



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

- 対象者は原則区内在住・在勤・在学者
- 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  
・1申し込みにつき、1人まで
- 申込先に所在地がない場合  
〒153-8573  
目黒区役所(住所不要)  
〇〇〇〇課(申込先の宛先)

9月20～26日は動物愛護週間

動物愛護週間は、動物の愛護と適正な飼育についての理解と関心を深める週間です。身近な命の大切さや、動物との関わり方について考えるきっかけにしましょう。

- 最期まで責任をもって飼いましょう  
飼い主には、ペットがその命を終えるまで適切に飼養する、終生飼養の責任があります。また、飼い主に不測の事態があった場合の預かり先を用意しておくことも飼い主としての務めです。
- ペットを飼う前に  
世話をする体力・時間・お金はあるか、しつくと周囲への配慮ができるかなど、飼い主の責任をよく考えてからペットを迎えましょう。飼わない決断も、動物愛護としての大切な選択肢の一つです。

パネル・ポスター展示

協力団体によるパネルやポスターの展示を行います。  
時9月19日(木)～26日(木)9:00～17:00  
場総合庁舎本館1階西口ロビー

9月1日は防災の日

ペットも災害に備えましょう

災害が発生すると、ペットも被災します。大切なペットを守るために、日頃から十分な備えと対策をしておきましょう。詳細はペットとわたしの防災ハンドブック(コード⑤)をご覧ください。



関生活衛生課生活環境係(☎5722-9505、FAX5722-9367)

講演・講習

パソコン教室

講座名	日時	費用
インターネット・メール	9月9日(月)・10日(火)9:30～12:30(全2回)	受講料など7,700円
エクセル基礎	9月9日(月)～13日(金)13:30～16:30(全5回)	受講料など18,810円
季節のグリーディングカード(ハロウィン)	9月19日(木)・20日(金)9:30～12:30(全2回)	受講料など7,150円
デジカメ・スマホ画像編集と活用	9月19日(木)・20日(金)13:30～16:30(全2回)	受講料など7,700円

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

高齢者センター講習会  
「厚生中央病院健康講座  
～冬に流行する感染症対策」

時9月10日(火)14:00～15:00  
場高齢者センター(目黒1-25-26 田道ふれあい館内)。オンライン会議アプリZoomで参加可

師厚生中央病院感染管理認定看護師 佐々木圭子氏

対60歳以上の区内在住者。参加には高齢者センター利用登録が必要  
定50人(先着)

申9月2日から、電話で、高齢者センター(☎5721-2291)へ。窓口申し込み可

高齢者センター講習会  
「シニア向けパソコン基礎講座  
～エクセルを使って家計簿作成」

時9月17日(火)・18日(水)①10:00～12:00②13:30～15:30(各全2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)

対パソコンの文字入力ができる60歳以上の区内在住者。参加には高齢者センター利用登録が必要

定各10人(抽選)

¥教材費500円。USBメモリー(外付け記憶媒体)を持参(600円で販売あり)

申電話で、9月2～6日に、高齢者センター(目黒1-25-26 田道ふれあい館内、☎5721-2291)へ。窓口申し込み可

ハラスメント防止講座  
「教えてアルテシアさん!  
#アクティブバイスタンダーってなに?」(オンライン開催)

時9月21日(土)14:00～16:00  
場男女平等・共同参画センター(中目黒2-10-13 中目黒スクエア内)

内痴漢やセクハラなどの現場に居合わせた時できることを考える

師作家 アルテシア氏

定40人(抽選)  
申区(コード①)、電話、FAX(記入例①～④と年代、保育(1歳以上の未就学児=抽選4人)希望者は子どもの③⑤を記入)



で、9月10日までに、男女平等・共同参画センター(☎5721-8570、FAX5721-8574)へ

北部いきいきふれあいひろば  
「人生100年時代の健康シニアライフ～明日を元気に楽しむコツ」

時9月24日(火)14:00～16:00  
場北部地区サービス事務所(大橋1-5-1 クロスエアタワー内)

内老いを受け入れながら住み慣れたまちで暮らすコツ、地域活動の紹介

師ロココクリニック中目黒医師 瀬田宏哉氏

定40人(先着)  
申9月2日から、電話、FAX(記入例①～④を記入)で、目黒区社会福祉協議会(☎5708-5792、FAX3711-4954)へ

健康な100歳を目指すあなたに!  
フレイルチェック会

時9月25日(水)14:00～16:00  
場高齢者センター(目黒1-25-26 田道ふれあい館内)

内質問票や測定機器によるフレイル(虚弱)の測定と予防のポイント

対おおむね65歳以上の区内在住者  
定20人(先着)

申9月2日から、電話で、介護保険課介護予防係(☎5722-9608、FAX5722-9716)へ

消費生活講座  
「楽しく体験!消費者被害防止スマホ安全教室」

時9月25日(水)13:30～15:30  
場鷹番住区センター(鷹番3-17-20)

内インターネットトラブルの事例・対処法、スマートフォンの安全な利用方法のポイント

師一般社団法人消費生活総合サポートセンター派遣講師 増茂智子氏

定10人(抽選)

申区(コード②)、電話、FAX(記入例①～④を記入)で、9月11日までに、消費生活センター(☎3711-1133、FAX3711-5297)へ



ワークライフバランス講座  
「一人一人が幸せを感じられる社会～従業員エンゲージメントとウェルビーイングの関係性について」

時9月28日(土)①14:00～15:00②15:00～16:00

場男女平等・共同参画センター(中目黒2-10-13 中目黒スクエア内)

師エミネットグループ株式会社代表取締役社長 CEO 小野塚恵美氏

定各40人(抽選)



申区(コード③)、電話、FAX(記入例①～④と年代、保育(1歳以上の未就学児=抽選4人)希望者は子どもの③⑤を記入)で、9月17日までに、男女平等・共同参画センター(☎5721-8570、FAX5721-8574)へ

消費者力アップ講座  
「鍛えよう、消費者力～4つの知識」(動画配信)

時10月1日(火)10:00～10月21日(月)23:59

内契約の基礎知識ほか。8・9月に実施の対面講座を録画配信

師一般財団法人日本消費者協会派遣講師 大野木美紀氏ほか

定40人(先着)

申9月2日から、区(コード④)で申し込み  
関消費生活センター(☎3711-1133)



初心者アーチェリー講習会

時①10月2～30日の毎週水曜日18:30～20:30②10月6日～11月3日の毎週日曜日10:00～12:00(各全5回)

場勤労福祉会館(目黒2-4-36 区民センター内)

対区内在住の勤労者・大学生、在勤者  
定各16人(先着)

¥保険料500円、会場使用料1回200円

申9月3～29日に、中小企業センター・勤労福祉会館(☎3711-1135)の窓口へ(月曜日休館。9月16・23日は開館し、翌日休館)