

# 情報BOX

## 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

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  
 ●対象者は原則区内在住・在勤・在学者  
 ●1人1枚1講習(コース・行事)

申込先に所在地がない場合の宛先  
 〒153-8573  
 目黒区役所(住所不要)  
 ○○○○課(申込先の宛先)

## ラジオ体操講習会

NHKラジオ・テレビ体操で指導していた多胡肇さん(右写真)と一緒に、ラジオ体操をしませんか。



時7月9日(日)10:00~12:00  
 場中央体育館(目黒本町5-22-8) 定100人(先着)  
 申区HP(コード③)、電話、ハガキ・FAX(記入例1~4)を記入で、6月16~26日(必着)に、スポーツ振興課スポーツ事業係(☎5722-9695、FAX5722-9754)へ



問スポーツ振興課スポーツ事業係(☎5722-9695、FAX5722-9754)

## 講演・講習

### 高 高齢者センター講習会 「タブレット講習会～地図アプリ活用編」

時7月3日(月)~5日(水)①10:00~12:00②13:30~15:30(各全1回)  
 場高齢者センター(目黒1-25-26 田道ふれあい館内)  
 内地図アプリの基本操作・活用法。講習会用タブレット端末を使用  
 師NPO法人竹箒の会  
 対60歳以上の区内在住者。参加には同センター利用登録が必要  
 定各10人(先着)  
 申6月15日から、電話で、高齢者センター(☎5721-2291)へ。窓口申し込み可

### 高 介護予防教室

①お口と食の健康教室  
 時7月6~27日の毎週木曜日13:30~15:30(全4回)  
 場中根住区センター(大岡山1-37-2)  
 内口の機能や栄養摂取のポイントについての講話、口と全身の体操  
 定20人(先着)

②ひざの痛み予防講習会  
 時7月13日(木)・20日(木)13:30~15:00(全2回)  
 場区営青葉台一丁目アパート集会所(青葉台1-6-48)

内活動的な生活を続けるための膝痛を予防する体操と講話  
 定12人(先着)

①②共通  
 対医師から運動を止められていない区内在住の65歳以上  
 申6月16日から、電話で、介護保険課介護予防係(☎5722-9608、FAX5722-9716)へ

### 中高齢者就職支援セミナー 「50歳から準備をする～定年後の仕事と生活と生き方」

時7月8日(土)13:00~15:00  
 場総合庁舎本館地下1階第17会議室  
 師社会保険労務士 澤木明氏  
 対おおむね45歳以上  
 定20人(先着)

申電話、FAX(記入例1~4)を記入で、6月15日~7月7日に、ワークサポートめぐろキャリア相談コーナー(☎5722-9632、FAX5722-9387)へ

### 家族のための勉強会・談話会 「発達障害児者の未来を支える～はたらくを考える」

時7月21日(金)10:00~11:45  
 場東山住区センター(東山2-24-30)  
 内講義、質疑応答、談話会  
 対発達障害のあるかたの家族  
 定20人(先着)  
 申電話、Eメール(記入例1~4、Eメールアドレス、対象者との関係を記入)で、6月15日~7月18日に、発達障害支援拠点ぽると(☎6412-7151、✉porto-moushi-komi@outlook.jp)へ

### 認知症サポーター養成講座 「あなたも認知症サポーターになりませんか」

時7月24日(月)13:30~15:00  
 場総合庁舎本館地下1階第18会議室  
 内認知症の解説や接し方ほか  
 対区内在住者  
 定①来場=25人②会議アプリWebex(ウェベックス)によるオンライン=30人(各先着)  
 申①は電話、FAX(記入例1③④、保育<1歳以上の未就学児=先着4人)希望者は②と子どもの③⑤、手話通訳希望者はその旨を記入)、②は専用HP(コード①)で、6月15日~7月3日に、福祉総合課認知症施策推進係(☎5722-9702、FAX5722-9062)へ

### 子 伝統文化子ども教室 「子どもいけ花・茶の湯スクール」

①いけ花  
 時8月2日(水)・10日(木)・14日(月)・18日(金)・21日(月)10:00~11:30(全5回)  
 場総合庁舎本館地下1階第18会議室  
 定30人(抽選)  
 場花材代など5,500円  
 ②茶の湯  
 時8月2日(水)・4日(金)・8日(火)・

14日(月)・18日(金)10:00~11:30(全5回)

場総合庁舎本館1階E会議室  
 定23人(抽選)  
 場茶菓子代など4,000円

### ①②共通

対小学生  
 申区HP(コード②)、ハガキ・FAX(記入例1~4)と学校名・学年、希望コース①または②、どちらでもいい場合はその旨を記入)で、6月29日(必着)までに、文化・交流課文化・観光係(☎5722-9553、FAX5722-9378)へ



### パソコン教室

講座名	日時	費用
エクセル応用	6月24日~7月29日の毎週土曜日13:30~16:30(全6回)	受講料など20,310円
ワード基礎	6月25日~7月23日の毎週日曜日9:30~12:30(全5回)	
エクセル基礎	6月25日~7月23日の毎週日曜日13:30~16:30(全5回)	受講料など17,310円
ワード基礎	6月26日(月)~30日(金)9:30~12:30(全5回)	

場シルバー人材センターパソコン教室(下目黒2-20-19 下目黒住区センター内)

定各7人(先着)  
 申電話で、目黒区シルバー人材センターパソコン教室(☎FAX共通6420-0235)へ

## 催し物

### 目黒消防団ポンプ操法大会

時6月25日(日)9:00~12:50  
 場目黒清掃工場(三田2-19-43)  
 内目黒消防団全12分団によるポンプ操法の競技会  
 問目黒消防署(☎3710-0119)。観覧希望者は当日会場へ

### 風情ある古民家で七夕行事

古民家の縁側の笹に、願い事を書いた短冊や折り紙の七夕飾りを飾ることができます。初日は、七夕にちなんだお話会も開催します。  
 時笹飾り=7月1日(土)~9日(日)9:30~15:30。お話会=7月1日(土)11:00~11:45

場目黒区古民家(碑文谷3-11-22 すすめのお宿緑地公園内)  
 問めぐろ歴史資料館(☎3715-3571)。希望者は当日会場へ

### ザリガニを捕獲しよう

時7月9日(日)10:00~11:30。雨天時は7月23日(日)に延期  
 場駒場野公園  
 内ザリガニ捕獲を通して、生態系に影響を与える外来種との付き合い方を知る  
 対3歳以上(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、保護者の③を書いて、6月28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



### 秋のめぐろ狂言

時9月3日(日)18:00開演(17:00開場)  
 場めぐろパーシモンホール大ホール(八雲1-1-1 区民キャンパス内)  
 出演・演目 野村万作・狂言三番「咲華」ほか  
 場指定S席7,000円・A席6,000円・B席4,000円、自由席2,000円。未就学児入場不可  
 チケット取り扱い めぐろパーシモンホールチケットセンター(☎5701-2904)。発売中  
 共催 目黒区教育委員会  
 問燎の会(☎043-238-4808)

### 子 中学生の自然体験ツアー

時8月18日(金)~20日(日)。2泊3日  
 場宮城県気仙沼市大島ほか。新幹線・バスなどを利用  
 内シーカヤック、星空観察、トレッキング、震災学習ほか(予定)  
 対区内在住・在学の中中学生で、7月30日(日)午後に行う事前説明会