

未就学児の保護者

定25人(先着)

申区(コード9)、電話で、9月17日~10月4日に、防災課(☎5723-8700)へ



ここから学ぶ! フレイル予防

時10月29日(火) 13:30~15:00 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9階)

内講話と筋力維持体操

師東都リハビリテーション学院 原田憲二氏

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30人(先着)

申9月17日から、電話で、北部包括支援センター(☎5428-6891、☎3496-5215)へ

初心者体験教室 「能と狂言~大いに楽しもう」

時11月13日~12月4日の毎週水曜日 14:00~16:00(全4回)

場区民センター社会教育館

内伝統芸能の能・狂言の解説と所作の実技体験

師狂言師 高野和憲氏ほか

対50歳以上のかたを優先

定20人(抽選)

申区(コード10)、電話、ハガキ・FAX(記入例1~4、年代、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8日(必着)までに、区民センター社会教育館(〒153-0063目黒2-4-36、☎3711-1137、☎3711-1168)へ



催し物

めぐろフレイル予防フェア

時9月30日(月) 10:00~12:00 場イオンスタイル碑文谷3・5階(碑文谷4-1-1)

内フレイル(虚弱)チェック、栄養の話、めぐろ手ぬぐい体操体験ほか 関国保年金課特定保健指導係(☎5722-9024)。希望者は当日会場へ

ポーランド国立民族合唱舞踊団 「シロンスク」公演

時10月8日(火) 19:00開演(18:30開場)

場区民センターホール(目黒2-4-36)

定300人(抽選)

共催 目黒区

申区(コード11)、ハガキ・FAX(記入例1~4、同伴人数(3人まで)を記入)で、9月24日(必着)までに、文化・交流課交流推進係(☎5722-9291、☎5722-9378)へ



油面エリアを巡るまち歩き

時10月12日(土) 10:00~13:00 中目黒駅集合

内目黒消防署、中目黒八幡神社、現代彫刻美術館などを巡る(徒歩約3.5km)

定30人(抽選)

¥保険料など700円(めぐろ観光まちづくり協会会員は300円)

申ハガキ・FAX・Eメールに、記入例1~5を書いて、9月30日(必着)までに、めぐろ観光まちづくり協会(〒153-0051上目黒2-1-3 中目黒GT内、☎5722-6850、☎5722-6891、☎me-guro@meguro-kanko.com)へ

東京音楽大学コンクール 優勝者コンサート

時10月12日(土) 17:00開演(16:15開場)

場TCMホール(上目黒1-9-1)

出演 5年度コンクール優勝者

¥全席指定1,000円、別途手数料385円(未就学児は入場不可)

チケット取り扱い 専用

場(コード12)

後援 目黒区

問演奏会お問い合わせ窓口(☎6379-3788)

<区内在住者無料招待>

定10人(先着)

申9月17~24日に、専用場(コード13)へ

問東京音楽大学(☎6455-2757)



創立70周年記念 目黒ユネスコ平和コンサート

時10月13日(日) 13:30開演(13:00開場)

場めぐろパーシモンホール小ホール(八雲1-1-1 区民キャンパス内)

出演 中島麻(バイオリン)ほか

¥全席自由2,000円(同伴小学生1人無料)、小学~高校生1,000円(未就学児は入場不可)

チケット取り扱い NPO法人目黒ユネスコ協会場(コード14)、めぐろパーシモンホールチケットセンター窓口。発売中

後援 目黒区

問NPO法人目黒ユネスコ協会(☎5725-6150)



区民ハイキング(初級登山) ~赤城連山の展望が楽しめる山

時10月20日(日)。6:30に目黒線目黒駅集合

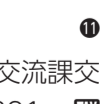
内群馬県赤城山の地蔵岳、小沼、覚満淵に登る

対4時間程度歩ける小学5年生~75歳程度(小学生は保護者同伴)

定40人(先着)

¥参加費9,000円(小・中学生4,500円)

後援 目黒区



申往復ハガキ・Eメールに、記入例1~6を書いて、9月16日~10月5日(必着)に、めぐろ山の会事務局(近藤〒152-0031中根1-12-20-203、☎kkon22@ozz.io.jp)へ

ローズポーク産地見学会とショッピング

時10月20日(日)。8:00にBMW目黒ショールーム前(柿の木坂1-16-11)集合。往復バス利用

内茨城県中央食肉公社などの見学

対20~80歳の区内在住・在勤者

定80人(抽選)

¥昼食代など1,500円

後援 目黒区

申往復ハガキに、記入例1~6を書いて、9月25日(必着)までに、東京都食肉事業協同組合目黒支部(市塚〒153-0052祐天寺1-22-4、☎3719-2558)へ

区内文化財めぐり

時10月26日(土) 9:30~12:00

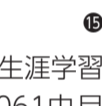
内総合庁舎、祐天寺など中目黒地域の歴史をたどる(徒歩約3km)

定30人(抽選)

¥保険料50円

申区(コード15)、ハガキ・FAX(記入例1と参加者全員(4人まで)の2~4を記入)で、

9月30日(必着)までに、生涯学習課文化財係(〒153-0061中目黒3-6-10 めぐる歴史資料館内、☎5722-9320、☎3715-1325)へ



スポーツ

五本木・碑小学校屋内プールの一般公開中止・臨時休場

五本木小学校屋内プールは10月7~10日、11月7日~12月2日の毎週月・木曜日15:30~18:20、碑小学校屋内プールは11月8日~12月13日の毎週金曜日12:30~15:30は、工事や水泳教室のため利用できません。

問スポーツ振興課スポーツ事業係(☎5722-9695)

スポルテ目黒特別教室 「ボディケア・ピラティス」

時10月28日~12月23日の毎週月曜日(11月4日を除く)①17:30~18:30②18:45~19:45(各全8回)

場碑文谷体育館

内体内から健康的に体質改善するエクササイズ

師NAGI PILATES Matworkインストラクター MOTOKO氏

対18歳以上

定各20人(抽選)

¥保険料など1回700円

申往復ハガキ・FAXに、記入例1~5を書いて、10月17日(必着)ま

で、碑文谷体育館(〒152-0003碑文谷6-12-43、☎3760-1941、☎3760-1943)へ

初級パラスポーツ指導員養成講習会

時11月2日(土)・4日(休)・9日(土)・10日(日) 9:30~17:00(全4回)

場八雲体育館(八雲1-1-1 区民キャンパス内)ほか

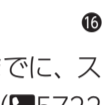
内障害者スポーツの講義と実技

対4月1日現在18歳以上で、初級パラスポーツ指導員の資格申請を行うかた

定20人(抽選)

¥資格申請費9,300円ほか

申区(コード16)、または申込書(体育館などで配布。区(コード16)から印刷可)を郵送・FAXで、10月4日(必着)までに、スポーツ振興課計画指導係(☎5722-9317、☎5722-9754)へ



初心者こども水泳教室

時11月7日~12月2日の毎週月・木曜日 16:15~17:30(全8回)

場五本木小学校屋内プール(五本木2-24-3)

師目黒区水泳連盟指導員

対前年度同教室を未受講で、25mを続けて泳げない小学生

定50人(抽選)

¥保険料400円

申区(コード17)で、9月15日~10月4日(必着)に、スポーツ振興課スポーツ事業係(☎5722-9695)へ



60歳からの初心者水泳教室

時11月8日~12月13日の毎週金曜日 13:30~15:00(全6回)

場碑小学校屋内プール(碑文谷1-18-14)

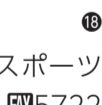
師目黒区水泳連盟指導員

対医師から運動を止められていない、25mを続けて泳げない60歳以上

定40人(抽選)

¥保険料300円

申区(コード18)、電話、ハガキ・FAX(記入例1~6を記入)で、9月15日~10月4日(必着)に、スポーツ振興課スポーツ事業係(☎5722-9695、☎5722-9754)へ



お知らせ

7年度に小学校入学を予定するお子さんの保護者へ

平成30年4月2日~31年4月1日生まれの子どもを対象に、就学時健康診断のお知らせを、9月中旬に発送します。9月下旬までに届かない場合は、お問い合わせください。

問学校運営課保健給食・健康係(☎5722-9306、☎5722-9333)