

さくら咲き 心地よいまち ずっとめぐろ

# MEGURO

めぐろ区報

7 | 1 令和7年(2025年)  
NO.2212



寄り添う人、  
支える人がいる。



## Main Contents

- |       |                      |      |                      |
|-------|----------------------|------|----------------------|
| p.2・3 | 特集 保護司の活動と社会を明るくする運動 | p.6  | 夏本番!救急車の適正利用にご協力ください |
| p.4   | 健康保険証に代わる資格確認書などの発送  | p.12 | 原っぱにすむいきもの情報大募集      |







目黒区保護司会会長  
堀江久教さん

地元のかたの推薦で保護司としての活動をスタート。保護司の活動は26年目。

「犯罪や非行に至った人が罪を反省し、立ち直ろうとする。そんな時に寄り添い、社会復帰を助けるのが保護司の仕事です」。そう語る区の保護司会会長、堀江さんに地域における保護司の役割や、7月が強調月間である「社会を明るくする運動」についてお聞きしました。

☎ 健康福祉計画課地域福祉推進係 ☎ 5722-9836、FAX 5722-9347

## 1 保護司の活動とは

### 犯罪や非行に至った人の立ち直りを、支える。

非常勤の国家公務員とされている保護司ですが、給与は支給されません。ですから、民間のボランティアですね。そんな保護司の仕事は、大きく二つあります。一つは**処遇活動**といって、保護観察を受けている対象者と月2回ほど面談をして助言や指導を行う仕事。もう一つは**地域活動**。これが**社会を明るくする運動**です。対象者が地元に戻ってきた時に温かく受け入れてもらえるよう、広報や啓発運動を通して地域住民の理解を促すのが目的です。スムーズな社会復帰がかなうよう、対象者と地域、両方に向き合う日々を送っています。

## 2 社会を明るくする運動とは

### 立ち直りを、地域の力で支える。

かつては保護司と対象者1対1で更生を目指していましたが、今は**地域と連携しながら犯罪や非行の予防活動**することが重視されています。そのために全国的に進められているのが、社会を明るくする運動です。過ちを犯した人も、更生すれば社会に戻ってくる。その際に一緒に暮らしていく地域住民の理解を深めておかなければ、いつかまた問題が起きて、安全・安心が崩れてしまいます。更生に向けて努力している人の未来を信じて寄り添うだけでなく、社会に戻った時に**安心して暮らせる土台作り**をすることも我々の大切な仕事です。

#### 保護司の役割・活動

保護司とは、犯罪や非行をした人の立ち直りを地域で支える民間ボランティア



犯罪や非行をした人に立ち直りのための指導・助言を行う



地域住民に立ち直し支援への理解・協力を求める

#### 社会を明るくする運動

犯罪や非行をした人たちの更生について理解を深め、安全で安心な社会を築くために行われる全国的な運動です。強調月間である7月、あなたも社会を明るくする運動に参加してみたいかがでしょうか。

幸福(しあわせ)の黄色い羽根がシンボルマーク



## 3 保護司と区の間わり

### 再犯を防ぎ、地域の「安全・安心」を支える。

今、特に力を入れているのは地域活動。対話集会や総合庁舎でのお茶会、区内イベントへの参加など、多くの活動に取り組んでいます。「保護司の顔を知ってもらうだけでなく、更生に向けて努力している人たちの存在にも目を向けてもらえたら」。そんな思いで続けています。対象者の中には頼れる人や居場所がなく、孤立から再犯に至る人もいます。そうした「**生きづらさ**」に耳を傾け、**社会との接点をつくる**のが保護司の役目です。個人を支えると同時に、地域とつなぐ。その両方の働きかけが再犯防止に大きく寄与し、地域の安全にもつながると感じています。

#### 一元玉募金運動



昭和52年、区の保護司たちの間で「年間を通してできることはないか」と発案されたこの取り組み。更生援助金として役立たせるため、引き出しの中などに忘れがちな一元玉を集めようと区民に呼びかけたのが始まりです。令和6年度は625,314円が集まりました。募金は更生保護法人東京都更生保護協会へ寄付され、事業支援に活用されます。

#### フットサル教室



未来を担う子どもたちの健全育成を図るため、目黒区サッカー協会の協力を得て開催しています。

#### 駅頭・街頭広報活動



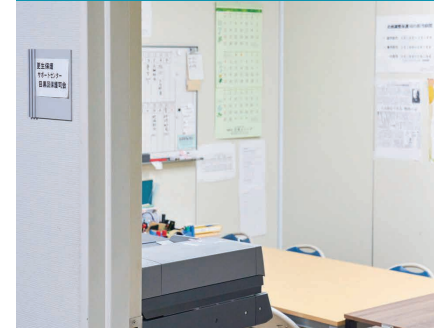
駅前などでポケットティッシュや救急ばんそうこうなどを配布して、活動の趣旨を呼びかけます。

#### 立ち直りを阻む生きづらさ



こうした生きづらさに寄り添う存在として保護司が求められている

#### 更生保護サポートセンター



更生保護の活動拠点として、保護司会が運営する施設。総合庁舎本館6階にあり、対象者との面談にも使用されています。

#### 小・中学校保護者等との対話集会

小・中学生の子どもを持つ保護者などが集まり、子どもの非行問題などについて意見交換を行います。

#### ミニ集会

区内小・中学校や町会・自治会で、薬物乱用防止などの講演を実施。子どもたちが明るい未来を歩むための手助けをしています。

## 共に支える私たちの思い

#### 目黒区保護司会で活動するかたの声

### 更生保護サポートセンターを気軽に立ち寄れる場所に

更生保護サポートセンター(右上参照)の存在や、そこでの保護司の活動を広く知ってもらうために、パンフレットを作って呼びかけを行っています。「サポートセンターの保護司に、ちょっと相談してみよう」。地域のかたがそんな風に思える場所になってほしいです。



相談役  
山本弘美さん

### 対話により、犯罪のない明るい社会づくりを

社会を明るくする運動の対話集会とフットサル教室を担当しています。今年の対話集会のお相手は、高齢者の訪問や見守り活動を通して地域に深い理解がある民生委員・児童委員のかたがた。知恵を出し合い、一緒に「住みよい目黒」をつくりたいです。



地域活動部長  
小杉一嘉さん

### 温かく、優しい地域づくりに貢献したい

保護司会の業務を円滑に進めるために、他部署への連絡や調整をするのが私の仕事です。保護司の活動は7年目。寄り添う意識を持ちながら、日々活動をしています。この仕事を通じて、支援の輪が自然と広まるような地域づくりに貢献できればと思います。



総務部長  
森山尚直さん

## みんなで「社会を明るく」！

### 区民の皆さんが参加できること

社会を明るくする運動への参加に特別な資格は必要ありません。今日からできることもあるので、ぜひ実践してみてください。

理解を深め見守る

SNSをフォロー・拡散

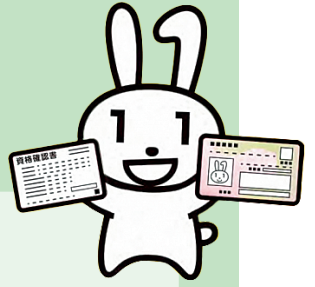
活動を応援する

社会を明るくする運動について >>





## 健康保険証に代わる資格確認書などの発送



法改正により令和6年12月2日以降、健康保険証が新たに発行されなくなり、マイナ保険証を基本とする仕組みに移行しました。

これに伴い、国民健康保険または後期高齢者医療制度に加入しているかたに、資格確認書または資格情報のお知らせ(資格情報通知書)をお送りします。

健康保険証の有効期限が切れた後は、マイナ保険証または資格確認書を使って医療機関などを受診してください。

### 国民健康保険に加入しているかた

いずれかを7月11日に発送します。

マイナ保険証を持っていないかた→資格確認書

マイナ保険証を持っているかた →資格情報のお知らせ

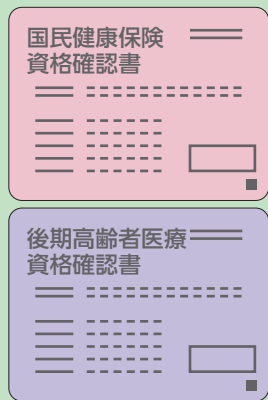
マイナ保険証を持っていて配慮が必要なかたには、申請により資格確認書を交付します。申請については区Webをご覧ください。



### 後期高齢者医療制度に加入しているかた

マイナ保険証の保有の有無にかかわらず、全てのかたに資格確認書を7月15日に発送します。

#### 資格確認書(カード)



加入者の健康保険情報が記載されたカードです。資格確認書のみで医療機関などの受診ができます。国民健康保険はサーモン色、後期高齢者医療制度は藤色です。

#### 資格情報のお知らせ(A4紙)



医療機関などのカードリーダーが使えない時にマイナ保険証と一緒に提示するためのものです。資格情報のお知らせのみでは医療機関などの受診はできません。

### マイナンバーカードの健康保険証利用登録の方法

マイナンバーカードを健康保険証として使うためには、初回のみ登録が必要です。マイナ保険証を利用すると、手続きなしで高額医療の限度額を超えた支払いが免除されるなどのメリットがあります。



登録方法はこちら>>>

### マイナ保険証の登録状況の確認

マイナンバーカードをお持ちのかたの健康保険証の利用登録状況は、マイナポータルで確認できます。



マイナポータルはこちら>>>



### マイナンバーカードの健康保険証利用を詳しく知りたいかたは

#### 厚生労働省Web

マイナンバーカードの健康保険証利用について



マイナンバー総合フリーダイヤル  
(☎0120-95-0178)

受付時間 9:30~20:00(土・日曜日、祝・休日は17:30まで)

国民健康保険は国保年金課資格賦課係(☎5722-9810、FAX5722-9339)、後期高齢者医療制度は国保年金課後期高齢者医療係(☎5722-9838、FAX5722-9339)

### お知らせ



## 自転車の交通違反に反則金が科されます

自転車に対する交通反則通告制度(「青切符」による取り締まりを行う反則金制度)が、令和8年4月1日から施行されます。取り締まりの対象年齢は16歳以上です。



#### 青切符とは

比較的軽微な交通違反をした時に警察官から渡される交通反則告知書です。青い紙であることから、青切符と呼ばれます。反則金を納めなかった場合、刑事処分の対象になることがあります。

#### 〈主な交通違反と反則金〉

● 携帯電話使用などのながら運転 (12,000円)



● 信号無視(6,000円)

● 車道の逆走、歩道通行<sup>(※)</sup>(6,000円)

● 一時不停止(5,000円)

● 傘差し、イヤホン運転 (5,000円)



※歩道通行可の標識がある場合や、交通状況上車道の通行が危険な場合などは除く

自転車も車の仲間だよ。お出掛けの際は、交通ルールを守って安全に走行しよう!



区交通安全キャラクター「トラフィ」

土木管理課交通安全係(☎5722-9442、FAX5722-9636)、目黒警察署(☎3710-0110、FAX3710-0120)、碑文谷警察署(☎3794-0110、FAX3794-0900)




お知らせ

## 介護保険料決定通知書の送付(65歳以上)



6月に今年度の住民税などが確定したことに伴い、保険料額を記載した介護保険料決定通知書を7月9日から順次発送予定です。  
詳細は決定通知書や同封のリーフレット「やさしい介護保険料」をご覧ください。

### 納付方法

特別徴収(年金から天引き)と普通徴収(納付書または口座振替での納付)があります。決定通知書でご確認ください。  
普通徴収(納付書)のかたで、口座振替を希望される場合はお問い合わせください。区  から口座振替の申し込みが可能です。



☎ 介護保険課介護保険資格・保険料係 (☎ 5722-9845、FAX 5722-9716)



お知らせ

## 介護保険の利用者負担額軽減制度



介護保険には、要件を満たすと利用料などを減額できる3つの制度があります。減額には申請が必要です。減額が認定されたかたには認定証を発行し、申請月の初日から減額します。

### ① 居宅サービス等利用者負担額軽減制度(区独自の制度)

介護保険の居宅サービス利用者負担額を軽減します。

☒ 訪問入浴介護、訪問看護、訪問リハビリテーション、通所リハビリテーション、短期入所生活介護(ショートステイ)、短期入所療養介護(医療型ショートステイ)、認知症対応型通所介護、小規模多機能型居宅介護(以上は介護予防を含む)、訪問介護、通所介護、定期巡回・随時対応型訪問介護看護、夜間対応型訪問介護、看護小規模多機能型居宅介護、地域密着型通所介護、介護予防・日常生活支援総合事業の予防給付相当サービス・区独自基準サービス

減額割合 2分の1

要件 次の全ての要件を満たすかた(生活保護受給者を除く)

- ① 住民税非課税世帯で、本人の合計所得金額が0円または、公的年金等控除・給与所得控除後の合計所得金額が10万円以内
- ② 本人が税法上の被扶養者である場合は、扶養者が住民税非課税
- ③ 同住所地に居住する兄弟姉妹・直系血族(子、孫など)が住民税非課税

### ② 介護保険負担限度額認定

対象サービスの食費と居住費(滞在費)の自己負担額を減額します。

☒ 介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)、介護老人保健施設、介護医療院、短期入所生活介護(ショートステイ)、短期入所療養介護(医療型ショートステイ)

減額割合 金額は認定条件により異なる

要件 住民税非課税世帯で次の全ての要件を満たすかた

- ① 住民票を別にしている配偶者(事実婚も含む)がいる場合、そのかたも住民税非課税
- ② 預貯金などの額が一定額以下(年金など所得により異なる)

### ③ 社会福祉法人などの利用者負担軽減制度

特別養護老人ホーム(実施していない施設あり)入所者の利用者負担額・食費・居住費を減額します。

☒ 特別養護老人ホーム

減額割合 4分の1(生活保護受給者は個室の居住費のみ全額減額)

要件 対象サービス利用者のうち、次の全ての要件を満たすかた

- ① 年間収入が単身世帯で150万円以下(世帯員が1人増えるごとに50万円を加算)
- ② 預貯金などの額が単身世帯で350万円以下(世帯員が1人増えるごとに100万円を加算)
- ③ 日常生活に使う資産以外に活用する資産がない
- ④ 負担能力のある親族などに扶養されていない
- ⑤ 介護保険料を滞納していない
- ⑥ 介護保険負担限度額認定を受けている

☎ 介護保険課介護保険給付係 (☎ 5722-9847、FAX 5722-9716)



お知らせ

## 障害があるかたへの手当



いずれも所得制限があります。申請方法などはお問い合わせください。

### 心身障害者福祉手当(区)

対象	支給額	支給制限	所得制限(※3)
65歳未満(※1)で、次の①～③のいずれかのかた ①身体障害者手帳1・2級、脳性まひ、進行性筋萎縮症、愛の手帳1～3度 ②身体障害者手帳3級、愛の手帳4度 ③国または都の指定する特殊疾病(難病)(※2)	①月額 15,500円 ②月額 10,000円 ③月額 13,000円	施設入所者、児童育成手当(障害手当)を受給している保護者	3,604,000円 本人(20歳未満の場合は保護者)

- ※1 65歳以前に身体障害者手帳などの交付を受け、所得制限などで受給申請できなかったかたや、心身障害者福祉手当の受給資格喪失後に支給制限事由がなくなったかたは、65歳以上でも対象
- ※2 国・都指定の難病の医療受給者証、または医療券が交付されている
- ※3 所得制限額は扶養人数が0人の場合。扶養人数により加算あり

### 重度心身障害者手当(都)

対象	支給額	支給制限	所得制限(※3)
65歳未満で、常時複雑な介護を要する、次の①～③いずれかのかた(都が判定) ①重度の知的障害があり、著しい精神症状などのため、常時複雑な配慮が必要 ②重度の知的障害と重度の身体障害が重複 ③両上肢・両下肢の機能が失われ、かつ座っていることが困難	月額 60,000円	施設入所者、3カ月を超えて入院しているかた	3,604,000円 本人(20歳未満の場合は扶養義務者)

### 特別障害者手当(国)

対象	支給額	支給制限	所得制限(※3)
20歳以上で、日常生活において常時特別の介護を必要とする、おおむね①または②のかた ①身体障害者手帳1、2級程度、愛の手帳1、2度程度の重度の障害がある ②①と同等の疾病・重い精神障害がある(専用の診断書で判定、診断書料は自己負担)	月額 29,590円	施設入所者、3カ月を超えて入院しているかた	3,604,000円 (本人)かつ 6,287,000円 (配偶者・扶養義務者)

### 障害児福祉手当(国)

対象	支給額	支給制限	所得制限(※3)
20歳未満で、重度の障害を有するため、日常生活において常時介護を必要とする、おおむね①または②のかた ①身体障害者手帳1級(一部2級を含む)、愛の手帳1度(一部2度を含む)程度の障害がある ②①と同等の疾病・重い精神障害がある(専用の診断書で判定、診断書料は自己負担)	月額 16,100円	施設入所者、障害年金受給者	3,604,000円 (本人)かつ 6,287,000円 (配偶者・扶養義務者)

☎ 障害者支援課支援サービス係 (☎ 5722-9846、FAX 3715-4424)





講座・催し

## めぐろキッズパークで 遊んで学ぼう！



区と企業、大学が連携し、子どもたちに学びのきっかけを届ける体験型イベント「めぐろキッズパーク」を開催します。親子で楽しめるブースも多数あり、「好き」や「知りたい」気持ちが芽生えるイベントです。

時 7月13日(日) 10:00～14:00(入退場自由)

対 小学生(保護者同伴も可)

場 大会議室、A会議室(総合庁舎本館2階)

### 参加・協力企業、団体と実施予定内容

たくさんのブースを回ると、プレゼントがあります。

参加企業・団体	コンテンツ
東京大学	カエルを見て・触り、iPS細胞を観察して、体ができる仕組みを探ろう
大塚製薬株式会社	お絵描きで食事チェック!栄養バランスを学ぼう!
東邦大学	知っていますか?新しいタイプの食物アレルギー
第一生命保険株式会社	すごろくで人生体験!親子で楽しく学ぶお金の知識
北野生涯教育振興会	仕組みを知ると倍楽しい!映像おもちゃで遊ぼう
イオン株式会社	キッズビューティー体験と水墨画ライブパフォーマンス
目黒区	衣類回収プロジェクトのボックス設置など

協力(チラシ作成など) 明治安田生命保険相互会社

※イベント内容は、都合により変更となる可能性があります

問 企画経営課(☎ 5722-9106、FAX 5722-6134)



お知らせ

## 賢く省エネ、 減らそう再配達



今年も厳しい暑さが続く夏。賢い電気の使い方を実践し、CO<sub>2</sub>(二酸化炭素)排出量の削減を目指しましょう。

### 夏の省エネ、賢く快適に



#### エアコン

- 室内の冷やしすぎに注意し、無理のない範囲で室温を上げましょう
- 扇風機を併用しましょう。体に風が当たると涼しく感じます
- フィルターを定期的に清掃しましょう
- 日中はすだれ、カーテンなどで窓からの日差しを和らげましょう



#### 冷蔵庫(食品の傷みにはご注意ください)

- 冷蔵庫の冷やしすぎを避け(温度設定を強から中へ)、扉を開ける時間を減らし、食品を詰め込みすぎないようにしましょう

#### 温水洗浄便座

- 便座暖房はオフ、洗浄温水は低めに設定しましょう

### 宅配便の受け取りは1回で!

### 再配達の削減はCO<sub>2</sub>削減にもつながります



- 時間指定サービスを利用して、受け取り可能な日時に配達を依頼しましょう
- 宅配ボックスや提携しているコンビニエンスストアなど、自宅以外での受け取り方法を活用しましょう
- 事業者によっては、配達予定日を通知してくれる、メール・アプリサービスなどもあります

問 環境保全課温暖化対策係(☎ 5722-9034、FAX 5722-9401)



お知らせ

## 日常生活自立支援事業を ご存じですか



目黒区社会福祉協議会  
キャラクター  
「てってちゃん」

「福祉サービスを利用したいけれど手続きが分からない」「銀行でお金を下ろすのが難しくなった」「通帳をどこにしまったか忘れてしまう」。そんなお困り事はありませんか。

日常生活自立支援事業は、福祉サービスの利用や日常的な金銭管理のお手伝いをするサービスです。

対 認知症や知的障害、精神障害などにより判断能力が十分でないが、契約締結能力があるかた

※加齢や身体障害、難病などにより支援が必要なかたには、身体障害者等福祉サービス利用援助事業として同様のサービスを実施しています

サービス	内容	利用料
福祉サービスの利用援助(基本サービス)	福祉サービスの利用・解約、利用料の支払いに関する手続き、行政に関する手続きや書類整理の手伝い	1時間1,500円 ※別途料金がかかる場合あり
日常的な金銭管理サービス(オプション)	日常生活に必要な預金の払い戻し、公共料金、医療費、家賃などの支払い手続きの同行、代行	
書類等の預かりサービス(オプション)	通帳、年金証書、権利証などを金融機関の貸金庫で保管	1ヵ月1,000円

※オプションサービスのみの利用はできません

※契約までに専門員が何度か訪問し、利用意思や生活状況を確認します

問 権利擁護センター「めぐろ」(☎ 5768-3964、FAX 5768-3965)



お知らせ

## 夏本番!救急車の 適正利用にご協力ください



救急車は限りある資源です。適切な利用にご協力ください。一人一人の理解と協力が地域の命を守ります。



### 7・8月は救急車の利用が増えます

気温が上昇する7・8月は救急需要がひっ迫します。区内の救急出場件数を比較すると、令和6年4月の1,253件に対し、7月は1,606件と増加しており、その差は約1.3倍です。区内の救急隊では足りず、区外からの出動が増えるため、救急車の到着が遅れてしまうことがあります。

### 熱中症にご注意を

熱中症になると、気温や湿度が高い環境下で体温調節がうまくできず、目まいやだるさなどの症状が起こり、最悪の場合死に至ることもあります。特に高齢になると、体内の水分が減少するため、小まめな水分補給やエアコン・扇風機などの使用を心がけましょう。

### 救急車を呼ぶか迷ったら「#7119」を!

迷った時は、東京消防庁救急相談センター「#7119」をご利用ください。また、東京消防庁ウェブサイト「救急受診ガイド」で緊急性や受診の必要性の有無のアドバイスを受けることができます。救急車を本当に必要なかたへ届けるために、各種サービスをご利用ください。

問 目黒消防署(☎ 3710-0119、FAX 3794-4196)



講座・催し

## 二十歳のつどいを開催します

令和7年度に20歳となるかたを対象に、二十歳のつどいを開催します。  
詳細は、区Webまたは12月上旬(予定)に送付する招待状をご覧ください。

時 令和8年1月12日(祝) 13:00～14:30

場 めぐろパーシモンホール 対 平成17年4月2日～18年4月1日生まれの区内在住者



一緒に、二十歳のつどいを  
つくりませんか

### 二十歳の ことば発表者と企画委員 を募集します

①②共通

申 7月25日

までに、区Web



#### ①二十歳のことば発表者

20歳になった感想・決意などを、式典で発表していただきます。発表者には、ギフトカード1,500円分をプレゼントします。

対 令和7年度に20歳になるかた

定 2人(選考)

#### ②二十歳のつどい企画委員

式典の企画を検討する、企画委員を募集します。参加者には、会議参加1回につき、ギフトカード1,000円分をプレゼントします。

時 8月から式典当日まで(月1回程度)

内 招待状作成、バックパネルのデザイン、会場の展示物(飲食など)の検討、当日配布用のプログラムの作成など

対 高校生相当年齢～25歳 定 10人程度(抽選)



問 子ども若者課子ども若者施策推進係(☎5722-8723、FAX 5722-9328)



## 目黒区美術館

Meguro Museum of Art, Tokyo

### ○△□えほんのせかい + 目黒区美術館トイコレクション 同時開催 クルト・ネフ生誕99年



目黒区美術館ではデザインに優れ、手で考えることができるトイコレクションを所蔵しています。積む、並べる楽しさに注目した絵本とともに、トイコレクションを展示し、乳幼児期からの「遊ぶ」行為の重要性を考えます。

また同時に、スイスのトイメーカー、ネフ社の創作者であるクルト・ネフ氏の功績やネフ社の貴重なトイを紹介します。

時 7月5日(土)～8月24日(日)

10:00～18:00(入館は17:30まで)

休館日 月曜日。7月21日・8月11日は開館し、翌日休館

¥ 一般900(700)円、高校生・大学生・65歳以上700(550)円、中学生以下無料

※( )内は20人以上の団体料金

※障害のあるかたと付き添い者1人は無料

〈区民割引〉区内在住・在勤・在学が分かるものを提示すると団体料金で入場できます(他の割引と併用不可)



▲「まるさんかくぞう」及川賢治・竹内繭子(作・絵)、2008年、文溪堂

#### 関連イベント 希望者は当日会場へ

##### ①トイプレイコーナー

時 展覧会会期中の10:00～17:00(混雑時は制限あり)

内 トイコレクションで遊べるコーナーの開設

##### ②トークイベント ネフ社のトイ

時 7月19日(土) 14:00～15:30

師 ライター 小柳帝氏

対 高校生以上

定 50人(先着)

##### ③大人ののための美術カフェ

時 7月21日(祝) 14:00～15:00

内 目黒区美術館学芸員が展覧会の見どころを語る

定 20人(先着)

##### ④ニキティキ西川涼さんと 一緒にギャラリーツアー

時 8月2日(土) 14:00～15:00

師 (株)アトリエニキティキ代表

西川涼氏

定 20人(先着)

### 目黒区美術館ワークショップ夏 ○△□えほんとトイ



#### (1) ○△□であそぼう! いっしょに楽しむ 絵本づくり

図形や色で遊びながら丸などの形を切り貼りして絵本を作るワークショップです。

時 7月27日(日)

① 10:30～12:00

② 14:00～15:30

師 ミュージアム・エデュケーター 清瀬ゆり亜氏

定 各6組(1組2人まで。抽選)。未就学児は保護者同伴

¥ 材料費など1組1,500円

#### (2) つむつむ 段ボールひみつきち

段ボールを積んで、秘密基地を部屋いっぱいにするワークショップです。

時 8月3日(日)・9日(土)

10:30～16:00(全2回)

師 メグロアソビ冒険隊

対 小学生以上 定 20人(抽選)

¥ 材料費など1,000円

#### (3) ストックスピール をつくろう

当館収蔵のトイの作家と木の棒を組み合わせてトイをデザインします。

時 8月16日(土) 10:30～17:00

師 デザイナー 飛山裕幸氏

対 中学生以上 定 20人(抽選)

¥ 材料費など1,500円

#### (1)(2)(3)の申し込み方法

申 (1)6月28日～7月7日(2)7月12日～22日(3)7月26日～8月4日に、目黒区美術館Web/ハガキ(希望講座(1)～(3)、(1)は希望時間、郵便番号・住所、参加者全員の氏名〈ふりがな〉、電話、Eメールアドレス、高校生以下は学年・年齢)。当選者のみに通知を発送

#### (4) うちんち!ぺちゃくちゃミュージアム・ インスタライブ

オンライン(Instagramライブ機能)で開館前の美術館を中継し、展覧会を鑑賞するギャラリーツアーです。

時 7月26日(土) 9:30～10:00

師 メグロアソビ冒険隊、目黒区美術館学芸員

場 問 先 目黒区美術館(〒153-0063目黒2-4-36区民センター内、☎3714-1201、FAX 3715-9328)






## 掲載情報へ申し込む際の注意事項


- 対象は原則区内在住・在勤・在学者
- 記事に特に記載がない場合  
・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)  
〇〇課(申込先の宛先)

申し込みの記載がないイベント記事は、当日会場へ  
区または教育委員会が主催・共催・後援のイベントなどを掲載しています  
二次元コードのある記事の詳細は、ウェブサイトをご覧ください



めぐろ  
イベントカレンダー

区内のイベント情報を  
区Webに掲載しています。



## 講座・催し

### シルバー人材センター

#### パソコン教室

講座名	日時(全5回)	費用
エクセル 基礎	7月5日～8月2日の 毎週土曜日 9:30～12:30	受講料 など 18,810円
	7月14日(月)～ 18日(金) 9:30～12:30	
ワード 基礎	7月5日～8月2日の 毎週土曜日 13:30～16:30	
	7月7日(月)～ 11日(金) 9:30～12:30	

場シルバー人材センターパソコン  
教室(下目黒住区センター内)  
定各7人(先着)  
申電話  
先目黒区シルバー人材センター  
パソコン教室  
(☎FAX 共通6420-0235)

### 映画俳優が語る 60歳からの脳と心のトリセツ

時7月18日(金)14:00～16:00  
場めぐろパーシモンホール小ホール  
師俳優  
大島葉子氏  
対60歳以上の  
区内在住者  
定150人(先着)  
申7月16日まで  
に、専用Web  
問目黒区シルバー  
人材センター  
(☎3793-0181)



### 目黒川クリーンアップ大作戦

時7月11日(金)9:45～11:00  
場合流点遊び場(上目黒1-24)など  
内地域のかたやボランティアで目黒  
川の付近を清掃  
問目黒川上中流の会  
(☎3719-1791)、

## 申し込みの記入例

- ① タイトル(希望回・日時)
- ② 郵便番号・住所
- ③ 氏名(ふりがな)
- ④ 電話・FAX番号
- ⑤ 年齢(学生は学校名と学年)

目黒川を豊かな生活環  
境にする会  
(☎3711-5019)



### ひきこもり学習会

時7月20日(日)14:00～16:30  
場目黒区社会福祉協議会  
(総合庁舎別館4階)  
内元当事者に聞く、私がつかんだ変  
化のきっかけ。茶話会あり  
師NPO法人心澄 平田涼氏など  
対ひきこもり当事者や家族など  
定①会場30人  
②オンライン30人(各先着)  
申7月2日～17日に、区Web/電話  
/FAX(記入例①～④と参加方法  
①または②、茶話会参加の有無)  
先目黒区社会福祉協議会  
(☎5708-5792、  
FAX 3711-4954)



### 高齢者センター

①コレステロールが高めのかたの  
健康講座  
時7月15日(火)14:00～15:00  
内血管老化を防ぐ食事  
師厚生中央病院栄養科長管理栄養士  
石川剛氏  
定55人(先着)  
②Androidスマートフォン講習会  
時7月18日(金)・19日(土)  
①10:00～12:00  
②13:30～15:30  
内初心者向けAndroidスマート  
フォンの基本操作。講習会用のス  
martフォン使用  
師NPO法人竹箒の会  
定各10人(抽選)  
①②共通  
場高齢者センター

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  
申7月2日から(②は7月7日まで)、  
電話/窓口  
先高齢者センター(☎5721-2291)

### お手軽コンポストを つくってみよう!

時7月21日(祝)9:30～11:00  
場花とみどりの学習館  
内微生物の力で家庭から出た生ゴ  
ミを循環させる、ミニコンポスト  
の制作  
対小学生以上(小学生は保護者同伴)  
定8人(抽選)  
¥材料費500円  
申7月1日～13日に、区Web  
問道路公園課公園活動  
支援係  
(☎5722-9242)



### ドレメ・キッズスクール

時7月24日(木)10:00～15:00  
場ドレスメーカー学院(品川区上大  
崎4-6-19)  
内①フレアパンツ②ハーフパンツの制作  
対小学5・6年生  
定20人(先着)  
申7月10日(消印有効)までに、ハガ  
キ(記入例①～⑤、保護者の③、  
希望作品①または②)  
先(一財)ドレスメーカー服飾教育  
振興会(〒141-0021品川区上大  
崎4-6-19、☎3491-8656)

### DIY子ども工作教室 便利イスをつくろう!

時7月26日(土)①10:00～10:40  
②11:00～11:40  
場目黒区エコプラザ  
内木工のくぎ打ち体験  
師東京土建目黒支部・目黒建設業  
人材育成支援センター  
対小学生と保護者  
定各10組(子ども2人まで、抽選)  
¥参加費子ども1人200円  
申7月10日までに、区Web  
問目黒区エコプラザ  
(☎5721-2300)



### 出張!さんきゅーパパプロジェクト

時7月26日(土)14:00～16:00  
場大会議室(総合庁舎本館2階)  
内父親の産休・育休取得方法、子ど  
もとの接し方、絵本の読み聞かせ  
など  
師NPO法人ファザーリング・ジャパン  
副代表理事 池田浩久氏  
定20人(先着)  
対妊婦のパートナー、0歳児の父親  
申7月2日から、区Web/電話/FAX(記  
入例①～④と年代、保育<1歳以  
上の未就学児=先着4人>希望者  
は子どもの③⑤)。保育希望者は7  
月14日までに予約

先人権政策課男女平等セン  
ター係(☎5721-8570、  
FAX 5721-8574)



### 子どものための日本舞踊教室

時<練習>8月2日～10月11日(8月30日  
を除く)の毎週土曜日9:50～11:50  
<リハーサル>10月18日(土)  
<発表会>10月19日(日)はめぐろ  
パーシモンホール大ホール(全12回)  
場中目黒GTプラザホールなど  
師舞踊家 花柳奈卯女氏など  
対小学1～4年生  
定15人(抽選)  
¥保険料など5,000円  
申7月1日～15日に、区Web/FAX/ハ  
ガキ(記入例①～⑤)とEメールア  
ドレス、性別、保護者の③)  
先文化・交流課文化・観光係  
(☎5722-9553、  
FAX 5722-9378)



### ゆかたから始める和装着付け

時7月26日～8月9日の毎週土曜日  
16:00～18:00(全3回)  
場緑が丘文化会館  
内浴衣や着物の正しい着付けを学  
び、個性ある和装に挑戦  
師着付け師 石森由氏  
対15～35歳で、浴衣または着物を  
持っている着付け初心者  
定15人(抽選)  
申7月10日までに、区Web/電話/FAX/  
ハガキ(記入例①～④と年代、保育  
<2歳以上の未就学児=抽選2人>希  
望者は子どもの③⑤)/窓口  
先緑が丘文化会館(〒152-0034緑  
が丘2-14-23、  
☎3723-8741、  
FAX 3723-2187)



### マンドリンでリラクゼーション

時8月2日～30日・9月6日～10月4日  
の隔週土曜日9:45～11:45(全6回)  
場東山社会教育館  
内マンドリンの弾き方を基本から学  
び、課題曲を練習。マンドリン持参  
(4,000円で貸し出しあり)  
師マンドリン指揮者 諸井美津江氏  
定15人(抽選)  
申7月20日までに、区Web/電話/FAX/  
ハガキ(記入例①～④と年代、マン  
ドリン借用希望の有無、保育<2歳  
以上の未就学児=抽選2人>希望者  
は子どもの③⑤と性別)/窓口  
先東山社会教育館(〒153-0043東  
山3-24-2、  
☎3791-4611、  
FAX 3791-4585)



### 東京都子育て支援員研修

内保育や子育て支援の分野で従事  
する上で必要な知識や技能など  
を取得する養成研修  
コース ①地域保育②地域子育て支援



③放課後児童④社会的養護

☎ 7月1日～15日(消印有効)に、区Web/申込書を郵送(簡易書留)  
問 ①(公財)東京都福祉保健財団(☎3344-8533)  
②③(株)東京リーガルマインド(☎5913-6225)  
④(株)ポピンズプロフェッショナル(☎3447-2181)



### 介護職員初任者研修

時 ①8月30日～12月6日の毎週土曜日②8月31日～12月7日の毎週日曜日9:20～17:10(各15回。初回のみ9:00から)  
場 株式会社ナイスケア(大田区北千束3-17-17)  
内 介護職に必要な知識・技術を取得  
対 高校生以上  
定 各12人(先着)  
¥ 受講料など95,810円(東京都福祉人材センター「資格取得支援事業」にて求職登録者は無料)  
申 8月15日まで。詳細はお問い合わせください  
問 ナイスケア研修事業部(☎3748-8574)



### デジタル一眼レフカメラ講座

時 9月5日(金)・6日(土)。1泊2日。渋谷駅周辺に集合  
内 伊香保(群馬県)周辺を撮影し、中目黒GTで作品展を開催。デジタル一眼レフカメラ持参  
師 日本大学芸術学部准教授 穴吹有希氏  
対 区内在住・在勤者  
定 20人(抽選)  
¥ 宿泊費など3万円(宿泊は男女別相部屋)  
申 7月22日までに、ハガキ/Eメール(記入例①～⑤と性別)  
先 (公財)北野生涯教育振興会(〒153-0053五本木1-12-16、☎3711-1111、✉info@kitanozaidan.or.jp)

## お知らせ

### 会議を公開します

会議名	日時・会場
①廃棄物減量等推進審議会	8月1日(金)13:30～15:30 第18会議室 (総合庁舎本館地下1階)
問 清掃リサイクル課計画普及係(☎5722-9883、FAX5722-9573)	
②住宅政策審議会	8月7日(木)13:30～15:00 特別会議室 (総合庁舎本館4階)
問 住宅課居住支援係(☎5722-9878、FAX5722-9325)	

※ 傍聴希望者は当日会場へ  
※ 手話通訳希望者は、7月18日までに予約

### 目黒川水位警報機の吹鳴テスト

台風や集中豪雨に備え、目黒川沿いに設置している水位警報機からサイレンなどを鳴らします。  
時 7月2日(水)10:00～10:05。雨天時は7月3日(木)に実施  
問 道路公園課補修調整係(☎5722-9775)

### 物価高騰支援給付金の申請期限は7月31日

令和6年12月13日時点で、住民税非課税または均等割のみ課税の世帯に、3万円と子ども加算(18歳以下1人当たり2万円)を支給します。  
申請期限 7月31日(消印有効)  
問 臨時給付金課(☎0120-239-077)



### 国民健康保険限度額適用認定証の更新時期

現在交付している国民健康保険限度額適用認定証などの有効期限は、7月31日です。8月1日以降も引き続き必要な場合は、区Webから申請いただくか、お問い合わせください。なお、マイナ保険証を利用すれば、認定証などの更新手続きは不要です。  
問 国保年金課給付係(☎5722-9811)



### 手話劇「シンデレラ」出演者募集

内 9月7日(日)にパーシモンホール小ホールで公演予定の手話劇「シンデレラ」に子役として出演  
対 小学生  
定 12人(オーディションを実施)  
申 7月1日～27日に、区Web  
問 障害者支援課身体障害者相談係(☎5722-9850)



### 目黒区民まつり 出店・出演団体募集

10月12日(日)開催の目黒区民まつりに、出店・出演する団体を募集します。  
対 区内で活動する団体(抽選)  
申 7月15日までに、区Web/募集要項(総合庁舎本館1階文化・交流課で配布。区Webから印刷可)に添付の参加企画書をFAX・郵送  
先 文化・交流課交流推進係

## シルバーパスの更新時期です

シルバーパスは都内に住民登録している70歳以上のかたが対象です。



### 現在お持ちのシルバーパスの有効期限は9月30日です

10月以降も引き続き利用するかたは、東京バス協会から7月1日に発送される更新手続のご案内を確認の上、手続きをしてください。

### 1,000円で更新するかたへ

申請の際、令和7年度の所得確認書類(①～③のいずれかのコピー)が必要です。

- ①介護保険料決定通知書
- ②住民税課税(非課税)証明書(申請により発行)
- ③生活保護受給証明



問 (一社)東京バス協会(☎5308-6950)

(☎5722-9278、FAX5722-9378)



### 祐天寺駅前広場再整備の整備案の説明会

祐天寺駅周辺地区整備計画に基づき、駅前広場の再整備を予定しています。整備案について図面やVRを用いて説明します。

時 7月13日(日)10:00～12:00  
場 上目黒小学校  
問 都市整備課街づくり調整係(☎5722-6846)

### 身体障害者福祉住宅(单身用)の入居者募集

場 田道ハイム(目黒3-4-4)  
対 次の条件を全て満たすかた  
①18歳以上65歳未満で、区内に継続して1年以上在住②身体障害者手帳4級以上③現在立ち退き要求を受けているなど住宅に困っている  
募集戸数 1戸(抽選)  
申 7月1日～18日に、電話/FAX  
先 障害施策推進課障害施設係(☎5722-9893、FAX5722-6849)



### 明るい選挙啓発ポスター コンクール作品募集

優秀作品は、選挙管理委員会が作成するカレンダーなどに掲載します(氏名、学校名、学年を公表。著作権は区に帰属)。  
テーマ 投票参加や明るい選挙の実現を呼びかけるもの  
規格 四つ切りまたは八つ切り画用紙  
応募資格 小学～高校生  
申 9月5日までに、郵送(作品の裏面右下に記入例③⑤)/区内在学者は学校に提出  
先 選挙管理委員会事務局(☎5722-9299)

### めぐろ衣類回収プロジェクト 7月の巡回回収

家庭の不要な衣類を回収します。なお、回収できないものや注意点などがあります。

時 7月16日(水)9:30～12:00  
場 大岡山西住区センター  
問 清掃リサイクル課計画普及係(☎5722-9883)



### 7月は青少年の被害・非行防止 全国強調月間

国は、学校が夏季休業に入る7月を青少年の被害・非行防止全国強調月間と定め、青少年の被害・非行防止に向けた活動を集中的に実施しています。区内でも、区や関係機関、団体などが協力・連携しながら、青少年健全育成のためのさまざまな取り組みを実施します。  
問 子ども若者課子ども若者施策推進係(☎5722-8723)

### 自衛官等採用案内

海上・航空自衛隊航空学生  
試験資格 ①海上=18～22歳②航空=18～23歳(いずれも高卒者または高専3年次修了者〈見込みを含む〉)  
試験日 1次試験=9月20日(土)  
申込期間 7月1日～8月29日  
一般曹候補生

試験資格 18～32歳(採用予定月の末日現在、33歳に達していないかた)  
試験日 1次試験=9月13日(土)～21日(日)の指定する1日  
申込期間 7月1日～9月2日

問 自衛隊東京地方協力本部五反田募集案内所(☎3445-7747)





保健衛生

カルシウムたっぷりランチに挑戦!

時 7月23日(水) 10:00～11:30  
場 地域保健課(総合庁舎本館3階)  
内 調理実習と試食  
師 管理栄養士 村澤美恵子氏  
対 小学4～6年生  
定 8人(先着)  
申 7月2日～16日に、区 Web  
問 地域保健課地域保健サービス係  
(☎5722-9390)



もぐもぐピカピカ歯みがき教室

時 7月29日(火) 13:30～15:00  
場 地域保健課(総合庁舎本館3階)  
内 1歳頃の食事の進め方、口くう発達の話と歯磨き練習  
師 歯科衛生士など  
対 1歳～1歳2カ月の子どもと保護者  
定 20組(先着)  
申 7月2日～25日に、区 Web  
問 地域保健課地域保健サービス係  
(☎5722-7057)



健康づくり健診

時 8月1日(金) ①8:45②9:15③9:45  
④10:15から(各1時間程度)

場 保健予防課(総合庁舎本館3階)  
内 身長・体重・血圧測定、尿・血液検査  
対 1年以内に同じ健診を受けていない、16～39歳の区内在住者  
定 60人(先着)  
¥ 健診料500円(生活保護受給者などは無料)  
申 7月2日から、区 Web。保育(5カ月～3歳未満の子ども＝各先着3人)希望者は申込時に予約  
問 保健予防課保健管理係  
(☎5722-9396)



意見募集

自由が丘東地区再開発都市計画(案)

自由が丘東地区第一種市街地再開発事業に関する都市計画(案)をご覧になれます。  
〈都市計画(案)の閲覧〉  
時 6月27日(金)～7月11日(金)  
場 区 Web、地区整備課(総合庁舎本館6階)、自由が丘住区センター  
〈意見募集〉  
申 6月27日～7月11日に、区 Web / 提出用紙(区 Web から印刷可)を郵送/窓口  
先 地区整備課地区整備係(総合庁舎本館6階、☎5722-9427)



人材募集

小・中学校特別支援学級(会計年度任用職員)

①特別支援学級補助員(年210・149日)  
②交流及び共同学習支援員(年222・149日)  
③しいの木学級学習指導講師  
勤務期間 9月1日～令和8年3月31日  
勤務時間 月～金曜日 8:15～16:15(①②年149日の職は月～金曜日のうち3日間)  
勤務場所 区立小・中学校に設置している特別支援学級  
勤務内容 障害のある児童・生徒の介助業務など  
応募資格 ②教員免許状保有者③中学校教諭普通免許状(数学科)保有者  
報酬 月額140,779～231,816円  
募集人数 ①②各2人③1人  
選考方法 書類・作文選考後、面接  
申 7月18日までに、封筒に希望職種を明記の上、履歴書と作文(テーマは職による。800字程度)を郵送/窓口  
先 教育支援課特別支援教育係(総合庁舎本館5階、☎5722-9322)。募集要項は、区 Web または申込先で配布



幼稚園・こども園特別支援員代替スタッフ(会計年度任用職員)

勤務期間 9月1日～令和8年3月31日  
勤務時間 8:45～14:45。月11日以上(年210日)  
勤務場所 みどりがおかこども園  
勤務内容 通園で配慮を要する園児の介添え、介添えに伴う運営補助  
応募資格 日本語で業務ができるかた(国籍不問)など  
報酬 月額172,591円  
募集人数 1人  
選考方法 書類選考後、面接  
申 7月18日までに、封筒に希望職種を明記の上、履歴書を郵送/窓口  
先 教育支援課特別支援教育係(総合庁舎本館5階、☎5722-9322)。募集要項は、区 Web または申込先で配布



配分推薦委員会委員

任期 9月1日から2年間(年4回程度)  
内容 共同募金(赤い羽根共同募金、歳末たすけあい)の区内施設や団体などへの配分割合の協議・助成審査  
応募資格 20歳以上の区内在住者  
謝礼 1回3,000円  
募集人数 2人  
申 7月15日までに、申込書(申込先で配布)を郵送/窓口  
先 目黒区社会福祉協議会(総合庁舎別館3階、☎3711-4995)

サークル紹介

あまの絵画クラブ(水彩画)  
時 毎月第3(水) 13:00～16:00  
場 高齢者センターなど  
¥ 入会金なし、会費月額1,500円  
問 ☎3713-7815

目黒空手研究会  
時 週1回19:00～21:00  
場 向原住区センターなど  
¥ 入会金なし、会費1回300円  
問 ☎090-3075-8979

ビーズサークル(ビーズアクセサリの制作)  
時 毎月2回13:30～17:00  
場 自由が丘住区センター  
¥ 入会金なし、会費月額1,500円(別途材料費)  
問 ☎080-6525-1188

アラビヤダンスグループ(ベリーダンス、ストレッチ)  
時 毎月第2・4(火) 15:30～17:00  
場 菅刈住区センター  
¥ 入会金なし、会費1回1,500円  
問 ☎090-1105-9300

主に区内公共施設で活動している趣味のサークルで、営利性・政治性・宗教性のないものを紹介しています。入会・申し込みなどは当事者間で。区は関与しません。  
問 広報広聴課(☎5722-9486、FAX 5722-8674)

掲載依頼方法はこちら >>>



ボランティア募集



原町脳トレクラブ

高齢者と一緒に漢字の読み書きや計算をする脳トレ、ミニ体操、朗読などの活動を、それぞれのペースで無理なく行っています。楽しく会話しながら、自然と心身共に適度な刺激が受けられるひとときを過ごせます。  
まずは見学からお越しください。

時 毎月第2・4(金) 9:50～11:00  
場 原町住区センター



問 めぐるボランティア・区民活動センター(☎3714-2534、FAX 3714-2530)

他にも募集しているボランティアがあります。詳細はこちら >>>



休日(日曜・祝・休日)、土曜日、平日夜間などの診療・調剤案内

※事前連絡が必要です

内科・小児科

鷹番休日診療所	(土)17:00～21:30 (休)9:00～11:30、13:00～21:30 鷹番2-6-10目黒区医師会館別館内	☎3716-5311
中目黒休日診療所	(休)9:00～11:30、13:00～16:30 総合庁舎別館内	☎5721-6110
平日夜間 小児初期救急診療 祝・休日を除く 19:00～21:45	月・火曜日 ロコクリニック中目黒 青葉台1-23-4 水・木曜日 東邦大学医療センター大橋病院 大橋2-22-36 金曜日 総合病院厚生中央病院 三田1-11-7	☎5722-6565 ☎3468-1251 ☎3713-2141

医療を探す

医療情報ネット(ナビイ)  
☎0570-000692(24時間受け付け)



調剤

鷹番休日薬局	(土)17:00～22:00(休)9:00～22:00 鷹番1-7-11	☎3792-6260
中目黒休日薬局	(休)9:00～17:00 総合庁舎別館内	☎3792-6190

歯科 9:00～11:30、13:00～16:30

7月6日(日)	小野田歯科クリニック 上目黒1-18-8	☎3794-1374
7月13日(日)	あわたけ歯科クリニック 八雲3-7-11	☎3724-8280

医療の相談

区内診療所の相談・苦情など  
医療相談窓口専用電話☎5722-6852





お知らせ

## 義援金・救援金を受け付けています



区は、さまざまな義援金や救援金を受け付けています。独自の取り組みで、友好都市金沢市のある石川県に対し、能登半島地震の災害義援金を、地震発生後から現在も受け付けています。

### 義援金とは？

大規模な自然災害が発生した際に受け付ける寄付金です。集まった義援金は、義援金配分委員会で金額を決定し、被災者に配分されます。

義援金名	受付期限(※)
友好都市金沢市のある石川県に対する令和6年能登半島地震災害義援金(区独自)	当面の間
令和6年能登半島地震災害義援金(日本赤十字社)	12月12日
令和6年9月能登半島大雨災害義援金(日本赤十字社)	

### 救援金とは？

海外で発生した自然災害や紛争などで、被災者に対する支援活動資金に活用される寄付金です。区では、日本赤十字社などの活動への救援金を受け付けています。

救援金名	受付期限(※)
中東人道危機救援金	令和8年3月24日
バングラデシュ南部避難民救援金	
ウクライナ人道危機救援金	令和8年3月17日

※区での受付期限。日本赤十字社の受付期限とは異なります

### 寄付の方法

寄付したい義援金・救援金によって方法が異なります。

詳細はこちら >>>



問 地域振興課区民活動支援係 (☎ 5722-9871、FAX 5721-7807)

区長  
コラム

ずっと もっと めぐる



皆さん、こんにちは。区長の青木英二です。

連日、厳しい暑さが続いています。アメリカ海洋大気庁の発表によりますと、5月の世界の気温は過去2番目に高かったとのことです。日本においても太平洋高気圧の勢力が強いとのことで、先月中旬には一時、日本付近の天気図上から梅雨前線が消滅する現象も発生しました。私もそうですが、「梅雨はどこに行ったのだろう?」といった感想をお持ちになったかたも多かったのではないのでしょうか。

熱中症に伴う深刻な健康被害のニュースも増えてきています。救急搬送されたり亡くられるかたは、高齢者や子どもたちに限られているわけではありません。誰もが自分事として、十分に警戒し、備えていく必要があります。

ここで、6面でご紹介した「めぐるキッズパーク」について、私からもご案内させていただきます。

今回のイベントは、区内にある大学や民間企業などと区のパートナーシップを深めていく取り組みの中から企画されました。7月13日(日)の当日は、親子で楽しい思い出づくりができるようなブースがいくつも並びます。バラエティに富んだ内容になっていますので、夏の自由研究のヒントも見つけられるかもしれません。事前のお申し込みは不要ですので、ご興味を持たれたかた、お近くのかたなど、気軽に足をお運びください。なお、詳細は記事、区ウェブサイトにてご覧いただければと思います。

また、区と大学、民間企業などとの連携についてご興味のあるかたは、区ウェブサイトの「公民連携の取り組み」のページも、この機会にぜひご覧ください。



目黒区長

青木英二



## 防災 QUIZ

地震  
編



役立つ防災・防災の知識をクイズで紹介。  
いつもの備えを、もしもの時の安心につなげよう。

Q

災害により外出先から自宅に帰宅できない人を指す「帰宅困難者」という言葉は、東日本大震災で注目を集めました。  
大きな地震の影響で電車が止まり、その日のうちに徒歩で家に帰れなくなってしまった時、あなたが取るべき行動は？

①

むやみに移動せず  
安全な場所にとどまる



②

自家用車やタクシーを利用して、  
急いで帰宅する



③

数日かけて徒歩で  
帰宅する



この面の一番下で答えを確認しよう!

問 防災課 (☎ 5723-8700、FAX 5723-8725)

## Megu's Diary めぐの日記

区内在住のインテリアコーディネーターめぐが  
おすすめする区内のスポットを日記につづっている。



no.44:

### 自由が丘納涼 盆踊り大会

場 自由が丘駅前ロータリー  
時 7月19日(土)～21日(祝)  
18:00～21:00



浴衣でどこかに行きたいなって思っていたら、自由が丘で盆踊り大会があるらしい! 毎年、J-popなどの新曲を追加して振り付けを動画で配信しているし、踊りコンテストもあるんだって。夜のフィットネスを踊りの練習に変えて、当日までに完璧に仕上げちゃおうかな。

#### 自由が丘納涼盆踊り大会

自由が丘駅正面口前ロータリーにやぐらを組んで開催される、夏の人気イベント。定番曲や最新の楽曲、自由が丘公式キャラクターの「ホイップるん音頭」などの多彩なラインナップで、世代を問わず踊り盛り上がる。



問 広報広聴課 (☎ 5722-9486、FAX 5722-8674)

これまで訪れたおすすめスポットは「おでかけマップ」から >>>



## 防災 QUIZ

正解は ▶▶▶

①が正解。発災後は、むやみに移動しないでください。移動中に、余震などにより二次災害や群衆雪崩に遭う恐れもあります。救助・救命活動が優先される災害後3日間程度は、近隣の安全な場所にとどまりましょう。帰宅困難者のための一時滞在施設もあります。平常時に、東京防災アプリなどで会社や学校の近くの一時滞在施設の場所を確認しておきましょう。



## 「原っぱにすむ」

# いきもの情報大募集

区は毎年テーマを決めて、いきもの調査をしています。  
今年のテーマは「原っぱにすむバッタやコオロギ」。  
庭や公園などに潜む昆虫を探してみませんか。



**オンブバッタ**  
(バッタ目オンブバッタ科)

頭がとがり、頭の側面に一列にイボ状の突起が並びます。小さなオスが大きなメスの背中に乗っている姿が名前の由来。



**ショウリョウバッタ**  
(バッタ目バッタ科)

メスの大きさはオスの倍ほど。オスは驚くと前後の羽を打ち合わせながら、「キチキチ」と音を出して遠くまで飛びます。

## 原っぱにすむ バッタやコオロギ

区で見られるバッタや  
コオロギを紹介します。



**トノサマバッタ**  
(バッタ目バッタ科)

体は緑や茶色で、羽は濃茶色のまだら模様があります。  
大型のバッタですが、人の気配に敏感でよく飛ぶので、なかなか近寄れません。



**エンシマコオロギ**  
(バッタ目コオロギ科)

複眼の上のまゆ状の文様がえんま様の顔を連想するのが名前の由来。濃茶色で丸顔、頭部に光沢があり羽は長め。枯れ草や石の下などに潜み、オスは夜、羽をこすり合わせて「コロコロリー」と高音で鳴きます。



**クビキリギス**  
(バッタ目キリギリス科)

大型のキリギリスで、頭はとがり、長い触角と赤い口を持つのが特徴。秋に成虫になり、成虫で冬を過ごします。夜に樹上や茂みで「ジー」と大きな音で鳴きます。

### 原っぱのいきもの探しのポイント

※一部例外あり

🔍 **いきものが活動する時間帯が違うよ!** 昼行性:バッタの仲間  
夜行性:コオロギの仲間、キリギリスの仲間

🔍 **すんでいるところも違うよ!** 草の上:バッタの仲間、キリギリスの仲間  
地面に近いところ:コオロギの仲間

### いきもの探しの 注意点

- ⚠️ 公園などで昆虫を探す場合は、周りの利用者に注意しよう
- ⚠️ 立ち入り禁止エリアには入らないようにしよう
- ⚠️ 観察したら元の場所に返そう

### 🔍 区の取り組み

生物多様性保全林事業として、一定規模以上の緑地エリアを指定し、いきものの生育・生息場所を保全する取り組みを行っています。令和4～5年に、碑文谷公園で、いきものがすめるエリアを作りました。



### いきもの情報募集中

シジウカラさん

今年のテーマのバッタやコオロギをはじめ、区内で観察した自然、いきものなどの情報を募集しています。

📄 区 Web/FAX/郵送/Eメール/(郵便番号・住所、氏名、いきものの種名・写真、観察日時・場所)

📞 みどり土木政策課みどりの係 (〒153-8573

目黒区役所〈住所不要〉、FAX 3792-2112、

✉ sizen@city.meguro.tokyo.jp)



### 目黒区からの情報を発信中!



区公式  
ウェブサイト



区公式YouTube  
チャンネル  
めぐろTV



区公式X  
(旧Twitter)



区LINE  
公式



※めぐろ区報は、区公式ウェブサイトで多言語でご覧になれます。Meguro City Newsletter is available in multiple languages on Meguro City official website.