

今号の主な記事

2面	老人クラブ会員募集ほか
3面	後期高齢者医療制度の給付制度ほか
4面	若者を狙う悪質商法ほか
5・6面	情報ボックスほか
7面	チャレンジめぐろほか
8面	パーシモンホールでピアノ演奏ほか

No.2092

令和3年
(2021年) 1/25
毎月5・15・25日発行



目黒・ごみ・リデュース・100
MGR100
1人1日100gのごみ減量

ごみ? いいえ、資源です

めぐろ区報

つながる安心 届けます



高齢者向け
サービスの紹介

詳細は2面へ

コロナ禍で外出の機会が減り、高齢者の社会とのつながりが希薄になっていることが懸念されています。また、在宅期間が長引く中、運動不足や体調不良から、倒れたり、けがをしたりする不安もあります。

区は、このような不安をなくし、住み慣れた地域で安心して暮らせるように、介護保険制度によるサービスに加え、高齢者をサポートするさまざまなサービスを行っています。今号では、コロナ禍だからこそぜひ活用してほしい、見守りなどのサービスを紹介します。

区高齢福祉課在宅事業係（☎5722－9839、FAX5722－9474）

高齢者向けサービスの紹介

つながる安心 届けます

サービスは、2ステップで申し込みができます。申し込み方法など詳細は、高齢者のしおり（右写真）をご覧ください。か、高齢福祉課または地域包括支援センター（下記参照）へ、お問い合わせください。

☎高齢福祉課在宅事業係（☎5722-9839、FAX5722-9474）

ステップ

1

ひとりぐらし等高齢者登録をする

登録は、緊急時の安否確認や災害時の避難支援につながるほか、下記の各種サービスを受けるために必要です。

対象 区内在住の65歳以上で、次のいずれかに該当するかた

- 一人暮らし、または世帯全員が65歳以上
- 65歳未満の同居家族が、中学生以下または常時介護が必要なかたのみになる
- 同居する家族が就労などにより、一定の時間帯に1人または65歳以上のかたのみになる

ステップ

2

各種サービスを申し込む

例えば

つながる安心を届ける3つのサービス

高齢者配食サービス

昼食または夕食のお弁当を自宅に届け、バランスのとれた食事を提供しながら、手渡しすることで安否確認します。

対象 次のいずれかに該当するかた

- 介護保険の要介護・要支援の認定を受け、買い物や調理をすることが困難（1日1食、週7日まで）
- 75歳以上の単身世帯で介護認定がなく、かつ近隣に親族がいない（1日1食、週2日まで）

費用 1食当たり331～828円



さわやかコール

定期的に自宅に電話をかけて安否を確認し、必要に応じて緊急連絡先と関係機関へ連絡するサービスです。



高齢者のしおり

介護・福祉サービス、医療・住まいの情報などを掲載した「高齢者のしおり」を、総合庁舎本館2階高齢福祉課と地域包括支援センター（下記参照）で配布しています。

地域包括支援センター（月～金曜日 8：30～19：00、土曜日 8：30～17：00 ＜祝・休日を除く＞）

北部 大橋1-5-1 クロスエアタワー9階

☎5428-6891、FAX3496-5215

東部 総合庁舎本館1階

☎5724-8030、FAX3715-1076

中央 中央町2-9-13 食販ビル内

☎5724-8066、FAX5722-9803

南部 碑文谷1-18-14 碑小学校内南西側

☎5724-8033、FAX3719-2031

西部 柿の木坂1-28-10

☎5701-7244、FAX3723-3432

非常通報システム

自宅での急病や事故の際、ペンダント型ボタンを押すと、警備員と救急車が駆けつけます。



※単身で近隣に親族がおらず、常時寝たきりでないかたは、在宅時の異常を判断して自動通報する「生活リズムセンサー」の併用もできます

＼ほかにもこんなサービスがあります／

- 紙おむつ支給、おむつ代の支給
- 理美容サービス
- 栄養改善配食サービス
- 家具転倒防止器具の取り付け
- 火災安全機器設置の給付・貸し出し
- 寝具乾燥・消毒サービス
- 認知症はいかい高齢者等位置情報確認サービス
- 高齢者自立支援住宅改修給付 ほか

経験や元気を生かして いきいきサポーターとして活動しませんか

☎高齢福祉課いきがい支援係（☎5722-9837、FAX5722-9474）

65歳以上のかたが、社会貢献活動に参加し、生きがいづくりや社会参加、介護予防を目指す、めぐろシニアいきいきポイント事業を実施しています。研修を受け、サポーターに登録して社会貢献活動をする、目黒区商店街商品券と交換できるポイントがたまります。

いきいきサポーター活動例

- 特別養護老人ホームの施設利用者の生活支援
- 保育補助
- 地域の高齢者の見守り
- 介護予防普及活動 ほか



▲保育補助の様子

いきいきサポーター研修・登録会

日時 2/26(金)13：30～15：30（13：00開場）

会場 総合庁舎本館2階大会議室

内容 いきいきポイント事業の説明、活動の紹介・心構え、登録会

対象 65歳以上で、要介護・要支援の介護保険サービスを受けていない区内在住者

定員 30人（先着）

申し込み方法 電話またはFAX（住所、氏名〈ふりがな〉、年齢を記入）で、2/22までに、高齢福祉課いきがい支援係（☎5722-9837、FAX5722-9474）へ

※感染症対策のため、会場の変更や中止する場合があります

健康寿命を延ばし楽しく 活動しませんか

老人クラブ
会員募集

☎高齢福祉課いきがい支援係（☎5722-9837、FAX5722-9474）

おおむね60歳以上のかたが入会できる老人クラブは、区内23カ所の老人いこいの家を活動拠点として、40クラブ約4,100人のかたが楽しく活動をしています。

長引く自粛生活で体力が落ちないよう体操やグラウンドゴルフで体力増進、手芸や書道などの趣味を通じて生きがいづくり、地域清掃で社会奉仕の活動など、感染症対策を徹底しながら、さまざまな活動をしています。また、会員限定の傷害保険に低額で加入できます。



▲研修旅行（元年実施）



▲クラブで作ったぬいぐるみ

＜老人いこいの家の感染症対策＞

マスクの着用、手指用アルコール消毒液の配備、共用部の消毒、定期的な換気などを実施

老人クラブ紹介展示

老人クラブ活動の有効性を、データに基づき紹介します。自宅近くのクラブや興味のある活動を探してみませんか。

日程 1/29(金)まで

時間 8：30～17：00（最終日は16：00まで）

会場 総合庁舎本館1階西ロビー

後期高齢者医療制度 の給付制度

国保年金課後期高齢者医療係（☎5722－9838、FAX5722－9339）

75歳以上のかた（65～74歳で障害認定を受けたかたを含む）が加入する後期高齢者医療制度は、医療費の一部負担（1割または3割）で診療を受けられるほか、次のような給付（いずれも申請が必要です）があります。

高額介護合算療養費

世帯で1年間（元年8月～2年7月）に支払った後期高齢者医療制度と介護保険の自己負担合計額が限度額（表1）を超えた場合、差額を支給します。対象者には2月下旬から3月上旬に申請書をお送りします。

表1 限度額

所得区分 （別表★）	後期高齢者医療制度と 介護保険の世帯合計額
現役並み所得Ⅲ	212万円
Ⅱ	141万円
Ⅰ	67万円
一般	56万円
住民税非課税ほか 区分Ⅱ	31万円
区分Ⅰ	19万円

※高額療養費・高額介護サービス費支給後の金額が対象
※世帯の総支給額が500円以下の場合は支給しない
※後期高齢者医療制度または介護保険の自己負担額が0円の場合は対象外
※計算基準日時点（2年7／31）で、他の医療保険制度加入者とは合算しない

移送費

移動が困難な重病人が、医師の指示で一時的・緊急的に移送され、申請でやむを得ないと認められた場合に限り支給します（転院・退院時、検査目的、タクシー使用、自宅からの移送などは対象外）。

葬祭費

後期高齢者医療制度の被保険者が亡くなった場合、葬儀を行ったかた（喪主）に7万円を支給します。申請期間は、葬儀（告別式）の翌日から2年以内です。

★所得区分

所得区分	判定基準	負担割合
現役並み所得Ⅲ Ⅱ Ⅰ	世帯の被保険者のうち住民税課税所得が最も高いかたの課税所得が	690万円以上 380万円以上690万円未満 145万円以上380万円未満 145万円未満
	一般	3割
	住民税非課税ほか 区分Ⅱ 区分Ⅰ	区分Ⅰに該当しない 全員の年金収入が80万円以下で、その他の所得がない
住民税非課税ほか	住民税非課税世帯で	1割

高額療養費

1カ月ごとの自己負担額が限度額（表2）を超えた場合、差額を支給します。対象者には、診療月から約4カ月後に申請書をお送りします。申請をすると振込口座が登録され、次回以降は申請不要になります。

表2 限度額

所得区分（別表★）	外来（個人ごと）	入院と外来の合計額（世帯ごと）
現役並み所得Ⅲ Ⅱ Ⅰ	252,600円＋（10割分の医療費－842,000円）×1％＜140,100円＞	
	167,400円＋（10割分の医療費－558,000円）×1％＜93,000円＞	
	80,100円＋（10割分の医療費－267,000円）×1％＜44,400円＞	
一般	18,000円※	57,600円＜44,400円＞
住民税非課税ほか 区分Ⅱ 区分Ⅰ	8,000円	24,600円 15,000円

※〈〉内は過去1年間に高額療養費の支給が4回以上あった場合の限度額
※計算期間（元年8月～2年7月）の基準日時点（2年7／31）で、一般または住民税非課税区分であった月の外来の自己負担額（高額療養費の支給がある場合は支給後の額）を合算し、144,000円を超える分を支給

療養費

- 次の場合、支払った医療費のうち一部負担金を除いた額を支給します。
- やむを得ず被保険者証を提示せずに受診
 - 医師が必要と認めたコルセットなどの補装具の購入や、はり・きゅう・あんま・マッサージ、骨折・捻挫などで受けた柔道整復師の施術
 - 海外で受けた治療（治療目的で渡航した場合は対象外）

特定保健指導をご利用ください

国保年金課特定保健指導係（☎5722－9024、FAX5722－9339）

特定保健指導は、特定健康診査の結果から生活習慣病を発症する可能性の高いかたに、管理栄養士が生活習慣の改善を支援する制度です。対象者に案内をお送りしています。無料で食事や運動についての相談ができます。ぜひご利用ください。詳細は、ホームページ（右コード）をご覧ください。



パネル展示

特定保健指導と生活習慣の改善に役立つ内容を紹介します。

日時 1／29（金）～2／5（金）
8：30～17：00（最終日は15：00まで）

会場 総合庁舎本館1階西ロビー



区立児童館・学童保育クラブの 民営化に関する計画素案（3～8年度） にご意見をお寄せください



国放課後子ども対策課放課後子ども施設係
（☎5722－9358、FAX5722－9328）

区は、児童館・学童保育クラブについて、社会ニーズに対応したサービスの展開や安全・安心に過ごせる多様な居場所の確保などの観点から、さらなる民営化を進めていくこととしました。このたび、基本となる考え方を取りまとめましたので、ご意見をお寄せください。

民営化対象施設

- 〈児童館〉東山、緑が丘
〈学童保育クラブ〉東山、東山第二、東山第三、菅刈、田道小学校内、油面小学校内、目黒本町、ひもんや、緑が丘

意見の提出方法

書式は問いませんが、「区立児童館及び学童保育クラブ民営化計画素案への意見」と明記のうえ、住所・氏名（団体の場合は所在地・団体名・代表者名）を書いて、郵送（持参可）・FAX・Eメールで、提出期間①または②（必着）に、総合庁舎本館2階放課後子ども対策課放課後子ども施設係（〒153－8573目黒区役所〈住所不要〉、FAX5722－9328、✉mineikakeikaku@city.meguro.tokyo.jp）へ。頂いたご意見には個別に回答しませんが、要旨を取りまとめて公表します（原文、住所・氏名などは公表しません）。

提出期間 ①2／25まで（回答公表時期は3月中旬）
②2／26～3／26（回答公表時期は4月中旬）

計画素案（全文）は、総合庁舎本館1階区政情報コーナー・2階放課後子ども対策課、地区サービス事務所（東部を除く）、住区センター（三田分室・鷹番を除く）、図書館、目黒駅行政サービス窓口で配布するほか、ホームページ（右コード）でご覧になれます。※感染症対策のため、閲覧を中止する場合があります



計画素案の説明動画を、ホームページ（右上コード）からご覧になれます

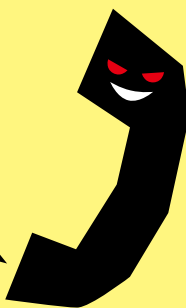
区民対象の説明会は、感染症の状況などを見ながら開催を検討し、今後ホームページなどでお知らせします。
民営化対象施設利用者への説明会は、個別にお知らせします。

ワクチン接種や 検査を装った詐欺に ご注意ください



国生活安全課生活安全係
（☎5722－9667、FAX5722－9409）

保健所や役所の職員を名乗る者から、新型コロナウイルスのワクチン接種やPCR検査の予約を持ちかけ、「予約金が必要です」とお金を要求する不審電話が確認されています。



少しでも不審に思ったら、迷わず警察へ
目黒警察署（☎3710－0110）、碑文谷警察署（☎3794－0110）

心を込めたお別れに

いずれの斎場も感染防止対策を行っています。詳細はホームページ（右コード）をご覧ください。お問い合わせください。



関地域振興課庶務係（☎5722-9873、FAX5721-7807）

セレモニー目黒
(区民斎場)

所在地

八雲1-1-9 区民キャンパス内

電話

☎5701-3777（予約は24時間受け付け）

通夜、告別式、繰上げ初七日などが行える、区民のための葬儀専用式場です。交通の便が良く、落ち着いた雰囲気の中で葬儀が行えます。火葬施設はありません。

利用できるかた

- 区に住民登録があったかたが亡くなり、その葬儀を行う
- 区に住民登録のあるかたが葬儀を主宰する

料金 葬儀式場・控室72,200円

臨海斎場

所在地

大田区東海1-3-1

電話

問い合わせは☎5755-2833
予約は☎5755-2834（24時間受け付け）

故人をしのぶ告別の場にふさわしい、周囲のみどりと調和した落ち着いたきのある施設です。葬儀と火葬が行えます。

料金（区民の場合）

- 葬儀式場・控室10万円
- 火葬料4万円（12歳以上）
- 待合室2万円
- ひつぎ保管施設3,000円（1日）

区民葬儀

関戸籍住民課戸籍証明係（☎5722-9805、FAX5721-7814）

23区在住のかたが利用できる、低料金で簡素に葬儀が行える制度です。詳細はお問い合わせください。

気をつけて！ 若者を狙う悪質商法

1～3月は若者の
悪質商法被害防止
キャンペーン期間

社会経験の少ない若者をターゲットにして、高額な商品や契約を迫るといった被害が増えています。被害に遭っても、恥ずかしいという気持ちや、自分に落ち度があると感じてあきらめてしまう人も多いようです。不安に思ったときやトラブルになった場合は、一人で悩まず、すぐに消費生活センターに相談してください。

関消費生活センター（☎3711-1133、FAX3711-5297）

事例その1

友人から持ちかけられたもうけ話

1

ある日、高校時代の友人から

いいもうけ話があるんだけど一緒にやらないか

2

後日、喫茶店で会うことになり

投資で簡単に稼げる方法が分かるUSBがあるんだ

50万円だけど

3

そんな大金ないよー

もうかるから大丈夫みんな学生ローン使ってるよ

友達誘えば紹介料も入るし

4

断りきれずUSBを購入

借金だけが残る

友達も失ってしまった

- だまされないポイント
- 簡単にもうかるなど、甘い話は信じない！
 - 友人からの誘いで断るのが気まずくても、きっぱり断る！
 - さらに友人を誘えば、自分自身が加害者になる可能性も！
 - 契約や借金をする前に、家族などに相談する！

事例その2

ネット広告で見つけたエキストラ募集

1

なんかいいアルバイトないかなあ…

2

後日、登録のために事務所へ

えっ 君かわいいね

オーディション受けない？

3

合格！

じゃあ、レッスンを受けてもらうよ、レッスン料は30万円

やったー

4

クレジット払いでいいよ！

デビューしたら人気が出てすぐに返せるから

そんな大金ありません

- だまされないポイント
- 本来の目的と違う契約を勧められたときは、安易に契約しない！
 - 活動内容や費用をよく確認する！
 - その場で判断せず、信頼できる人に相談する！

多重債務は一人で抱え込まないで、相談を！

住宅ローンや奨学金の返済、クレジットカード、キャッシングなど複数の借入れが重なり、返済が困難になってしまうことを、多重債務といいます。だれもが陥る可能性のある身近な問題です。

多重債務は、弁護士などの専門家の支援を受けることで解決できます。消費生活センターでは、相談者の状況に合った解決策を分かりやすく説明したうえで、専門の相談機関などを紹介しています。

相談してください

●消費生活センター（目黒2-4-36 区民センター内）
相談専用電話 ☎3711-1140
（月～金曜日〈祝・休日を除く〉9：30～16：30）

●消費者ホットライン ☎188（イヤヤ）

悪質商法の手口、クーリング・オフ制度、注意すべき製品事故など消費生活に関する情報を、ホームページ（右コード）でご覧になれます。



（講座などへの
申し込み方法）

ハガキ・FAX の記入例

- 1 講座名など
- 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

往復ハガキには、返信用にも住所・氏名を書いてください

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て先
〒153-8573
目黒区役所(住所記入不要)
○○○○課(申込先の宛て名)



催し物

冬越しの生きものさがし

日時 2／13(土)10：00～12：00。
荒天時は2／14 会場 駒場野公園
定員 10人（抽選。小学3年生以下は保護者同伴）
往復ハガキに、記入例1～5、保護者の3を書いて、2／2（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

区内文化財めぐり

日時 2／27(土)9：00～11：00
小雨決行 内容 東山、旧鎌倉街道などをめぐり（約4km）
定員 20人（抽選）費用 保険料50円
往復ハガキ・FAXに、参加者全員（4人まで）の記入例1～4、在勤・在学者は所在地・名称を書いて、2／9（必着）までに、生涯学習課文化財係（〒153-0061中目黒3-6-10 めぐろ歴史資料館内、☎5722-9320、FAX3715-1325）へ

自由が丘・金沢フェア

金沢の食材を使用し、1,000人に九谷焼姫自由が丘しらかば通り会を九谷焼のピアグラスで披露。
日程 1／29(金)～2／14(日) 会場 自由が丘広小路会・自由が丘しらかば通り会の参加飲食店舗（自由が丘駅下車1分） 後援 目黒区 関西村文生堂（☎3717-6843）



三田地区駐車場の臨時休業

設備改修工事のため、2／27(土)・28(日)は休業します。
関三田地区駐車場管理事務室（☎5722-8067）

高齢者センター浴室の利用休止期間の延長

設備工事期間延長のため、3／31(水)まで利用できません。
関高齢者センター（☎5721-2291）

会議を公開します

会議名	
1 男女平等・共同参画審議会 関人権政策課男女平等・多様性推進係（☎5722-9214、FAX5722-9469）	2／17(土)17：00～18：00 第2会議室
2 環境審議会 関環境保全課環境計画係（☎5722-9357、FAX5722-9401）	2／25(木)18：30～20：30・総合庁舎本館2階大会議室

※傍聴希望者は当日会場へ
※手話通訳希望者は2／4までに予約

請願・陳情を受け付けています

第1回区議会定例会は、2／18(木)～3／23(火)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、2／9(火)12：00までに持参してください。提出の際は、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、押印してください。詳細はお問い合わせください。
関区議会事務局議事・調査係（☎5722-9414、FAX5722-9335）

総合庁舎中庭駐車場の有料化

2月から総合庁舎中庭駐車場の有料化が始まります。駐車料金など詳細は、ホームページをご覧ください。
関総務課庁舎管理係（☎5722-6107）

国民健康保険医療費のお知らせの送付

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、2年1～10月に受診した保険診療の10割の医療費などを、2／5頃に世帯主宛てに送付します。この通知により、申請や支払いなどはありません。

関国保年金課給付係（☎5722-9811）

高齢者福祉住宅の使用予定者募集の延期

新型コロナウイルス感染症対策のため、3年度の募集は延期します。募集開始については、区報やホームページなどでお知らせします。
関高齢福祉課高齢者福祉住宅・施設係（☎5722-9403）

都営住宅の入居者募集

募集住宅 都内全域の①家族向け②单身者向け③車椅子使用者向け④シルバーピア（高齢者集合住宅）。①はポイント方式、②～④は抽選 申し込み方法 募集案内（2／1～9に、総合庁舎本館1階西口ロビー・6階住宅課、別館6階公営住宅の窓口、地区サービス事務所〈東部を除く〉、目黒駅行政サービス窓口で配布。都住宅供給公社ホームページから印刷可）に添付の申込書を、2／15（必着）までに、指定先へ郵送。詳細は、募集案内をご覧ください
関公営住宅の窓口（☎3715-1871）

生産性向上特別措置法に係る先端設備などの特例措置の拡充・延長

新型コロナウイルス感染症の影響を受けながらも新規に設備投資を行う中小事業者などを支援するため、生産性革命の実現に向けた固定資産税の特例措置の対象を拡充・延長します。詳細は都主税局ホームページをご覧ください。

関目黒都税事務所固定資産税課（☎5722-9056）



健康づくり健診

日時 2／26(金)8：45～10：30
会場 総合庁舎本館3階目黒区保健所 内容 身長・体重・血圧測定、尿・血液検査 対象 1年以内に同じ健診を受けていない、16～39歳の区内在住者 定員 40人（先着）
費用 健診料500円（生活保護受給者などは無料）
往復ハガキで、保健予防課保健管理係（☎5722-9396、FAX5722-9508）へ



ユネスコ美術教室「日本画の原点といわれる中国工筆画を学ぶ!その2」

日時 2／12～3／14の毎週水曜日14：00～16：00（全5回）
会場 緑が丘文化会館（緑が丘2-23） 講師 東洋美術学校講師 林裕紀子氏 定員 12人（抽選）費用 教材費4,000円 主催 目黒区教育委員会
往復ハガキに、記入例1～4と年代を書いて、2／7（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

消費生活連続講座「お金の知恵袋～資産を守るトラブル対策と知っておきたい知識」

日時 2／19(金)・2／26(金)15：30（全2回）
会場 消費生活センター（目黒2-4-1消費生活センター内） 内容 金融商品取引法と悪質商法からのトラブル回避策 講師 金融広報アドバイザー 石村衛氏ほか 定員 32人（先着）
往復ハガキに、記入例1～4を記入）で、消費生活センター（☎3711-1133、FAX3711-5297）へ

東京工業大学・目黒区教育委員会連携講座「博物館のリアルな仕事とは」

日時 2／21(日)14：00～16：00
会場 中目黒住区センター（中目黒2-10-13 中目黒スクエア内）
内容 国立科学博物館の恐竜博士と一緒に探る博物館の役割 講師 東京大学大学院理学系研究科地球惑星科学専攻准教授 對比地孝亘氏ほか 定員 40人（抽選）
往復ハガキ・FAX（記入例1～4を記入）で、2／9（必着）までに、生涯学習課生涯学習係（☎5722-9314、FAX3715-3099）へ

イラッとしたら、アンガーマネジメント～よりよい関係のために

日時 2／24～3／10の毎週水曜日18：45～20：45（3／10は18：30から。全3回）
会場 青少年プラザ 内容 怒りの感情と上手に付き合う方法 講師 一般社団法人アンガーマネジメントジャパン代表理事 佐藤恵子氏ほか 定員 20人（15～35歳を優先して抽選）
往復ハガキ・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35を記入）で、2／9（必着）までに、生涯学習課生涯学習係（☎5722-9314、FAX3715-3099）へ

入）で、2／14（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、FAX5721-8577）へ

初心者アーチェリー講習会

日時 2／24～3／28の毎週①水曜日18：45～20：45②日曜日10：00～12：00（各全5回）
会場 勤労福祉会館（目黒2-4-36 区民センター内） 対象 区内在住の勤労者・大学生、在勤者 定員 各8人（先着）費用 保険料500円、会場使用料1回200円
往復ハガキに、記入例1～4と年代を書いて、2／7（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

子育て支援協力会員登録・研修会

日時 2／26(金)、3／1(月)9：00～15：30（全2回）
会場 総合庁舎別館4階社会福祉協議会 内容 子どもの救命・応急手当てほか 定員 10人（先着）
往復ハガキに、記入例1～4を記入）で、消費生活センター（☎3711-1133、FAX3711-5297）へ

パソコン教室

講座名など 下表のとおり 会場 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） 定員 各7人（先着）
往復ハガキに、記入例1～4を記入）で、消費生活センター（☎3711-1133、FAX3711-5297）へ

講座名	日程	時間	費用
ウィンドウズステップアップ	2／15(月)～18(木)。全4回	①	教材費など13,100円
エクセル基礎	2／15(月)～19(金)。全5回	②	教材費など17,200円
エクセル応用	2／20～3／27の毎週土曜日。全6回	①	教材費など20,200円
ワード応用		②	

時間 ①9：30～12：30②13：30～16：30

筑駒アカデメイア「駒場将棋道場～将棋の世界を知ろう」

日時 3／27(土)13：00～16：00
内容 会議アプリZoom（ズーム）による将棋の歴史などの講義と対局サイト81道場を使った対局を実施 講師 日本将棋連盟プロ棋士七段 勝又清和氏ほか 定員 30人（区内在住・在勤・在学者を優先して抽選） 後援 目黒区教育委員会
往復ハガキに、記入例1～4と年代を書いて、2／7（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

めぐろパーシモンホール情報

◇フレッシュ名曲コンサート
～読響・原田慶太楼（指揮）・小井土文哉（ピアノ）

ライブ
配信

めぐろパーシモンホールでの演奏をライブ配信します。また、2／14まで動画を視聴できます。

日時 1／30(土)15：00開演
出演 読売日本交響楽団ほか
曲目 グリーグ「ピアノ協奏曲イ短調Op.16」ほか
料金 視聴料1,000円
チケット取り扱い TIGET（チケット）ホームページ（右コード）。発売中



◇バンクシア・トリオ

多彩な活動で注目を集める、日本ジャズ界期待のピアノトリオによるジャズライブです。

日時 3／21(日)16：00開演（15：30開場）
会場 めぐろパーシモンホール小ホール
出演 須川崇志（ベース）、林正樹（ピアノ）、石若駿（ドラム）
料金 全席指定3,500円。未就学児入場不可
チケット取り扱い ①～③。発売中

＜チケット取り扱い＞

- ①チケット専用電話（☎5701－2904、10：00～19：00）
 - ②チケットセンター窓口（10：00～19：00）
 - ③ホームページ（右コード。24時間受け付け）
- めぐろパーシモンホール 八雲1－1－1 区民キャンパス内



☎めぐろパーシモンホール事業課（☎5701－2913、FAX5701－2968）

オンラインで

参加費
無料

うちんち！ワークショップ

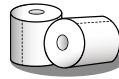
大人も子どもも身近な素材を使って遊び、離れていても、つながれるワークショップです。会議アプリZoom（ズーム）による、オンラインで実施します。

日程 3／21(日)
講師 & 4 + do（アンドフォープラスドゥ）
メグロアソビ冒険隊
対象 小学生以上 定員 各8組（先着）

ぐるぐる！トイレットペーパー

時間 10：30～11：30

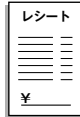
トイレットペーパーを全部引き出すと、どこまで長いのか不思議に思ったことはありませんか。巻いて、巻かれて、トイレットペーパーの秘密に迫ります。



おどろき！レシート

時間 13：00～14：00

普段何げなく手にするレシート。実はとても面白い素材です。レシートの驚きの特性を使って遊びます。



へんしん！新聞紙

時間 15：00～16：00

変幻自在の新聞紙を、とことん遊びつくします。



申し込み方法

2／23から、目黒区美術館ホームページ（右コード）で申し込み
※小学生は保護者と一緒に申し込んでください



☎目黒区美術館（☎3714－1201、FAX3715－9328）

人材を募集します

●特別支援教育支援員（登録制）

登録期間 4／1～4年3／31 業務場所 区立小・中学校 業務内容 特別な配慮を必要とする児童・生徒への学校教育全般の支援 謝礼 教員免許所有者＝1時間2,000円、免許なし＝1時間1,500円（いずれも交通費を含む） 採用方法 名簿登録後、登録者を学校に紹介し、面接のうえ採用 募集要項（総合庁舎本館5階教育支援課で配布。ホームページから印刷可）に添付の専用履歴書、免許状の写しを、2／5（必着）までに、

教育支援課特別支援教育係（☎5722－9322、FAX3715－6951）へ郵送

●学校図書館支援員（登録制）

登録期間 4／1～4年3／31 業務場所 区立小・中学校 業務内容 学校図書館の環境整備、読書活動の充実、保護者などの図書ボランティアに対する支援ほか 応募資格 司書・司書補・司書教諭の免許（取得見込みを含む）または活動に必要な知識・技能を有し、日本語で業務できるかた 謝礼 1時間1,500円（交通費を含む） 採用方法 名簿登録後、登録者を学校に紹介し、面接のうえ採用 履歴書と免許状の写し・取得見込

明書を、2／18（必着）までに、教育指導課指導事務係（☎5722－9312、FAX3715－6951）へ郵送

●補助的教員（登録制）

登録期間 4／1～4年3／31 業務場所 ①②区立小・中学校③区立小学校 業務内容 ①学習指導員＝小・中学校のチームティーチングを中心とした学習指導、中学校の放課後・土曜日の補習教室での学習指導 ②観察実験支援員＝小・中学校の観察・実験を中心とした理科授業の補助ほか③小1学級支援員（4～7月）＝小学1年生の学習・生活指導 応募資格 ①小・中学校教諭普通免許所有者②理科系教職経験者・大学

（院）生、研究機関・企業の研究職・技術職経験者ほか③幼稚園・小学校教諭普通免許所有者、保育士登録証所有者（①③は取得見込みを含む） 謝礼 ①③1時間2,000円②1時間1,500円（いずれも交通費を含む） 採用方法 名簿登録後、登録者を学校に紹介し、面接のうえ採用。詳細は募集要項（総合庁舎本館5階教育指導課で配布。ホームページから印刷可）をご覧ください 履歴書（希望業務内容①～③のいずれか〈複数登録可〉を記入）、免許状などの写し・取得見込明書を、2／8（必着）までに、教育指導課指導事務係（☎5722－9312、FAX3715－6951）へ郵送

サークル紹介

主に区内公共施設で活動している趣味のサークルで、営利性・政治性・宗教性のないものを紹介しています。入会・申し込みなどは当事者間で。区は関与しません。

掲載を希望するかたは所定の申込書に必要事項を記入し、郵送・FAXなどで広報課区報係へ。

掲載は先着順ですが、2～3カ月要する場合があります。

◆花ごよみ（フラワーアレンジメント）原則毎月1回(木)14：30～16：30、自

由が丘住区センターほかで。入会金なし、会費1回3,500円（花材代込み）。☎おさざぎ（☎6319－2843）

◆あまの絵画クラブ（水彩画）60歳以上の区内在住者対象。毎月第4（木）13：00～16：00、高齢者センターほかで。入会金なし、会費月額1,500円。☎くるす（☎5701－8158）

◆秋津書道会大岡山支苑 毎月第3（土）9：30～11：30、中根住区センターほかで。入会金なし、会費月額1,500円。☎斎藤（☎090－4175－3261）

◆目黒初心テニスクラブ（硬式テニス）毎週(水)または(土)9：00～11：00、碑文谷体育館庭球場ほかで。入会金なし、会費年額3,000円。コート代別途。☎小林（☎090－8584－6072）

◆表情筋トレーニング＆健康の話 毎月第3（木）14：00～16：00、区民センターで。入会金なし、会費月額1,500円。☎矢野（☎3713－2012）

ボランティア募集

☎めぐろボランティア・区民活動センター（☎3714－2534、FAX3714－2530）

◆公園内で雑木林の手入れや畑の収穫などを手伝う

日時 毎月第1・3（土）9：30～15：00 場所 駒場野公園自然観察舎（駒場2－19－70）

◆高齢者施設で囲碁・将棋の相手をする 日時 毎週(月)～(土)13：30～16：00で

都合のよい曜日・時間 場所 デイサービス夢楽西山（原町2－7－5）

◆ミニデイサービスで小物作りなどを手伝う

日時 毎月第2・4（金）10：00～11：30 場所 総合庁舎別館4階目黒区社会福祉協議会

◆ミニデイサービスで体操などのプログラムを手伝う

日時 毎週(月)～(水)13：00～15：00 場所 上目黒住区センター（祐天寺2－6－6）

◆ふれあいサロンで手芸・小物づくりなどを手伝う

日時 毎月第1～3（月）10：00～12：00 場所 自由が丘住区センター宮前分室（八雲3－22－15）



☎5320-4592（無休。24時間）
電話での相談が難しい場合は☎5388-1396



コロナ禍の芸術文化活動支援 パーシモンホールに ピアノの音色が 響きました

姉妹で演奏した

門脇さん家族

開放感、ピアノの響きが
本当に素晴らしかったです



家は電子ピアノのため、本物のピアノの音に触れられるレッスンが楽しみでしたが、コロナのためレッスンがオンラインになり、残念に思っていました。でも、災いが転じて、こんな貴重な機会をいただき、本当に感謝です。



▲姉妹仲良くピアノを弾き、思わず笑顔がこぼれます



家族で演奏した

瀬部さん家族

大ホールでピアノを弾きたい！が
かないました



親子3人で、ピアノを習っています。コロナ禍で発表会が中止になる中、長男が小学校の授業でパーシモンホールを見学し「あそこでピアノを弾いてみたい」と目を輝かせて帰ってきました。今回、その希望がかなって一生の思い出になりました。



▲一生懸命演奏し、すてきな音色を奏でる瀬部さん親子



目黒自然図鑑 ⑦⑤

地球のいのち、つないでいこう



ささえあう生命の輪 目黒区生物多様性

シジュウカラさんとガマ博士が語るみどりと生き物たち

区内の果物の木



シジュウカラ
さん



外はまだ寒いね、ガマ博士

そうじゃの。この時期はこたつでミカンを食べるに限るわい

ミカンおいしいよね。僕は甘い果物が大好きなんだ

区内の公園にはさまざまな果物の木があるぞ。南一丁目緑地公園にミカンの木、すずめのお宿緑地公園にユズの木、菅刈公園にカボスの木、目黒天空庭園にブドウの木などがあるんじゃ



そうなんだ。みんなも外に出て探してみよう

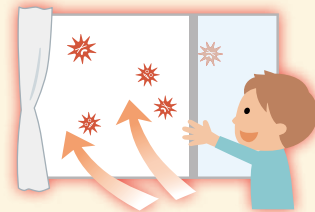
ガマ博士



生き物 情報募集中

ウグイスの初音、タンポポの開花、春先に観測できる昆虫などの情報をお寄せいただいたかたに、生き物情報をまとめた「自然通信員だより」をお送りします。ハガキ・FAX・Eメールに、住所、氏名、生き物の種名、観察場所、日付を書いて、みどり土木政策課みどりの係（〒153-8573目黒区役所〈住所不要〉、☎5722-9359、☎3792-2112、✉sizen@city.meguro.tokyo.jp）へ

感染症対策のため 寒い冬は工夫して 換気をしましょう



区生活衛生課環境衛生係（☎5722-9500、☎5722-9508）

新型コロナウイルスの家庭内感染を防ぐためには、手洗いなどはもちろん、換気も重要です。寒さによる不快感を減らし、体に負担をかけないために、室温に配慮して換気をしましょう。換気の方法はホームページ（右コード）をご覧ください。



寒い日の換気のポイント

室温18度以上を目安に窓と換気扇を上手に使うって換気しましょう

- 使っていない部屋の窓や給気口を開け、廊下を経由して換気する2段換気も、室温を維持するために有効です（右図参照）
- 空気の入りの口となる窓や給気口などの近くにストーブなどの暖房器具等を設置すると、冷たい空気が暖められます
- ▲カーテンなど燃えやすい物から距離をあげ、火災に十分注意しましょう

