(住所)	備考	URL(区HPなど)	問合せ先
20	通年 第2、第4土曜日	9:00～12:00	がん相談(対面)	がんになっても地域で安心して療養できるように経験豊富な看護師がご相談をお受けします。	がん患者およびその家族等(区民)	世田谷区立保健センター ところとからだの保健室ほか(世田谷区松原6-37-10 保健医療福祉総合プラザ「うめとびあ」内)	・事前予約制 ・詳細は、右記のURLリンク(世田谷区保健センターHP)をご覧ください。	https://www.setagayaku-hokencenter.or.jp/	世田谷区保健センター 電話:03-6265-7436(予約専用) FAX:03-6265-7419
21	通年 第1～第4木曜日	9:00～13:00	がん電話相談 第1、第3週 専門相談 第2、第4週 ビア相談	がんになっても地域で安心して療養できるように経験豊富な看護師がご相談をお受けします。ピア相談員はがんを経験した当事者で研修を受けています。	がん患者およびその家族等(区民)	電話相談	・予約不要 ・詳細は、右記のURLリンク(世田谷区保健センターHP)をご覧ください。	https://www.setagayaku-hokencenter.or.jp/	世田谷区保健センター 電話:03-6265-7562(専用)
22	通年 月～水曜日	①月曜日 9:30～11:30 ②火曜日 13:30～15:30 ③水曜日 13:50～15:50	栄養・運動・休養の総合教室	生活習慣病改善のための総合的な健康教室を開催。	健康診断を1年以内に受診している18歳以上で区内在住・在勤の方	世田谷区立保健センター(世田谷区松原6-37-10 保健医療福祉総合プラザ「うめとびあ」内)	・事前予約制 ・1回400円 ・詳細は、右記のURLリンク(世田谷区保健センターHP)をご覧ください。	https://www.setagayaku-hokencenter.or.jp/	世田谷区保健センター 電話:03-6265-7473 FAX:03-6265-7429
23	通年 月～金曜日	月～金曜日 ①10:00～11:30 ②13:30～15:00 金曜日 14:20～15:50	各種運動教室	健康増進のための運動教室(筋力トレーニング教室など)を開催。	健康診断を1年以内に受診している18歳以上で区内在住・在勤の方	世田谷区立保健センター(世田谷区松原6-37-10 保健医療福祉総合プラザ「うめとびあ」内)	・事前予約制 ・1回400円 ・詳細は、右記のURLリンク(世田谷区保健センターHP)をご覧ください。	https://www.setagayaku-hokencenter.or.jp/	世田谷区保健センター 電話:03-6265-7473 FAX:03-6265-7429
24	通年 火曜日	火曜日 14:00～15:10	各種休養講座	ストレスコントロール法を身につける休養講座を開催。	18歳以上で区内在住・在勤の方	世田谷区立保健センター(世田谷区松原6-37-10 保健医療福祉総合プラザ「うめとびあ」内)	・事前申込制 ・1回400円 ・詳細は、右記のURLリンク(世田谷区保健センターHP)をご覧ください。	https://www.setagayaku-hokencenter.or.jp/	世田谷区保健センター 電話:03-6265-7473 FAX:03-6265-7429
25	通年 火・金曜日	火曜日 14:20～15:50 金曜日 14:20～15:50	各種栄養講座	毎日の食事を知っておきたい食生活講座を開催。	18歳以上で区内在住・在勤の方	世田谷区立保健センター(世田谷区松原6-37-10 保健医療福祉総合プラザ「うめとびあ」内)	・事前予約制 ・1回400円 ・詳細は、右記のURLリンク(世田谷区保健センターHP)をご覧ください。	https://www.setagayaku-hokencenter.or.jp/	世田谷区保健センター 電話:03-6265-7473 FAX:03-6265-7429
26	通年 月～金曜日(祝日を除く)	8:50～17:00	マシントレーニングコース	マシン機器を使用した筋力トレーニングを開催。	健康診断を1年以内に受診している18歳以上で区内在住・在勤の方	世田谷区立保健センター(世田谷区松原6-37-10 保健医療福祉総合プラザ「うめとびあ」内)	・事前予約制 ・1回500円 ・各コース定員12名 ・詳細は、右記のURLリンク(世田谷区保健センターHP)をご覧ください。	https://www.setagayaku-hokencenter.or.jp/	世田谷区保健センター 電話:03-6265-7473 FAX:03-6265-7429
27	通年 月～金曜日(祝日を除く)	9:00～17:00	がん情報コーナーの運営とウィッグの展示、及び「がん一次相談」を実施	がん情報コーナーでがんに関する情報や本の閲覧コーナーを開設。また、アピアランス相談とウィッグ等の展示と試着を実施。がん相談では、がんに関する悩みや不安の相談に対応し必要なアドバイスを実施。	がん患者およびその家族	世田谷区立保健センター(世田谷区松原6-37-10 保健医療福祉総合プラザ「うめとびあ」内)	・がん情報コーナーは予約不要 ・詳細は、右記のURLリンク(世田谷区保健センターHP)をご覧ください。	https://www.setagayaku-hokencenter.or.jp/	世田谷区保健センター 電話:03-6265-7414 FAX:03-6265-7429
28	通年 火～金曜日(祝日を除く)	火・木曜日 ①9:10～10:20 ②10:40～11:50 水・金曜日 ①13:30～14:40 ②15:10～16:20	運動コース(8種類)	保健センター講座・教室終了後の継続をフォローアップする運動の実践講座(のんびり体操・わくわく体操ほか)を開催。	健康診断を1年以内に受診している18歳以上で区内在住・在勤の方	世田谷区立保健センター(世田谷区松原6-37-10 保健医療福祉総合プラザ「うめとびあ」内)	・事前予約制 ・1回500円 ・各コース定員40名 ・詳細は、右記のURLリンク(世田谷区保健センターHP)をご覧ください。	https://www.setagayaku-hokencenter.or.jp/	世田谷区保健センター 電話:03-6265-7473 FAX:03-6265-7429
29	～9月30日(火)	—	【動画配信】ダニアレルギー対策を知ろう!	ダニアレルギーの原因となるダニの話を中心に生態や室内環境改善に関する動画をオンラインで配信。	どなたでも	世田谷区オフィシャルチャンネル(YouTube)	右記のURLリンク(世田谷区オフィシャルチャンネル(YouTube))から配信中の動画をご覧ください。	https://youtu.be/aNFXqIZrZKI	世田谷保健所 生活保健課 電話:03-5432-2903 FAX:03-5432-3054
30	～10月31日(金)	—	【動画配信】世田谷区令和6年度がん講演「胃がんの検診と予防」	「胃がん」をテーマにがん研究会有明病院の後藤田卓志先生による講演(動画)をオンラインで配信。	どなたでも	世田谷区オフィシャルチャンネル(YouTube)	右記のURLリンク(世田谷区オフィシャルチャンネル(YouTube))から配信中の動画をご覧ください。	https://www.youtube.com/watch?v=LrmLCX_8BdY	世田谷保健所 健康企画課 電話:03-5432-2447 FAX:03-5433-3019
31	通年	—	【動画配信】せたがやペンギン物語～ところとからだのプリアニメ～	誰でも感じるちょっとした不安や悩みとの向き合い方のヒントが詰まった3分程度のアニメ(動画)をオンラインで配信。	どなたでも	世田谷区オフィシャルチャンネル(YouTube)	右記のURLリンク(世田谷区オフィシャルチャンネル(YouTube))から配信中の動画をご覧ください。	https://youtu.be/pXNmLF8FIWw?si=N2S11q5VF1nJ7req	世田谷保健所 健康推進課 電話:03-5432-2947 FAX:03-5432-3102
32	通年	—	【動画配信】「いい香り」で困っている人がいるかも??	香りのエチケットに関する動画をオンラインで配信。	どなたでも	世田谷区オフィシャルチャンネル(YouTube)	右記のURLリンク(世田谷区オフィシャルチャンネル(YouTube))から配信中の動画をご覧ください。	https://youtu.be/C1hjOmYI7CE	世田谷保健所 生活保健課 電話:03-5432-2903 FAX:03-5432-3054
33	通年	—	【動画配信】フィットネス動画	生活習慣病重症化予防、スキマdeげんき体操、その他様々な運動教材(動画)をオンラインで配信。	どなたでも	世田谷区保健センターオフィシャルチャンネル(YouTube)	右記のURLリンク(世田谷区保健センターオフィシャルチャンネル(YouTube))から配信中の動画をご覧ください。	https://www.youtube.com/@%E5%85%AC%E5%BC%8F%E4%B8%96%E7%94%B0%E8%B0%B7%E5%8C%BA%E4%BF%9D%E5%81%A5%E3%82%BB%E3%83%B3%E3%82%BF%E3%83%BC	世田谷区保健センター 電話:03-6265-7473 FAX:03-6265-7429