

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) ○○○○課(申込先の宛先)

講演・講習

パソコン教室

講座名	日時	費用
エクセル基礎	7年1月11日～2月8日の毎週土曜日9:30～12:30(全5回)	受講料など18,810円
	7年1月13日(祝)～17日(金)9:30～12:30(全5回)	
ワード基礎	7年1月11日～2月8日の毎週土曜日13:30～16:30(全5回)	
	7年1月13日(祝)～17日(金)13:30～16:30(全5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)

定各10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

めぐろ成年後見ネットワーク講演会「後見人やってみた」

時7年1月29日(水)14:00～16:00
場総合庁舎別館4階目黒区社会福祉協議会

内成年後見制度や後見業務について市民後見人と専門職後見人それぞれの立場から体験談を通して紹介
定20人(先着)

申電話、FAX・Eメール(記入例134)を記入)で、12月16日～1月28日に、権利擁護センター「めぐろ」(☎5768-3964、FAX5768-3965、✉kenri@meguroshakyo-i.net)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7年1月21日(火)13:30～15:30
場八雲住区センター(八雲1-10-5)

内インターネットトラブルの事例・

対処法ほか

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

定10人(抽選)

申区(コード①)、電話、FAX(記入例1～4)を記入)で、1月6日までに、消費生活センター(☎3711-1133、FAX3711-5297)へ



健康な100歳を目指すあなたに!フレイルチェック会

日時(7年)	会場	定員(先着)
①1月24日(金)	めぐろパーシモンホール(八雲1-1-1 区民キャンパス内)	10人
②1月27日(月)	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)	20人

時14:00～16:00

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
申12月16日から、電話で、介護保険課介護予防係(☎5722-9608、FAX5722-9716)へ



社会教育講座「ゆたかに育てよう!～幼児期の子どもの心とからだ」

時7年1月26日～2月9日の毎週日曜日10:00～12:00(全3回)

場東山社会教育館

内幼児期における自己肯定感の育成や姿勢づくり、食べることの大切さなどを学ぶ

師乳幼児自己肯定感アドバイザー ikumi氏ほか

定15人(幼児の保護者を優先して抽

選)
申区(コード②)、電話、ハガキ・FAX(記入例1～4と年代、幼児期の子育て中の有無、保育(2歳以上の未就学児=抽選12人)希望者は子どもの356を記入)で、1月10日(必着)までに、東山社会教育館(〒153-0043 東山3-24-2、☎3791-4611、FAX3791-4585)へ。窓口申し込み可



目黒ユネスコ文化講座「心の中に平和の砦を築くとは?～平和について身近なことから考えてみませんか」

時7年1月26日(日)14:00～16:00
場中目黒GTプラザホール(上目黒2-1-3)

師元日本ユネスコ協会連盟事務局長 川上千春氏

定80人(先着)

主催 目黒区教育委員会

申区(コード③)、FAX(記入例1～4と同伴者の3(1人まで)を記入)で、12月16日～1月20日に、NPO法人目黒ユネスコ協会(☎5725-6150、FAX5725-6160)へ



若年性認知症講演会「若年性認知症の当事者に学ぶ～ひと足先に認知症になった、わたしからのメッセージ」

時7年1月28日(火)13:30～15:00
場総合庁舎本館2階大会議室

師とうきょう認知症希望大使 さとうみき氏ほか

定50人(先着)

申区(コード④)、電話、FAX(記入例134、手話通訳希望者はその旨を記入)で、12月16日～1月20日に、福祉総合課認知症施策推進係(☎5722-9702、FAX5722-9062)へ



消費生活講座「国産大豆で味噌仕込み」

時①7年1月31日(金)②2月2日(日)③3月1日(土)12:30～15:30
場区民センター社会教育館(目黒2-4-36)

内大豆畑トラストで生産された大豆で味噌を仕込む



師目黒区消費者グループ連絡会会員

対中学生以上
定各20人(未受講者を優先して抽選)

¥材料費など610円程度
申区(コード⑤)、電話、FAX(記入例1～4、希望日程①～③のいずれか、保育(1歳以上の未就学児=先着各5人程度)希望者は子どもの35を記入)で、12月27日(必着)までに、消費生



活センター(☎3711-1133、FAX3711-5297)へ



催し物

子ども無料ゆず湯

時12月21日頃

の営業時間内。公衆浴場で実施日が異なるため、各浴場に確認してください



場公衆浴場組合目黒支部 加盟公衆浴場の8カ所(コード⑥)

対区内在住の小学生以下 後援 目黒区 目黒文化浴泉(☎3792-4126)



冬越しの生きものさがし

時7年1月12日(日)10:00～11:30。荒天時は1月26日に延期

場駒場野公園

内昆虫を中心に、公園で生きものを探し観察する

対3歳以上(小学生以下は保護者同伴)

定10人(抽選)

申往復ハガキに、記入例1～5、保護者の3を書いて、12月26日(必着)までに、道路公園課公園活動支援係へ

場花とみどりの学習館(☎5721-0871)



▲カマキリの卵

スポーツ

屋内プールの一般公開中止

〈区民センター屋内プール〉

7年1月12日(日)9:00～18:00は、記録会のため利用できません。

〈碑小学校屋内プール〉

7年2月14日～3月14日の毎月・金曜日15:30～18:30は、水泳教室のため利用できません。

場スポーツ振興課スポーツ事業係(☎5722-9695)