



申し込みの記入例

- 1 タイトル
2 郵便番号・住所
3 氏名(ふりがな)
4 電話・FAX番号
5 年齢
6 性別

- 対象者は原則区内在住・在勤・在学者
●記事に特に記載がない場合は、
・重複申し込み不可
・費用は無料
・1申し込みにつき、1人まで
●申込先に所在地がない場合
〒153-8573
目黒区役所(住所不要)
○○○○課(申込先の宛先)

メール(記入例1~4を記入)で、目黒区社会福祉協議会(☎5708-5792、☎3711-4954、✉sa-saeai@meguroshakyo-i.net)へ

高齢者にスマートフォン操作を教えるコツを学びませんか？

時12月18日(月)10:00~15:30(12:00~13:00を除く)
場総合庁舎本館地下1階第15会議室
対スマートフォンを持っている区内在住者
定10人(抽選)
申専用☎(コード①)、電話で、11月15~30日に、DX戦略課(☎5722-9245)へ



健康な100歳を目指すあなたに！～フレイルチェック会

時12月25日(月)14:00~16:00
場高齢者センター(目黒1-25-26 田道ふれあい館内)
内質問票や機器を使ったフレイル(虚弱)の測定と予防のポイント
対おおむね65歳以上の区内在住者
定15人(先着)
申11月16日から、電話で、介護保険課介護予防係(☎5722-9608、☎5722-9716)へ

子 ポニー教室

時6年1~3月の毎週火~日曜日で参加できる日の15:00~17:00
場碑文谷公園こども動物広場
内ポニーの世話、乗馬体験ほか
対小・中学生
定145人(抽選。中学生15人以内)
¥参加費2,400円
申往復ハガキに、記入例1~3と学校名・学年、参加経験の有無、保護者の2~4、緊急連絡先を書いて、11月30日(必着)までに、碑文谷公園こども動物広場(〒152-0003碑文谷6-9-11、☎3714-1548)へ。窓口申し込み可。障害のあるかたは申し込み前にご相談ください

大人の演劇ワークショップ 入門編「いま、あらためて、ままごと」

時①6年1月27日(土)②1月28日(日)10:30~15:30
場めぐろパーシモンホール小ホール(八雲1-1-1 区民キャンパス内)
内ままごと遊びをテーマに演劇を作り演じる
師劇団ままごと演出家 柴幸男氏ほか
対18歳以上
定各20人(抽選)
¥参加費3,000円
申ハガキ・Eメールに、記入例1~6とEメールアドレス、希望日①または②、演劇経験の有無と応募動機を書いて、11月30日(必着)までに、めぐろパーシモンホール事業課(〒152-0023八雲1-1

-1 区民キャンパス内、☎5701-2913、✉otonaengeki@persimmon.or.jp)へ



催し物

子ども条例パネルと2024年版目黒区子ども条例啓発カレンダーの絵展示

子ども条例の内容と、子どもたちの作品で作成した同条例啓発カレンダーのパネル展示です。応募全作品を掲載したポスターも展示します。「めぐろ子育てホッ!とナビ」☎(コード②)でも全作品をご覧になれます。



時11月18日(土)~23日(祝)8:30~17:00
場総合庁舎本館1階西口ロビー
関子育て支援課子育て支援推進係(☎5722-8723)

ボードレス芸術祭 ~フォトコンテスト作品展示

時12月1日(金)~27日(水)10:30~17:00(火曜日を除く)
場Green Cafe Saigohyama(青葉台2-10-7)ほか
後援 目黒区ほか
関ぼーだれす芸術祭(☎5734-1642)。詳細は問い合わせ先☎(コード③)をご覧ください。希望者は当日会場へ



子 集まれ、高校生！国際交流はじめての第1歩！

時12月16日(土)14:00~16:00
場総合庁舎別館5階目黒区国際交流協会
内高校生ボランティアによるイベント。海外文化のゲームやクイズで外国人と交流(日本語で実施)
対高校生
定15人(先着)
申専用☎(コード④)で、11月16日~12月13日に、目黒区国際交流協会(☎3715-4671)へ



山手七福神巡り

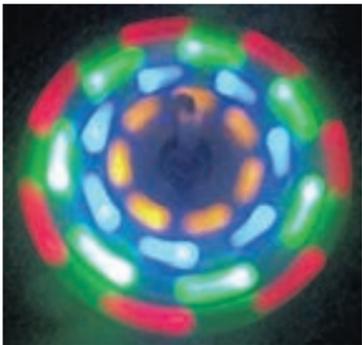
時6年1月5日(金)9:30~12:30
内覚林寺、瑞聖寺、妙円寺、大圓寺、蟠龍寺、瀧泉寺(目黒不動)を巡る(徒歩約3km)
定20人(抽選)
¥保険料など500円。めぐろ観光まちづくり協会会員は300円。御朱印代は別途
申申込先☎(コード⑤)、ハガキ・FAX・Eメール(記入例1~5・御朱印(別紙渡し)希望の場合はその旨を記入)で、12月3日(消印有効)までに、めぐろ観光まちづくり協会(〒153-0051上目黒2-1-3 中目黒GT内、☎5722-6850、☎5722-



講演・講習

子 目黒ユネスコサイエンス教室「LEDコマを回そう！」

時12月3日(日)14:00~16:00
場五本木小学校(五本木2-24-3)
内4色に光るLEDコマの制作と観察
師アマチュア無線技士 内田裕之氏
対小学3~6年生(保護者の同伴可)
定20人(先着)
¥教材費300円
主催 目黒区教育委員会
申電話、FAX・Eメール(記入例1~4と学校名・学年、保護者の3を記入)で、11月16~30日に、NPO法人目黒ユネスコ協会(☎5725-6150、☎5725-6160、✉meguro@unesco.or.jp)へ



認知症講座 「認知症かな!?と思ったときどうしたらよい!？」

時12月7日(木)14:00~15:30
場常圓寺(八雲1-2-10)
内認知症を疑った際の受診、診断・治療
師東京医療センター総合内科医師 林智史氏
対区内在住者
定20人(先着)
申11月16日から、電話、FAX(記入例134を記入)で、西部包括支援センター(☎5701-7244、☎3723-3432)へ

介護のプロから学ぶ 家族介護教室

時12月9日(土)①10:00~12:00 ②14:00~16:00
場特別養護老人ホーム東が丘(東が丘1-6-4)
内①在宅での介護予防②楽しく安全

な食事介助

対在宅で介護する家族・援助者ほか
定各10人(先着)
申電話、FAX・Eメール(記入例134と希望時間①または②(複数可)を記入)で、11月16日~12月5日に、特別養護老人ホーム東が丘(☎5481-5639、☎5481-5168、✉higashigaoka@poem.ocn.ne.jp)へ

災害ボランティア入門講座

時12月10日(日)14:00~16:00
場中目黒住区センター(中目黒2-10-13 中目黒スクエア内)
内防災カードゲームなどで、災害ボランティアの役割等を学ぶ
師ジョージ防災研究所防災アドバイザー 小野修平氏
定30人(先着)
申電話、FAX・Eメール(記入例1~4を記入)で、11月16日~12月8日に、めぐろボランティア・区民活動センター(☎3714-2534、☎3714-2530、✉vo-c@meguroshakyo-i.net)へ

見た目の基準って誰が決めるの? ~社会の中のルッキズム

時12月16日(土)10:00~15:00
場青少年プラザ
内東京理科大学西倉実季教授、MFMS外川浩子氏と、外見による差別の背景にある社会課題を考える
定20人(15~35歳を優先して抽選)
申電話、ハガキ・FAX(記入例1~5、保育<2歳以上の未就学児=抽選2人)希望者は子どもの356を記入)で、11月27日(必着)までに、青少年プラザ(〒153-0061中目黒2-10-13 中目黒スクエア内、☎5721-8575、☎5721-8577)へ。窓口申し込み可

食の循環で笑顔もひろがる ~めぐろの食支援とつながろう

時12月16日(土)14:00~16:00
場東山住区センター(東山2-24-30)
内地域で行われている食支援の活動を知る(参加者同士の交流あり)
定40人(先着)
申11月16日から、電話、FAX・E