

新型コロナウイルス ワクチンの情報



区では、5／6から高齢者へのワクチン接種を開始し、以降、段階的に接種を進めています。また、目黒区の住民基本台帳に記載されている、接種対象となるかたに、接種券を発送しました(今後12歳になるかたは誕生月の月末に発送)。現在、集団接種・個別接種の予約を受け付けています。今後も国から供給されるワクチンの状況に応じて、引き続き集団接種会場などの運営を行っていきます。

区の接種会場以外にも、自衛隊・防衛省や都が設置する大規模接種会場があります。詳細は、自衛隊・防衛省、都HPをご覧ください。

☎ 目黒区新型コロナワクチン接種コールセンター (☎0570-058-050、FAX5722-7048)

集団接種

区内の集団接種会場で接種を受けられます。予約は、コミュニケーションアプリLINE(ライン)または新型コロナワクチン接種コールセンターで受け付けます。

予約開始の状況

40～49歳のかたの予約を、7／27から開始しました。現在、40歳以上(事前申請をした基礎疾患があるかた、高齢者施設などの従事者を含む)のかたの予約を受け付けています。12～39歳のかたの予約は、決定次第、区HPやLINEなどでお知らせします。

LINEで予約するには

- ① 目黒区公式アカウントを友だち追加する(コード①)
- ② 予約する
目黒区公式アカウントのトーク画面内のメニューに沿って予約できます。予約方法の詳細は、区HP(コード②)をご覧ください。



①



②

LINE予約のいいところ

- 家族など、本人以外のアカウントからも予約することができます(本人の接種券番号と生年月日の入力が必要です)
- 24時間いつでも予約できます
- ワクチン接種の最新情報が届きます

個別接種

区内の診療所や病院で、新型コロナワクチンの個別接種を実施しています。実施医療機関など、詳細は区HP(コード③)をご覧ください。



③

ご注意ください

- ※ 新型コロナワクチン接種は本人の同意がある場合にのみ行います。費用は無料です
- ※ 1回目と2回目で異なる製薬会社のワクチンを接種することはできません
- ※ 集団接種と個別接種の二重予約はしないでください。重複して予約をした場合は、受けない方をキャンセルしてください

ワクチンロス防止バンクの取り組みを開始しています



④

ワクチンロス防止バンクとは、当日の予約キャンセルにより発生する残余ワクチンの接種を、事前に登録したかたに案内する取り組みです。登録者には、集団接種会場で残余ワクチンが発生した場合に、電話で連絡します。登録は、2週間に1度、区HP(コード④)の専用フォームで受け付けます。接種を確約するものではなく、接種日を指定できないなどの注意事項があります。ワクチンを有効に活用できるよう、皆様のご協力をお願いします。対象や注意事項など詳細は、区HP(コード④)をご覧ください。

目黒区の「みんなでまもる」空家等対策

お困りの空家ありませんか？

☎ 目黒区都市整備課空家対策調整係 (☎5722-8692、FAX5722-9239)

近年、全国的に空家が増加し、問題になっています。区は、平成30年度に空家等対策計画を策定し、さまざまな空家の問題の解決に向けた取り組みを進めています。「近所に、管理がされずに傷んでいる空家がある」「空家を所有しているが今後どうすればよいかわからない」など、空家に関する困りごとがあれば、まずはお問い合わせください。



空家の適正管理助成をご活用ください

区内にある空家周辺の生活環境を守るため、費用の一部を助成します(要件あり)。申し込み方法など、詳細は区HP(コード①)をご覧ください。



①

助成制度	対象	助成内容	期間など
管理委託	区内にある一戸建て空家の所有者または相続人(個人)	管理委託費の2分の1(1カ月2,000円まで)	申請月から継続した36カ月以内
樹木せん定		樹木のせん定費の2分の1(20,000円まで)	管理委託助成を受けている期間内に1回

東京都の空き家ワンストップ相談窓口

☎ 目黒区住宅政策本部 (☎5320-5148)



空家の相続・売却・リフォーム・管理などについて、法律、建築、不動産等の専門家に、無料で相談できます。詳細は、東京都空き家情報サイト(コード②)をご覧ください。

相談窓口	電話	受付時間
NPO法人空家・空地管理センター	☎0120-336-366	9:00～17:00(年末年始を除く)
株式会社ジェクトワン	☎0120-979-008	10:00～18:00(土・日曜日、祝・休日を除く)
東急株式会社	☎0120-057-109	10:00～19:00(年末年始を除く)
ネクスト・アイズ株式会社	☎0120-406-212	9:00～18:00(水曜日を除く)
ミサワホーム株式会社	☎0120-727-330	24時間受け付け

オンライン講演会

ひきこもりの現状と支援について
～8050問題から考える

関福祉総合課ふくしの相談係(☎5722-9064、FAX5722-9062)

80代の親が50代の子の生活を支え行き詰まる8050問題など、ひきこもりの長期化や高齢化などが明らかになっています。ひきこもりは誰にでも起こりうることで、決して特別なことではありません。20年以上にわたり、ひきこもり問題取材するジャーナリストを講師に迎え、ひきこもりの現状と課題、支援について考えます。

時9/3(金)14:00~16:00

内ジャーナリストの池上正樹氏(右写真)による講演、家族会「NPO法人楽の会リーラ」の紹介

対区内在住・在勤・在学のひきこもりに悩む本人や家族・支援者、関心のあるかた

定50人(先着)

申Eメールに、講座名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話を記入し、8/25までに、福祉総合課ふくしの相談係(✉sogo.kouza01@city.meguro.tokyo.jp)へ



撮影/平岩享

ひきこもりの相談窓口

福祉の総合相談窓口(福祉のコンシェルジュ)

どこに相談すればわからないときはこちらへ。面談または電話でお受けします。

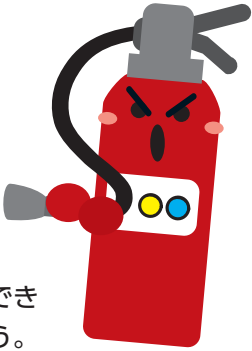
関福祉総合課ふくしの相談係(☎5722-9064)・くらしの相談係(☎5722-9370)。いずれも総合庁舎本館2階、FAX5722-9062

保健相談

保健師などが、相談をお受けします。まずは、電話でお問い合わせください。

関保健予防課保健相談係(☎5722-9504、FAX5722-9508)、碑文谷保健センター保健相談係(☎3711-6447、FAX5722-9330)

消火器の購入・
薬剤詰め替えなどの
あっせんをしています



関防災課(☎5723-8700、FAX5723-8725)

初期消火は、火災の被害を最小限に抑えることができます。いざというときのために消火器を備えましょう。

内容	種類	価格(税込み)
①購入	蓄圧式住宅用粉末ABC消火器・薬剤1.5kg(日本ドライケミカル株式会社製)	1本6,300円
②薬剤詰め替え※	粉末1~3.5kg、強化液2~3ℓ	2,400~6,000円(薬剤の種類と容量による)
③処分	リサイクルシールあり	1本1,000円
	リサイクルシールなし	1本1,500円

※詰め替え不可能な消火器があります。確認のうえ、お申し込みください

申し込み・配達方法

ハガキ・FAX・Eメールに、希望内容①~③のいずれか(複数可)を明記のうえ、①③は希望本数、②は薬剤の種類と容量(粉末=kgまたは液体=ℓ)、住所、氏名(ふりがな)、電話を書いて、防災課(〒152-0001中央町1-9-7、FAX5723-8725、✉meguro-bosai@city.meguro.tokyo.jp)へ。

申し込み受け付け後10日ほどで、区の腕章を着用した指定業者が事前連絡のうえ、申し込みハガキなどを持参して注文品をお届けします。品物と引き換えに、代金をお支払いください。

 区や消防署は、今回のあっせん以外に訪問販売は行っていません。不審な販売にご注意ください

介護予防リーダーになって
地域で活動しませんか！

シニア健康応援隊
メンバー養成講座

関介護保険課介護予防係(☎5722-9608、FAX5722-9716)

地域で交流を図り、楽しく社会参加することが、介護予防やフレイル(虚弱)・認知症の予防に効果があるといわれています。

仲間と一緒に、介護予防の取り組みを広げるリーダー(ボランティア)を養成する講座です。友達や町会・自治会などグループでの参加もできます。

- 時9/9~10/28(9/23を除く)の毎週木曜日
14:00~16:00(全7回)

場総合庁舎本館地下1階第15会議室ほか

内介護予防に関する知識、めぐろ手ぬぐい体操(下写真)、脳トレ、グループ活動の立ち上げ・運営方法

対講座終了後、地域の介護予防活動に取り組む意欲があり、医師から運動制限されていない区内在住者

定15人(先着)

申電話で、介護保険課介護予防係(☎5722-9608、FAX5722-9716)へ
- 

8月は道路ふれあい月間

関土木管理課土木監察係
(☎5722-9426、FAX5722-9636)



8月10日は「道の日」

3年度道路ふれあい月間
推進標語最優秀賞

ゆずりあい 道路で示す 日本の美

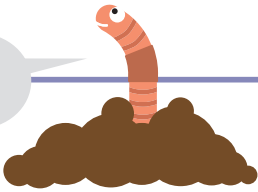
道路を常に広く、美しく、安全に利用することを目的に、8月10日を道の日、8月を道路ふれあい月間としています。

道路にはみ出た商品や看板などは迷惑になるだけでなく、法律に違反する行為で、緊急・災害時には避難や救出活動の大きな妨げとなります。また、道路に張り出した庭木や生け垣が標識を覆い隠す、車に接触するなどの苦情も後を絶ちません。看板等の敷地内の設置や、定期的な庭木等のせん定など、適切な管理をお願いします。

ルールを守り、安心して通行できる道路環境を心掛けましょう。



堆肥を作ってみませんか



野菜くずなどを堆肥にする環境学習施設が、駒場野公園にあります(右下写真)。家庭から出た野菜くずや果物の皮などを機械で発酵させ、堆肥にする過程を体験することで、環境について学ぶことができます。夏休みの自由研究としても活用できます。申し込み方法など、詳細はお問い合わせください。

- 時毎月第4水曜日
9:00~11:30

場駒場野公園
(駒場2-19-70)
- 

関環境保全課環境計画係
(☎5722-9357、FAX5722-9401)

夏休みは なにしよう!?

コロナ禍だって、夏休みを楽しまなくちゃもったいない。
感染に気を付けながら、自分で作ったり、体験したりして夏
休みを楽しもう!

作って遊ぼう

家で工作

キュービックパズル

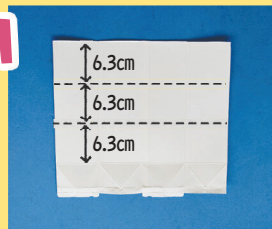
牛乳パックがあれば、簡単に作ることが
できるパズルゲーム。頭の体操にもなる
ので、子どもも大人も楽しめます。



- 材料**
- ・牛乳パック(1ℓ) ・油性ペン
 - ・セロハンテープ ・ハサミ
 - ・定規 ・えんぴつ

作り方

1



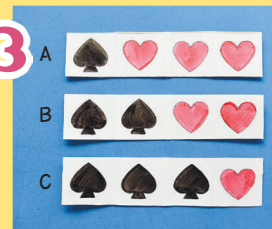
牛乳パックを開いて6.3cm
幅に線を引く

2



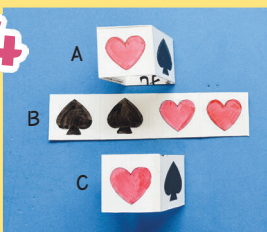
好きな絵を描こう/
2種類の図柄を写真と同じ
位置に描く

3



3つ(A・B・C)に切り分け
る

4



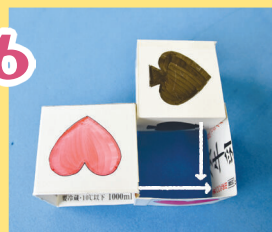
AとCを図柄が見えるよう
に両端を貼り合わせ、輪
にする

5



Bに、AとCを通してから、
両端を貼り合わせる

6



3つの輪をスライドさせて
箱型にする



▲児童館職員

遊び方

6つの面が全部同じ図柄
になるように考えながら
3つの輪を回転させて、
箱に組み立てる

児童館で工作

夏休みならではの楽しい工作を企画しています。小学生だけでなく、小さいお子さんでも作ることができる工作もあり
ます。ぜひ、親子で遊びに来てください。

児童館★	日程	受付時間	内容(対象年齢など)
①駒場	8/10(火) ～15(日)	10:15～11:15、 13:15～16:00	科学実験工作スーパーボールを作 ろう(小学生以上)
②東山	8/3(火) ～7(土)	10:15～11:30、 13:15～16:30	缶バッジを作ろう(3歳以上)
③烏森住区 センター	8/17(火) ～21(土)	10:15～11:45、 13:15～16:45	ステンシルでオリジナルグッズを作 ろう(小学生以上)
④中目黒住区 センター	8/5(木) ～7(土)	10:15～11:30、 13:15～16:30	木の写真立てを作ろう(小学生以 上)
⑤区民 センター	8/12(木) ～15(日)	10:00～11:30、 13:00～16:30	ボンボンマスコット作り(小学生 以上)
⑥不動	8/3(火) ～6(金)	10:00～11:00、 13:00～16:00	キャンドルを作ろう(小学生以上)
⑦油面住区 センター	8/18(水) ～21(土)	10:15～11:15、 13:15～16:15	オリジナルうちわを作ろう(3歳 以上)
⑧上目黒住区 センター	8/18(水)・ 19(木)	①10:00から ②11:00から ③13:15から ④14:15から ⑤15:15から ⑥16:15から	しぼり染めのマイバックを作ろう (4歳以上。各10人)

児童館★	日程	受付時間	内容(対象年齢など)
⑨五本木住区 センター	8/11(水) ～13(金)	10:00～11:00、 13:30～17:00	風鈴を作ろう(小学生以上)
⑩中央町	8/3(火) ～5(木)	①14:30から ②15:00から ③15:30から ④16:00から	クルクルレインボー(小学生各4 人。事前予約制) ※回すと形が変わるおもちゃ
⑪向原住区 センター	8/14(土)・ 15(日)	10:00～11:00、 13:15～16:00	プラバンでキーホルダーを作ろう (小学生以上。事前予約制)
⑫原町住区 センター	8/12(木) ～15(日)	10:15～11:00、 13:15～16:00	アイロンビーズ工作(3歳以上)
⑬緑が丘	8/12(木) ～14(土)	10:15～11:30、 13:15～16:15	ペットボトルで水族館を作ろう (3歳以上)
	8/25(水) ～27(金)	13:15～16:15	たたみの小物入れを作ろう(3歳 以上)
⑭八雲住区 センター	8/12(木) ～21(土)	①10:00～11:00 ②13:30～15:30	紙すきハガキを作ろう(①4歳以 上②小学生以上)
⑮平町	8/3(火) ～6(金)	①10:30～11:00 ②14:30～16:30	くるくるシャボン玉作り(①3歳 以上の未就学児②小学生以上)



児童館
からの
お願い

- けが防止のため、足元はサンダルではなく必ず靴で来てください
- 未就学児は保護者同伴をお願いします
- 入場制限や時間入れ替え制を行っているので、事前にお問い合わせください
- 来館の際は、必ずマスクを着用してください

★児童館の所在地・問い合わせ

①駒場(駒場2-7-5、☎3460-0453・FAX3460-1916) ②東山(東山3-24-2、☎3791-4613・FAX3791-4618) ③烏森住区センター(上目黒3-44-2、☎3719-0903・FAX3719-0978) ④中目黒住区センター(中目黒2-10-13 中目黒スクエア内、☎5721-8578・FAX5721-8568) ⑤区民センター(目黒2-4-36、☎3711-1839・FAX3711-6226) ⑥不動(下目黒5-18-4、☎3714-4144・FAX3714-4159) ⑦油面住区センター(中町1-6-23、☎3713-1809・FAX3713-1956) ⑧上目黒住区センター(祐天寺2-6-6、☎3793-1103・FAX3793-1165) ⑨五本木住区センター(中央町2-17-2、☎3792-9130・FAX3792-9159) ⑩中央町(中央町2-32-5 スマイルプラザ中央町内、☎3714-6300・FAX3714-6301) ⑪向原住区センター(目黒本町5-22-11、☎3794-5841・FAX3794-5823) ⑫原町住区センター(南1-8-9、☎3724-8088・FAX3724-0666) ⑬緑が丘(緑が丘2-7-20 緑が丘コミュニティセンター別館内、☎3718-1182・FAX3723-2013) ⑭八雲住区センター(八雲1-10-5、☎3718-0841・FAX3725-9417) ⑮平町(平町1-5-3、☎3723-3750・FAX3723-3752)

児童館の工作・平和祈念事業は感
染状況により、中止・変更になる
場合があります。事前にお問い合
わせください

料理をしよう

子どもだけで作るときは大人に許可をもらい、火や包丁に気をつけよう

自分で作ってみよう！

夏休みワンプレートランチ

タコライス

材料(2人分)

- ・ごはん(2人分)
- ・にんにく(1／2かけ)
- ・玉ネギ(40g)
- ・豚ひき肉(70g)
- ・レタス(4～5枚)
- ・ミニトマト(6個)
- ・チーズ(好きなだけ)
- ★トマトケチャップ(大さじ1)
- ★ウスターソース(小さじ1と1／2)
- ★しょうゆ(小さじ1／2)
- ★こしょう・塩(少々)

作り方

- ①にんにくはすりおろし、玉ネギはみじん切りにする
- ②フライパンに油を入れ、にんにく、玉ネギ、豚ひき肉の順に炒める
- ③②に★を加えて味を付ける
- ④レタスは太めの千切り、ミニトマトは4等分に切る
- ⑤ごはんの上に、レタス、③、ミニトマト、チーズをのせる

疲労回復効果のあるビタミンB1がたっぷりの豚肉を使った、夏バテ解消にぴったりのレシピです

チリパウダーやチリソースを加えてもOK



ラッシー

材料(2人分)

- ・プレーンヨーグルト(200g)
- ・牛乳(200ml)
- ・砂糖(大さじ2)
- ・レモン汁(小さじ2)

材料を混ぜ合わせるだけでOK。夏休みも牛乳や乳製品で、しっかりカルシウムをとりましょう

トマトと卵のスープ

材料(2人分)

- ・玉ネギ(30g)
- ・ミニトマト(6個)
- ・卵(1個)
- ・水(300ml)
- ・コンソメスープの素(1～2個)
- ・塩(少々)

いろいろな野菜などを使って、自分なりのアレンジも

作り方

- ①鍋で湯を沸かし、スープの素を入れる
- ②玉ネギは薄切り、ミニトマトは半分に切る
- ③①に②を加えて、ひと煮立ちさせる
- ④溶き卵を流し入れてひと煮立ちさせ、塩で味をととのえる



平和について考えよう

児童館の平和祈念事業

悲惨な戦争が再び起こることのないよう命の大切さを考える機会をつくっています。

児童館★	日時※	内容
①駒場	8／4(水)まで	千羽鶴作り(鶴を折り、折り鶴の意味や平和について考える)
	8／4(水) 15：00～16：00	平和を大切にする会(絵本の読み聞かせやお話を通して、平和について考える)
②東山	8／24(火)まで (8／8・9・22を除く)	平和について考えよう(平和図書や写真の設置。千羽鶴作りを通して、命の大切さや平和について考える)
④中目黒住区センター	8／4(水)まで	千羽鶴作り・平和図書コーナー(平和を願って鶴を折り、平和の石に届ける。平和図書の展示)
	8／4(水) 14：30～15：30	平和を大切に思う会(みんなで平和について考える)
⑤区民センター	8／5(木)まで	千羽鶴作り(平和を願って鶴を折り、平和の鐘に献納する)
⑦油面住区センター	8／15(日)まで	千羽鶴作り・平和図書コーナー(平和を願って鶴を折る。絵本やお話を通して、平和について考える)
⑧上目黒住区センター	8／5(木) 15：15～16：00	平和祈念のつどい(平和図書の読み聞かせほか)
	8／15(日)まで	千羽鶴作り・平和図書コーナー(平和を願って鶴を折る。絵本を通して、平和について考える)
⑨五本木住区センター	8／10(火)まで	千羽鶴作り(平和を願って鶴を折り、広島に献納する)
⑩中央町	8／1(日)～24(火)の 9：00～17：30	平和図書コーナー(絵本を通して、平和について考える)
	8／4(水) ①14：00～14：30 ②15：00～15：30	平和を考える読み聞かせの会(本の読み聞かせを通して、平和について考える)
	8／4(水)まで	千羽鶴作り・平和図書コーナー(平和を願って鶴を折り、円融寺に献納する。本を通して、平和について考える)
⑫原町住区センター	8／5(木) 14：30～16：00	平和祈念映画会(映画鑑賞と地域のかたの戦争体験話を通して、平和について考える)
⑬緑が丘	8／6(金) 14：00～15：00	平和の大切さを知る会(本の読み聞かせを通して、平和について話し合う)
⑭八雲住区センター	8／11(水)まで	千羽鶴作り(平和を願って鶴を折り、常圓寺に献納する)
⑮平町	8／16(月)～18(水) 10：00～11：50、 14：00～17：45	世界を笑顔でいっぱいにしよう(笑顔のイラストを描いて世界地図に貼る)

※表記のないものは9：00～18：00(土・日曜日は17：00まで)
★児童館の所在地・問い合わせ先は6面をご覧ください

平和のための写真展

総務課総務係

(☎5722-9205、☎5722-9409)

戦争の記憶が薄れつつある今、平和の尊さ・大切さを未来へつなげていくために、毎年8月に戦争の悲惨さを伝える写真を展示しています。

平和のための写真・資料展

東京大空襲写真のほか、元年度平和の特派員体験報告、3年度平和祈念標語優秀賞を展示します。

時8／3(火)～16(月)8：30～17：00

場総合庁舎本館1階西口ロビー

地区巡回写真展「広島・長崎被爆写真展」

日程など	会場
8／1(日)～11(水)	八雲住区センター(八雲1-10-5)
8／11(水)～18(水)	碑文谷体育館(碑文谷6-12-43)
8／14(土)～24(火)	東山社会教育館(東山3-24-2)
8／20(金)～31(火)。 最終日は12：00まで	目黒本町社会教育館(目黒本町2-1-20)

原爆の日・終戦記念日に黙とうを

広島原爆の日 8／6(金)8：15

長崎原爆の日 8／9(休)11：02

終戦記念日 8／15(日)12：00

※例年8／6に実施している平和祈念のつどいは、感染症対策のため中止します(平和の石のつどいは関係者のみで実施)