

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

- 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)

講演・講習

女性しごと応援キャラバンin 目黒「50代からのキャリアデザイン」

時10月2日(水) ①セミナー=10:00~12:00 ②個別相談会=12:20~13:25のうち1人30分
場ホテル雅叙園東京(下目黒1-8-1)
内人生を長く楽しむための未来の設計図の描き方と就労支援
師キャリアコンサルタント 福士しょうこ氏
対就職希望の女性
定①100人②12人(各先着)
共催 目黒区
申9月17日から、区(コード①)、電話で、女性しごと応援キャラバン運営事務局(☎6734-1346)へ。保育(6カ月以上の未就学児)希望者は9月26日までに予約

認知症の人と家族を応援するボランティア養成講座

時10月3日(木)・10日(木) 14:00~16:00(全2回)
場総合庁舎本館地下1階第18会議室ほか
内ドラマセラピーを通して学ぶ実践の場での対応スキル
師劇団FKB88ほか
対認知症サポーター養成講座を受講した区内在住者
定15人(先着)
申区(コード②)、電話、FAX(記入例①~④、希望受講日を記入)で、9月17~30日に、福祉総合課認知症施策推進係(☎5722-9702、FAX5722-9062)へ

高齢者センター講習会「厚生中央病院健康講座~血糖値が高めの方へ」

時10月4日(金) 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)

師厚生中央病院管理栄養士 井上麻衣氏ほか
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)。会議アプリZoomによるオンライン参加も可
申9月19日から、電話で、高齢者センター(☎5721-2291)へ。窓口申し込み可

発達に課題のあるかたの家族向け勉強会・談話会「わが子ってどんな子?~子どもの未来を考える」

時10月5日(土) 9:30~11:45
場東山住区センター(東山2-24-30)
内講義、質疑応答、談話会
師NPO法人発達相談支援協会 Lagom代表 岡村矢恵子氏
定20人(先着)
申電話、Eメール(記入例①~④と参加者の続柄、Eメールアドレスを記入)で、9月17日~10月2日に、発達障害支援拠点ぽると(☎6412-7151、✉porto-moushikomi@outlook.jp)へ

健康長寿のための講座「お口と食の健康体操教室」

時10月9~30日の毎週水曜日 13:30~15:30(全4回)
場東山住区センター(東山2-24-30)
内オーラルフレイル(口の機能低下)予防につながる講話や口と全身の体操、栄養摂取のポイントほか
対医師から運動を制限されていない65歳以上の区内在住者
定20人(先着)
申9月17日から、電話で、介護保険課介護予防係(☎5722-9608、FAX5722-9716)へ

介護職員初任者研修

時10月12日~11月24日の毎週土・日曜日、祝日 9:20~17:10(初回のみ9:00から。全15回)
場株式会社ナイスケア(大岡山駅下車4分)
内介護職に必要な知識・技術を習得。詳細は区(コード③)をご覧ください

ださい

対高校生以上
定12人(先着)
¥受講料など95,810円(東京都福祉人材センター初任者研修等資格取得支援事業の登録者は無料)
申電話で、9月27日までに、株式会社ナイスケア(☎3748-8574)へ

特別支援教育講演会「特別な支援を必要とする児童・生徒への支援のあり方」

時10月14日(祝) 14:00~15:30
場総合庁舎本館2階大会議室
内講演会後、特別支援教育推進計画(第五次)素案を説明
師杉並区立済美養護学校主任教諭 川上康則氏
対小学校就学前~中学生の保護者ほか
定会場=150人、会議アプリWebex(ウェベックス)によるオンライン=200人(各先着)
申区(コード④)、電話で、9月17~30日に、教育支援課特別支援教育係(☎5722-9322)へ

消費生活講座「デジタル終活~デジタル遺品で自分や家族が困らないために」

時10月16日(水) 13:30~15:30
場消費生活センター(目黒2-4-36 区民センター内)
内デジタル遺品の整理整頓を行う意識と方法を学ぶ
師デジタル遺品を考える会代表 古田雄介氏(右写真)
定40人(先着)
申区(コード⑤)、電話、FAX(記入例①~④を記入)で、9月17日~10月13日に、消費生活センター(☎3711-1133、FAX3711-5297)へ

認知症サポーター養成講座

時10月17日(木) 14:00~15:30
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9階)
内認知症の基本的な知識と対応方法
定50人(先着)
申9月17日から、電話、FAX(記入例①③④を記入)で、北部包括支援センター(☎5428-6891、FAX3496-5215)へ

健康な100歳を目指すあなたに!フレイルチェック会

時10月17日(木) 14:00~16:00
場めぐろパーシモン(八雲1-1-1 区民キャンパス内)
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(コード⑥)
対おおむね65歳以上の区内在住者

定20人(先着)
申9月17日から、電話で、介護保険課介護予防係(☎5722-9608、FAX5722-9716)へ

国家資格取得支援講座「行政書士試験直前対策講座」

時10月19日(土)・26日(土) 13:00~16:50(全2回)
場中小企業センター(目黒2-4-36 区民センター内)
師ライフライセンス代表 小西秀一氏
対区内在住の勤労者、在勤者
定20人(先着)
¥受講料など12,000円(重要ポイント講座受講者は10,000円)
申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

スタイリストから学ぶファッションクリエイション!

時10月20日、11月10・17日、12月1日の日曜日 13:00~16:00(全4回)
場中央町社会教育館
師株式会社TEN10ディレクター 市野沢祐大氏
定15人(抽選)
対中学生~35歳
内ベースとなる洋服に布地で装飾しオリジナルアイテムを作る
¥教材費500円
申区(コード⑦)、電話、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③⑤⑥を記入)で、10月5日(必着)までに、中央町社会教育館(〒152-0001 中央町2-4-18、☎3713-4127、FAX3792-9202)へ

実践めぐろ創業塾(オンライン開催)

時10月23日~11月27日の毎週水曜日 19:00~21:30(全6回)
内講義やワークショップで創業に必要な知識を習得し、実践的ビジネスプランを作成。会議用アプリZoomを使用
師東京都中小企業診断士協会会員
対区内で創業を目指すかた、創業後5年未満のかた
定50人程度(抽選)
申区(コード⑧)で、9月20日~10月7日に、実践めぐろ創業塾事務局(産業経済・消費生活課中小企業振興係内、☎3711-1185)へ

子どもを救おう応急救護講習会

時10月26日(土) 9:30~11:30
場防災センター(中央町1-9-7)
内未就学児の応急手当ほか
師目黒消防署員ほか