

②14:00~16:00
場特別養護老人ホーム中目黒(中目黒5-7-35)
内現場職員が教える、日常生活での体の変化とその対応(①は動作編②は食事編)
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、1月16日~2月9日に、特別養護老人ホーム中目黒(☎5704-3631、FAX5704-3635、✉mehehe5735@mist.ocn.ne.jp)へ

高 健康な100歳を目指すあなたに!「フレイルチェック会」

時2月21日(水)14:00~16:00
場碑住区センター(碑文谷2-16-6)
内質問票や測定機器で、フレイル(虚弱)の状態を確認し、予防のポイントを学ぶ
対おおむね65歳以上の区内在住者
定10人(先着)
申1月16日から、電話で、介護保険課介護予防係(☎5722-9608、FAX5722-9716)へ

区民公開講座「40代、50代からの起業準備セミナー」

時2月23日(祝)18:30~20:30
場中小企業センター(目黒2-4-36 区民センター内)
内起業へのステップと成功への秘訣
師中小企業診断士 橋本良一氏
対起業を目指す40歳以上の区内在住・在勤者
定40人(先着)
¥参加費1,000円
申1月16日から、FAX・Eメールに、記入例1~4を書いて、中小企業センター・勤労福祉会館(☎3711-1135、FAX3711-1284、✉info@megurokuchushokigyocenter.jp)へ。窓口申し込み可

催し物

田道ふれあい館まつり

時1月20日(土)10:00~15:00
場田道ふれあい館(目黒1-25-26)
内コーラスなどの発表、登録団体による作品展示、各種体験コーナー、パン・焼き菓子の販売ほか
問高齢者センター(☎5721-2291)。希望者は当日会場へ



見て楽しい、食べておいしい「みんな大好き!学校給食」

時1月22日(月)8:30~1月26日(金)15:00
場総合庁舎本館1階西口ロビー
内区立小・中学校の給食・食育のパネル展示。期間中、総合庁舎本館1階レストラン(11:00~14:00)で、給食レシピ本「みんな大好き学校給食」の中から、給食フェアメニューを提供
問学校運営課保健給食・健康係(☎5722-9306)

青少年プラザウィンターフェスティバル2024

時2月3日(土)・4日(日)10:00~18:00
場青少年プラザ(中目黒2-10-13 中目黒スクエア内)
内区内活動団体による音楽・ダンス・武術などの舞台発表、絵画等の作品展示や体験コーナー等の催し物。カフェ、フリーマーケットなども実施
問青少年プラザ(☎5721-8575)。希望者は当日会場へ

とりツアー

時2月11日(祝)10:00~11:30。荒天時は2月12日に延期
場駒場野公園
内冬の公園で野鳥を探す
対小学生以上(小学3年生以下は保護者同伴)
定10人(抽選)
申往復ハガキに、記入例1~5と保護者の3を書いて、2月1日(必着)までに、駒場野公園自然観察舎(〒153-0041駒場2-19-70、☎3485-1754)へ

ユネスコ国際交流ひろば日帰りバスツアー~小田原城と博物館見学

時2月14日(水)8:30~17:30。目黒川船入場集合
内小田原城、生命の星・地球博物館見学と国際交流
対16歳以上の区内在住・在勤・在学者と外国のかた
定80人(抽選)
¥昼食代など2,500円(外国のかたは2,000円)
主催 目黒区教育委員会
申往復ハガキに、記入例1~5と国籍、同伴者(1人まで)の3を書いて、1月26日(必着)までに、NPO法人目黒ユネスコ協会(〒153-0053 五本木2-24-3 五本木小学校内、☎5725-6150)へ

お肉屋さんの教えるローズポーククッキング

時2月25日(日)13:00~16:00
場区民センター社会教育館(目黒2-4-36)
対18~79歳
定30人(抽選)

¥材料費500円
申往復ハガキに、記入例1~6を書いて、1月27日(必着)までに、東京都食肉事業協同組合目黒支部(市塚〒153-0052祐天寺1-22-4、☎3719-2558)へ

ユネスコ青少年フェスタ動画配信

5年12月17日に開催した青少年フェスタの様子を、1月20日から、目黒ユネスコ協会(☎コード5)で配信します。
内SDGs学習発表、平和についてのディスカッション、国際交流ほか
問緑が丘文化会館(☎3723-8741)



お知らせ

会議を公開します

会議名	日時・会場
①青少年問題協議会 問生涯学習課青少年・地域教育支援係(☎5722-9309、FAX3715-3099)	2月1日(木)14:00~15:00・総合庁舎本館4階特別会議室
②情報公開・個人情報保護審議会 問行政情報マネジメント課(☎5722-9622)	2月5日(月)14:00~16:00・総合庁舎本館1階E会議室

※傍聴希望者は当日会場へ
 ※①の手話通訳希望者は、1月19日までに予約

請願・陳情を受け付けます

第1回区議会定例会は、2月16日~3月21日に開催予定です。請願(紹介議員が必要)・陳情の審査を希望するかたは、2月7日(水)12:00までに持参してください(原則、郵送では審査不可)。

提出は、請願・陳情の趣旨と事項を文書(邦文)にして、請願・陳情者の記入例2~4と提出年月日を記載し、署名または記名押印してください。詳細はお問い合わせください。
〈第4回定例会の議決結果を区議会だより1月10日号に掲載しました〉
配布場所 総合庁舎本館1階区政情報コーナー・5階区議会事務局、区立施設、新聞折り込みほか
問区議会事務局議事・調査係(☎5722-9414、FAX5722-9335)

高 高齢者福祉住宅の入居予定者を募集します

対次の全てに該当するかた①2月7日現在、65歳以上②区内に引き続き1年以上住民登録があり、区内の民間賃貸住宅に居住③現在一人または二人暮らし④劣悪な住環境または建て替え・取り壊しで2年以内の立ち退き⑤所得が基準以下
定単身用20戸、世帯用6戸(抽選により入居予定者・順位を決定)
¥単身用=月額9,100~46,900円、世帯用=月額23,800~83,100円。共益費=月額400~2,000円(予定)

申本人が、身分証明書(保険証など)、立ち退きの場合は家主発行の立退証明書を、1月25日~2月7日に、総合庁舎本館2階高齢福祉課高齢者福祉住宅・施設係(☎5722-9403)へ持参

深沢区民農園の利用者を募集します

利用期間 4月1日~7年2月28日
場世田谷区深沢4-8-1・深沢4-1。1世帯につき8㎡
内野菜や草花の栽培限定。水道、スコップ、くわなどの設備あり。第三者への権利譲渡・営利目的の利用は禁止
応募資格 年間を通して利用できる区内在住世帯(区外に転出した場合は利用不可)
定117世帯(抽選)
¥使用料年額5,500円(生活保護受給世帯を除く)
申往復ハガキ(1世帯1枚のみ)に、記入例1~4と世帯全員の3を書いて、1月31日(消印有効)までに、道路公園課公園活動支援係(☎5722-9242)へ

子 ランランひろば利用者アンケートを実施しています

ランランひろばの事業運営に役立てるために、実施校の児童・保護者を対象にアンケートを実施しています。実施校の保護者へ通知を送付していますので、ご確認ください。
実施期間 1月31日まで
問放課後子ども対策課放課後子ども事業係(☎5722-9029)

国民健康保険医療費のお知らせをお送りします

健康管理の意識を深め、国民健康保険事業への理解をいただくため、4年11月~5年10月に受診した保険診療の医療費など(10割)を、2月2日頃に世帯宛宛てに送付します。この通知による申請や支払いはありません。
問国保年金課給付係(☎5722-9811)

高 東京都後期高齢者医療広域連合から医療費等通知書をお送りします

医療機関の受診内容などを確認していただくため、医療費等通知書を送付します。医療費等通知書は、確定申告など税申告に利用できますが、5年9~12月分の診療は、自身で医療費控除の明細書を作成し、申告書に添付する必要があります。
 マイナンバーカードを使って利用できるマイナポータルから、医療費情報を確認できます。
問医療費等通知書は東京都後期高齢者医療広域連合お問合せセンター(☎0570-086-519)、マイナポータルはマイナンバー総合フリーダイヤル(☎0120-95-0178) (12面へ続く)