

みんなの栄養相談

①糖尿病・高血圧・脂質異常症など生活習慣病の栄養相談

時9月5日(月)①9:15②10:15③11:15から

対区内在住・在勤者

定各2人(先着)

②乳幼児の食事相談

時9月5日(月)①13:15②14:15③15:15から

対区内在住の乳幼児の保護者

定各1人(先着)

①②共通

場総合庁舎本館3階保健予防課

申①は電話で、②は区HP(コード⑭)で、8月15～31日に、保健予防課保健サービス係(☎5722-9503、FAX5722-9508)へ



カウンセリングについて ～心の理解が深まると人生が変わる

時9月16日(金)10:00～11:30

場総合庁舎本館3階保健予防課

内カウンセリングの適応と効果

師公認心理師 中村聡



太郎氏(右写真)

対区内在住・在勤者

定①会場=10人(抽選)

②会議アプリWebex(ウェベックス)によるオンライン=20人(抽選)

申区HP(コード⑮)、電話で、8月15～24日に、保健予防課保健相談係(☎5722-9504)へ



脂質異常症予防講座

①講演「サラサラ血液を保つには」

時9月15日(木)13:30～15:00

師村上医院循環器科・内科医師 村上幹高氏

②講座「元気ごはん」とオーラルケア」

時9月26日(月)13:30～15:00

内栄養講話やレシピ紹介、口くう体操

③栄養相談

時9月28日(水)9:00～16:00(1人30分程度)

内脂質異常症を予防するための栄養個別相談

①②③共通

場碑文谷保健センター(碑文谷4-16-18)

定各20人(先着)

申8月15日から、電話で、参加希望

①～③を決め、碑文谷保健センター保健サービス係(☎3711-6446、FAX5722-9330)へ。保育(4カ月以上の未就学児=先着5人)希望者は8月31日までに予約

子 妊婦ごはんとうーラルケア

時9月21日(水)13:30～15:00

場総合庁舎本館3階保健予防課

内妊娠中の栄養とレシピの実演、口のトラブルやセルフケア

師歯科医師 朝田文郷氏ほか

対妊娠中のかた

定16人(先着)

申区HP(コード⑯)で、8月15日～9月8日に、保健予防課保健サービス係(☎5722-9503)へ



Q 水銀を含む製品(蛍光灯や水銀体温計など)と燃やさないごみは、どうして一緒に袋で出しちゃいけないの?



A 環境汚染防止のためだよ。水銀を含む製品は水銀・ガラス・アルミなどにリサイクルしているよ。

水銀を含む製品は、収集作業員が分かるように、燃やさないごみとは別の袋に「蛍光灯」、「水銀体温計」と書いて、月1回の指定されている曜日の朝8時までに出してね。

地域ごとの収集曜日は、区HP(コード⑰)の「資源とごみの収集日」を見てね。



区清掃リサイクル課計画普及係
(☎5722-9883、FAX5722-9573)

ごみに関するちょっとした疑問や質問をお寄せください

ハガキ・Eメールに、聞きたいこと、氏名(ニックネーム可)、年代を書いて、広報課区報係(〒153-8573目黒区役所〈住所不要〉、✉kohobosyu@city.meguro.tokyo.jp)へ。いただいた質問などから、ゴミラスが選んで回答します。



マイナンバーカードの申請サポートを実施します



区戸籍住民課マイナンバーカード交付係
(☎5722-9349、FAX5721-7814)

マイナンバーカードの申請用顔写真撮影や申請書の書き方などをサポートします。持ち物など詳細は、区HP(コード⑱)をご覧ください。希望者は当日会場へ。



実施場所

会場	日時
総合庁舎本館1階戸籍住民課	8～9月の毎週月～金曜日(祝・休日を除く)8:30～17:00
北部地区サービス事務所(大橋1-5-1 クロスエアタワー9階)	8月16日(火)10:00～16:00
中央地区サービス事務所(中央町2-9-13 食販ビル内)	8月24日(水)10:00～16:00
南部地区サービス事務所(碑文谷1-18-14 碑小学校内南西側)	8月19日(金)10:00～16:00
西部地区サービス事務所(柿の木坂1-28-10)	8月29日(月)10:00～16:00

対区内に住民登録のあるマイナンバーカード未取得者

4年度の区税条例の改正

区税務課税務係(☎5722-9819、FAX5722-9324)

地方税法などが改正され、6月に区税条例を改正しました。改正の主な内容は、次のとおりです。

- 住宅ローン控除の適用期限の延長(5年1月1日施行)
住宅ローン控除の適用期限を4年延長し、7年末までの入居者を対象とします。また控除期間を13年間とします。
- 上場株式等の配当所得等の課税方式の見直し(6年1月1日施行)
個人住民税と所得税とで異なる課税方式が選択できた上場株式等の配当所得等について、課税方式を一致させることになりました(下図)。

