

さくら咲き 心地よいまち ずっとめぐろ

# MEGURO

めぐろ区報



8 | 1 令和7年(2025年)  
NO.2214



忘れない、



平和が消えた日々



## Main Contents

p.2・3 特集 戦後80年 目黒区民の戦争体験  
p.4・5 未来へつなげよう 平和の尊さ大切さ

p.7 LDH JAPAN協力!MDCダンサー募集  
p.12 特殊詐欺の被害に遭わないために!





戦後  
80年

目黒区民の戦争体験

# 忘れない、平和が消えた日々

令和7年、戦後80年を迎えます。平和が当たり前でなく、戦争の影響を強く受けた日々を、私たちはどれだけ想像できるでしょうか。

今回の特集では、目黒区で生まれ育ち、戦争を体験した二人に、当時の暮らしや疎開先での経験、空襲の記憶などを語っていただきました。

身近なまちで起きた出来事を通じて、「平和とは何か」をいま一度考えてみませんか。

☎ 総務課総務係 (☎ 5722-9205、FAX 5722-9409)

## 生まれ育った原町から 遠く離れた地で 焼夷弾から逃げ続けた

さいとう きよこ

齊藤清子さん (91歳)

昭和8年、目黒区原町に生まれる。原町小学校に通っていた昭和19年に、山梨県に集団疎開。終戦後、目黒区に戻る。大学卒業後は教職の道に進み、大岡山小学校・原町小学校などで教員として勤める。

小学校高学年になるまでは幸せな学校生活でした。家から西小山に抜ける通りには、おすし屋さんやおそば屋さん、パン屋さんが立ち並び、にぎわっていたのをよく覚えています。そんなうららかな暮らしに変化が訪れました。昭和19年の春に、アメリカの偵察機が原町小学校の上を低空飛行したのです。その後、平和な日常が少しずつ失われていきました。

昭和19年9月に甲府市へ集団疎開したのですが、戦況が悪化し恐れていた事態が現実になったのです。昭和20年7月、大規模な空襲に見舞われました。

昭和20年7月6日、おやすみのあいさつをした時、窓の外が明るくなりました。焼夷(しょうい)弾が甲府のまちに落とされたのです。B29(爆撃機)が編隊を組んで飛んできて、無数の焼夷弾が降ってきました。山へ逃げ込む人々や建物の上で爆音とともに燃え上がりました。私たち児童は厚い布団をかぶりながら夢中で山やお寺の墓へと逃げました。

終戦とともに、平和な暮らしが送れるようになり、やがて私は、教職の仕事につきました。歴史学習の最後には、自分が味わった、戦争の体験を児童に伝えようと努力しましたが、平和な日常の中で生きている児童には、戦いの恐ろしさは、なかなか伝わりません。それでも、この平和の尊さを大事にし、戦争は決してしてはいけないことを、次世代へ伝えていかなければなりません。これが戦争の中を生きてきた、私たちの仕事だと思います。

記憶の場所 碑文谷八幡宮

昭和17年から終戦まで、毎月8日は大詔奉戴日(たいしょうほうたいび)とされ、戦勝祈願などが行われていました。当時、齊藤さんは、児童全員で碑文谷八幡宮にお参りされたそうです。



私が幼い頃の目黒区は、畑や牧場が広がっているのんびりしたまちでした。川遊びをして過ごしていた私が、最初に戦争を知ったのは、小学3年生の時。ラジオから流れた日米開戦の放送でした。その日を境に戦争の影が色濃くなってきました。配給が始まり、お米はめったに口にできなくなり、サツマイモや豆を混ぜたご飯が当たり前。まちの人はみんなもんぺをはいて、「我慢すること」が日常になっていきました。

昭和19年には、集団疎開で山梨県の農村へ。何よりつらかったのは、空腹でした。掘り残されたサツマイモを拾ってかじるほどひどかったです。隣村の人が見かねて食べさせてくれたおはぎの味は、今でも忘れられません。

進学のために目黒区に戻った矢先、昭和20年の大空襲を経験しました。警報が鳴り響く夜に東京湾の方角を見ると、空がだいたい色に染まっていました。空襲を受けた翌朝、私の家も焼けてさら地になってしまい、多く

## 夜空がだいたい色になったあの日、 めぐるは焼け野原になった

うすだ れいこ

臼田禮子さん (92歳)

昭和8年、目黒区東町(現在の目黒本町5丁目)に生まれる。戦時中に山梨県や山形県へ疎開。女学校では学徒動員も経験。戦後、目黒区に戻り、復興するまちの変化を見守りながら暮らす。

の人が亡くなりました。焼け跡に集められた黒焦げの遺体にも慣れてしまっ、何も感じなくなっていました。

戦争は、悲惨です。勝っても負けても得をしません。だからこそ、平和な日常の尊さを次世代の人々には感じてもらい、生きることの喜びを実感してもらいたいです。

記憶の場所 すずめのお宿緑地公園

目黒区で空襲に遭った臼田さんは、当時、近くの竹林に逃げ込んだそうです。この場所は、かつてタケノコの産地として知られていた目黒区の様子を現在に残しています。



## 目黒区の 平和記念事業

区では、平和都市宣言に込められた誓いの実現を目指し、平和に関するさまざまな事業を行ってきました。

昭和60年度 昭和61年度

- ・目黒区平和都市宣言
- ・第1回平和祈念のつどい実施
- ・めぐる平和の鐘設置
- ・第1回平和の石のつどい実施

区は平和憲法を擁護し、核兵器のない平和都市であることを宣言し、第1回目の平和祈念のつどいを実施しました。



平成2年度

平和の特派員の  
広島派遣を開始

未来を担う子どもたちに、原子爆弾の恐ろしさ、戦争の悲惨さ、そして平和の尊さについて考え、学ぶ機会を提供するため、広島市へ派遣事業を始めました。



平成17年度

戦後60年平和祈念のつどい  
平和祈念合唱を実施

戦後60年目の平和祈念のつどいでは、区内小学生の合唱団による合唱を行いました。



令和2年度

被爆体験記録集を作成

戦後75年の節目を契機として、区民の被爆体験記録集(動画・冊子)を作成しました。

被爆体験記録集



被爆体験記録集はこちらからご覧になれます



令和7年度

「空襲記 銃後の目黒と疎開した我が子の記録」を刊行

区民のかたが執筆した、原稿用紙160枚に及ぶ戦争体験記録が発見されました。この記録をご家族へのインタビュー・資料解説・論考と共に一冊にまとめて刊行します。

☎ めぐる歴史資料館 (☎ 3715-3571、FAX 3715-1325)





# 未来へつなげよう 平和の尊さ大切さ



終戦から80年がたとうとしています。

戦争の記憶が薄れつつある今、

平和の尊さ大切さを未来へつなげていくために、

区はさまざまな平和記念事業を行います。

問 総務課総務係 ☎ 5722-9205、FAX 5722-9409



時 8月6日(水)  
場 区民センターホール

## 第1部

### 式典

- 平和都市宣言の朗読
- 黙とう・献花・あいさつ
- 平和祈念標語の朗読・入賞者の表彰
- 平和の特派員体験報告

時 9:30～11:00



## 第2部

### とうろうワークショップ

作成したとうろうは区で保管し、令和8年8月6日に広島市元安川で開催されるとうろう流しで流します。

時 13:00～15:30

定 100人(先着)



### 平和映画上映会

🎬 『a hope of NAGASAKI 優しい人たち』

今までマスコミなどで被爆体験を話したことがない被爆者の、新たな証言を集めたドキュメンタリー映画を上映します(日本語字幕付き)。

時 13:30～14:40

定 421人(先着)



©mkdsgn+simple life association2020

## 平和の鐘の打鐘

平和を願って、めぐろ平和の鐘を区民の皆さんに1回ずつ打っていただきます。

時 8月6日(水) 11:00ごろから(30分程度)

場 めぐろ平和の鐘(区民センター公園内)

めぐろ平和の鐘

人間国宝で名誉区民の鋳金家、香取正彦氏の作品です。昭和60年に香取氏から寄贈され、平和のシンボルとして区民センター公園に建立しました。



## 平和の石のつどい

時 8月6日(水) 8:10～8:25

場 中目黒しぜんとなかよし公園

内 黙とう・献花・あいさつ

平和の石

国際平和年の昭和61年、区職員と広島市職員の交流がきっかけとなり、被爆した広島市庁舎の階段の一部が荒木武市長(当時)のメッセージと共に寄贈されました。区はこれを「平和の石」と命名し、総合庁舎前の中目黒しぜんとなかよし公園に設置しています。



## 平和のための写真・資料展

時 8月2日(土)～17日(日)

場 西口ロビー(総合庁舎本館1階)

- 内
- ・広島・長崎被爆写真
  - ・東京大空襲記録写真
  - ・令和6年度平和の特派員体験報告
  - ・令和7年度平和祈念標語優秀賞など



## 地区巡回写真展

地区	会場	展示日程
北部	北部地区サービス事務所	8月13日(水)～21日(木)
中央	中央町社会教育館	8月13日(水)～20日(水)
南部	目黒本町社会教育館	8月23日(土)～31日(日)
西部	八雲住区センター	8月1日(金)～10日(日)

## 原爆の日・終戦記念日に黙とうを

原爆死没者・戦争犠牲者の霊を慰め、世界恒久平和の実現を祈念するため、家庭や職場で1分間の黙とうをお願いします。

広島原爆の日 8月6日(水) 8:15

長崎原爆の日 8月9日(土) 11:02

終戦記念日 8月15日(金) 12:00




めぐろ歴史資料館ミニ企画展  
「“空襲記”からみ380年前の日々」

「空襲記 銃後の目黒と疎開した我が子の記録」(3ページ参照)の刊行にあわせ、戦時中の人々の暮らしの様子について展示します。  
時 8月31日(日)まで。9:30～17:00(月曜日休館。8月11日(祝)は開館し、翌日12日(火)が休館)

場 間 めぐろ歴史資料館  
(☎ 3715-3571、FAX 3715-1325)

詳細はこちら >>>




平和の大切さを身近に感じてみませんか


区内には、平和を願って設置した記念碑などがあります。ぜひお立ち寄りください。



主なもの


- 平和の壁画「つなげよう平和な未来への願い」(区民センター公園内)
- めぐろ平和の鐘(区民センター公園内)
- 平和の石(中目黒しぜんとなかよし公園内)



詳細はこちら >>>







# 平和祈念標語優秀賞

令和7年度は、応募総数5,150点のうち、区立各小・中学校から各1点、区立以外の中学校から3点が優秀賞に選ばれました。  
8月6日に開催する平和祈念のつどいで表彰します。(敬称略)

中学生の部

天下泰平を追求し、未知の世界よ、多幸を掴め。

第一中学校1年 山田 瑠月

小さな子達が木の下で弁当食へて笑つてた 続くといいなこの笑顔

第十中学校3年 中原 悠

八月の空が 二度と曇らぬように

東山中学校3年 田中 望琴

小学生の部

平和な世界が「当たり前」  
それを言えるのは いっただろう

八雲小学校6年 米谷 成葉

人々よ 銃を握らず 手を握れ

菅刈小学校6年 山口 海

誰かじゃない みんなでつくり、維持する平和

下目黒小学校6年 田邊 咲羽

戦争と 差別なし 平等で 笑顔あり

碑小学校5年 林田 菜乃羽

みんなでなくそう 世界のケガを みんなでなおそう 世界にばんそうこう

中目黒小学校5年 藤田 裕馬

いつかじゃない 今から広げる 平和の輪

油面小学校5年 荒井 希橋

私たちは生きている  
一生こない今日という日を。

目黒中央中学校1年 上木 春乃

「平和」とは人が人らしく生きること。

大島中学校2年 伊藤 志乃

こぶし広げよう ジャンケン パー!!

目黒南中学校2年 矢野 蒔育

願うな平和 おこせよ行動

目黒西中学校3年 松田 結菜

平和の苗を心に植えよう  
世界中を笑顔の花で満開にしよう

大岡山小学校6年 中村 和佳

一番の 平和のあかし 笑い声

鳥森小学校6年 今井 七海

世界から戦争をなくし、  
たくさんさんの国がSDGsを目標に  
かかげて よりよい世界にしよう!

向原小学校5年 阿部 茉莉

今動こう 未来のために 平和のために

五本木小学校6年 川部 遥佳

地球は みんなの きょうゆううち

鷹番小学校5年 井上 謙翔

今からでも ふやせる言葉

「ありがとう」

田道小学校5年 林 藍

生きること それはどれだけ 幸せか

月光原小学校5年 米田 楓花

子どもが国境を越え、平和をつなぐ  
架け橋となるように

子どもたちの声よ世界に響け

駒場小学校6年 五十嵐 梨夏

地球を やさしきであふれる星に  
みんなでしよう

緑ヶ丘小学校5年 田籠 美織

何よりも 尊い普通守り抜く  
僕らの役目 未来へつなげ

原町小学校5年 舘 駿人

見るとしたら、色を失った泣き顔ですか。  
にじがかる笑顔ですか?

不動小学校6年 林 優和

守ろう平和 伝えようあの日の悲劇

上目黒小学校6年 小林 篤徳

いつか平和になる?ちがうだろ、  
未来は自分でつくるんだ。

東根小学校6年 大谷 陸也

平和の鍵は 君たちだ

中根小学校5年 村井 大真

平和を考える・作る・広める

宮前小学校6年 久賀 真奈美

ちがう国 ちがう言葉 でも心は  
つながる 「こんにちは」から 笑顔から

東山小学校6年 小野 優香

核の無い 平和な世界 キっとできる  
私達なら キっとできる

桜修館中等教育学校2年 村松 翔

被爆国 責任を持ち 語りつぐ  
何年たっても 風化させない

サレジオン国際学園  
世田谷中学高等学校1年 小島 弓紘

忘れていいこと 忘れてはいけないこと  
もう一度 自分に問いかけよう

未来のために

ラ・サール中学校1年 安孫子 和輝





語ろう人権 家庭で地域で  
**災害と人権**  
～スフィア基準の理念を学ぶ～



問 人権政策課人権・同和政策係 (☎5722-9214、FAX 5722-9469)

### スフィア基準とは

スフィア基準(人道憲章と人道対応に関する最低基準)とは、紛争地の人道支援から誕生した、政府も重視する国際基準です。災害対策には、人権尊重の視点が欠かせません。スフィア基準では、給水、衛生、避難所の居住空間の確保といった生命を守る権利を反映した、最低限の条件が指標化され、自然災害の避難者支援にも活用されています。

### 基準が満たせない時

災害時にはさまざまな状況から、スフィア基準を満たせない場合も少なくありません。例えば、避難所でのトイレ設備の基準は、20人に1基(災害発生当初は50人に1基)とされていますが、過去の災害では、仮設トイレなどの不足やインフラの途絶により、劣悪なトイレ環境が課題となりました。

スフィア基準の重要な点は、数値目標の達成ではなく、理念に基づいた生活と被災者支援の活動の中で、目指すべき状態を達成するために努力する姿勢を求めていることです。

災害に備えて備蓄品を改めて見直し、飲料水・食糧と共に簡易トイレなどの必要なものを備蓄することは、スフィア基準に沿った支援行動につながります。

### 地域の防災力を高める

スフィア基準の理念の本質は、被災者の尊厳を守り、安全で健康的な環境を整え、復興への第一歩を支えることです。

行政だけでなく、一人一人がこの理念を正しく理解し、備え、行動に移していくことが、地域の防災力を高める鍵です。

区では、新たにトイレトラックを導入し、自治体同士派遣し合う災害派遣トイレネットワークプロジェクトに賛同し、参加します。また、避難所の環境改善として、簡易トイレやプライバシーを確保する屋内テントの整備を計画的に進め、安心して過ごせる環境を整備します。

皆さんもスフィア基準の理念を意識しながら防災訓練に参加するなど、いざという時すぐ行動できる力をつけ、共に支え合える地域社会を築いていきませんか。



講座・催し

## シニア健康応援隊 メンバー養成講座



地域で交流を図り、楽しく社会参加することが、介護予防やフレイル(虚弱)・認知症予防に効果があるといわれています。

シニア健康応援隊は、めぐる手ぬぐい体操を広げる介護予防リーダー(ボランティア)を養成する講座です。友達同士や町会・自治会など、グループでの参加もできます。

- 時 9月4日～10月23日(9月18日を除く)の毎週木曜日14:00～16:00(全7回)  
※10月23日(木)のみ、13:00～15:00。10:00～11:30に別途研修あり
- 場 大会議室(総合庁舎本館2階)など
- 内 介護予防に関する知識、めぐる手ぬぐい体操、脳トレ、活動中のグループの見学、グループ活動の立ち上げ・運営方法
- 対 講座終了後、週1回の地域での介護予防活動に取り組む意欲があり、医師から運動制限されていない区内在住者
- 定 20人(先着)
- 申 8月4日から、電話



問 先 介護保険課介護予防係 (☎5722-9608、FAX 5722-9716)



講座・催し

## 環境推進員養成講座の受講生募集



環境推進員養成講座は、地域で環境活動が積極的に行うことができる環境推進員を目指す講座です。講座修了後、めぐるエコサポーター制度に登録し、1年間の環境保全活動の実践により、環境推進員として登録されます。

食を通じて、循環型社会について学びながら考えを深めていきます。仲間と共に環境活動を始めるきっかけを見つけませんか。

### めぐるエコサポーター制度

めぐるエコサポーターに登録すると、環境推進員養成講座の企画・運営、会報誌の編集、目黒区エコプラザのボランティア活動などに参加できるほか、仲間と環境活動グループを立ち上げる際のアドバイスなどの支援を受けることができます。

### テーマ:「食」がになる循環型社会 昨日・今日・明日

日時(全6回)	内容
①9月6日(土)10:00～13:00	オリエンテーション(講座案内など)
②9月27日(土)10:00～13:00	施設見学「江戸時代の循環型社会を知る」
③10月25日(土)10:00～13:00	講義と調理実習「食品ロスを考える」
④11月29日(土)10:00～13:00	講義とグループワーク「未来を創るエコ活動を学ぶ」
⑤12月6日(土)10:00～13:00	グループ討議「さあ!仲間と始めよう」
⑥12月13日(土)10:00～13:00	グループ発表と意見交換、修了証の授与、講座修了後の案内など

※⑤を含む4回以上の受講修了後、めぐるエコサポーター制度に登録できます

場 目黒区エコプラザ、深川江戸資料館(江東区白河1-3-28)など

師 江戸・東京郷土史研究者 久染健夫氏など

対 区内在住・在勤・在学者 定 20人(抽選)

申 8月20日までに、区 Web /ハガキ/FAX(環境推進員養成講座と明記の上、郵便番号・住所、氏名〈ふりがな〉、電話・FAX、年代、あればEメールアドレス、在勤・在学者は所在地・名称)/窓口



調理実習の様子



グループワークの様子

問 先 目黒区エコプラザ(〒153-0063目黒1-25-26田道ふれあい館内、☎5721-2300、FAX 5721-2316)





お知らせ

## LDH JAPAN協力！ MDCダンサー募集



MDC(メグロダンスコネクション)は、令和7年にスタートした区主催のダンスイベントです。2回目となる今回は、令和8年3月1日(日)に開催します。EXPG(※)に所属する現役ダンサー講師の指導のもと、EXPG STUDIO TOKYOダンススタジオなどでレッスンを受け、めぐろパーシモンホールでダンスを発表していただきます。

※株式会社LDH JAPANが運営するエンターテインメントスクール

時 10月～令和8年2月(全11回)

※練習日程の詳細は、区Webをご覧ください

場 EXPG STUDIO TOKYOダンススタジオ、めぐろパーシモンホール、中目黒GTプラザホールなど

師 EXPG所属講師など

対 区内在住者

定 各15人(抽選)

¥ 無料(衣装代は自己負担)

申 8月1日～9月1日に、区Web/申込書(文化・交流課で配布。区Webから印刷可)をFAX/郵送/窓口

グループ	対象
KIDS (キッズ)	小学1～3年生
JUNIOR (ジュニア)	小学4～6年生
YOUNG (ヤング)	中学生～25歳
MIDDLE (ミドル)	26～45歳
SENIOR (シニア)	46歳以上



問 先 文化・交流課文化・観光係(〒153-8573目黒区役所〈住所不要〉、総合庁舎本館1階、☎5722-9553、FAX 5722-9378)



スポーツ

## トップアスリート交流イベント 「陸上」



今年開催される東京2025世界陸上と東京2025デフリンピックに関連し、陸上競技のメダリストをお招きします。小・中学生を対象に、陸上競技の魅力を教えていただきます。

時 8月30日(土)①11:00～12:35②14:00～15:35

場 中央体育館

内 トップアスリートによるデモンストレーションや実技指導など

対 区内在住・在学の①小学1～3年生②小学4年～中学生(家族の見学可)

定 各50人(抽選)

申 7月30日～8月19日に、区Web



### 塚原直貴さん

昭和60年長野県生まれ。北京2008オリンピックで、男子4×100mリレーの第一走者として銀メダルを獲得。日本男子トラック史上初となるメダル獲得に大きく貢献した。引退後は、教室、講演会などを通して、子どもたちに走ることの楽しさや、体を動かすことの大切さを伝えるため全国各地で活動。



### 山田真樹さん

平成9年東京都生まれ。生まれた時から聴覚に障害があり、大学卒業後はデフ陸上の選手として活躍。サムスン2017デフリンピックで200m・4×100mリレーで金メダル、400mで銀メダルを獲得。200m日本デフ記録保持者で、11月開催の東京2025デフリンピックにも出場予定。

問 スポーツ振興課スポーツ事業係(☎5722-9695、FAX 5722-9754)



お知らせ

## めぐろ土産発掘！ 自慢の一品情報を大募集！



区の新たな観光資源を発掘するため、区内外に伝えたい目黒の土産物のお薦め情報を募集します。応募いただいた商品が「めぐろ土産令和八年」に新認定されたかた全員に、ギフトカード500円券を進呈します。現在認定中の土産物を掲載した冊子は、めぐろ観光まちづくり協会Webなどでご覧になれます。



### 募集内容(自薦・他薦不問)

フード・ドリンク部門とグッズ部門があります。

- ・区内で製造または販売されている商品。区外でも販売している場合は、区内に事業所があること
- ・持ち帰りができるもの
- ・目黒らしさが感じられるもの

申 8月1日～31日(消印有効)に、区Web/写真を貼付した応募用紙(同協会で配布)を郵送/窓口(窓口は8月29日まで)

問 先 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、FAX 5722-6891)



お知らせ

## 東急SDGsトレインへの ポスター掲示



SDGs(持続可能な開発目標)の普及啓発のため、東急グループが運行する「SDGsトレイン～美しい時代へ号」に、SDGsポスターを掲示しています。ポスターを掲示したSDGsトレインは、東急東横線・田園都市線・目黒線を運行予定です。乗車の際は、ぜひ探してみてください。

掲示期間(予定) 10月12日まで

ポスターでは、区のゼロカーボンシティ実現に向けた取り組みを紹介しています。



問 企画経営課(☎5722-9106、FAX 5722-6134)





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
- ハガキ・郵送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

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)



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

離婚前後の親支援講座  
(オンライン開催)

時 8月8日(金) 10:00～12:00  
内 子どもがいる夫婦が離婚する場合に  
知っておいた方がいいことなど。自宅  
での参加が困難な場合は、総合庁舎で視  
聴可  
師 家族のためのADRセンター  
小泉道子氏など  
対 区内在住者  
定 7人(先着)  
申 8月6日までに、区Web/電話  
先 子ども若者課  
ひとり親・生活支援係  
(☎5722-9862)



区内で楽しいぶどう狩り

時 8月中旬頃(予定)。実施日、費用  
など詳細は、区Webをご覧ください  
場 根岸ぶどう園、小杉ぶどう園  
問 産業経済・消費生活課  
経済・融資係  
(☎5722-9880)



楽しくアロマ石鹸作り

時 8月20日(水) ①10:00～12:00  
②13:00～15:00  
場 東京医療保健大学国立病院機構  
キャンパス  
内 アロマ精油を使用したせっけん  
作り、正しい手洗い指導など  
師 東京医療保健大学東が丘看護学  
部准教授 玄順烈氏  
対 3歳～小学生と保護者  
定 各15組(初参加者を優先して抽  
選)  
¥ 材料費1人500円  
申 8月11日までに、区Web/電話  
先 東京医療保健大学  
(☎090-9394-0256)



緑が丘文化会館

①科学大生と一緒に作ろう!工作教室

テーマ	日時	対象
虹色 スコープ	8月20日(水) ①10:00～11:15 ②13:30～14:45	小学 1・2年生
機織り機	8月21日(木) ③10:00～11:30 ④13:30～15:00	小学 3・4年生

師 東京科学大学サイエンステクノ  
定 各30人(抽選)  
¥ 教材費各100円  
申 8月8日までに、区Web/  
ハガキ(記入例①～⑤)  
②免疫力を高める「気功」  
時 9月～11月の第1・第3水曜日  
10:00～12:00(全6回)  
内 呼吸法を学び、体内の気の流れ  
を整えて心と身体をリフレッシュ  
師 養生天人氣功研究会会長  
中川進氏  
定 30人(抽選)  
申 8月13日までに、区Web/  
電話/FAX/ハガキ  
(記入例①～⑤)/窓口



①②共通

場 緑が丘文化会館(②は別館)  
先 緑が丘文化会館(〒152-0034緑  
が丘2-14-23、☎3723-8741、  
FAX3723-2187)

木管楽器で奏でるお菓子の国の  
の舞踏会

時 8月21日(木) ①10:30～11:10  
②11:30～12:10  
場 めぐろパーシモンホール小ホール  
内 めぐろバレエ祭りの0歳から親子  
で楽しめるバレエ音楽コンサート  
出演 東京音楽大学学生  
対 0歳6カ月～小学生と家族  
定 各90人(先着)  
¥ 全席自由500円  
チケット取り扱い 専用Web・電話

(☎3791-8888)。発売中  
問 NBSチケットセンター  
(☎3791-8888)



赤ちゃんふれあい体験会

時 8月27日(水) 10:30～11:30  
場 子育てサロンココロ  
内 学生と赤ちゃんが触れ合う交流会  
対 中学～大学生、1歳以下と保護者  
定 15人(先着)  
申 専用Web  
問 子育てサロンココロ  
(☎6421-1122)



初心者アーチェリー講習会

時 ①8月27日～9月24日の毎週水  
曜日18:30～20:30②8月31日  
～9月28日の毎週日曜日10:00  
～12:00(各全5回)  
場 勤労福祉会館(区民センター内)  
対 18歳以上の区内在住・在勤者  
定 各16人(先着)  
¥ 保険料500円、会場使用料1,000円  
申 8月2日から、窓口  
問 先 勤労福祉会館(☎3711-1135、  
月曜日休館)

健診を受けて、健康な長生きを

時 8月28日(木) 14:00～15:00  
場 北部地区サービス事務所  
内 健康診断の結果を正しく理解し  
生活に役立てる講話など。可能で  
あれば健康診断の結果を持参  
師 成子クリニック 成子浩氏  
定 30人(先着)  
申 8月4日から、電話  
先 北部包括支援センター(☎5428  
-6891、FAX3496-5215)

健康長寿の講座  
お口と食の健康体操教室

時 9月3日～24日の毎週水曜日  
13:30～15:30(全4回)  
場 目黒本町社会教育館  
内 オーラルフレイル(口の機能低  
下)予防の講話、口と全身の体  
操、栄養摂取のポイントなど  
定 20人(先着)  
対 区内在住の65歳以上  
申 8月4日から、電話  
先 介護保険課介護予防係(☎5722  
-9608、FAX5722-9716)

認知症サポーター・ステップアッ  
プ講座

時 9月3日(水) 14:00～16:00  
場 大会議室(総合庁舎本館2階)  
内 傾聴などについての講義と実技。修了  
者にはボランティア養成講座を案内  
師 NPO法人パートナーシップアン  
ドリスニングアソシエーション代  
表 松尾隆義氏など  
対 認知症サポーター養成講座受講者  
定 50人(先着)

申 8月4日～20日に、区Web/電話  
/FAX(記入例①～④)  
先 福祉総合課認知症施策  
推進係(☎5722-9702、  
FAX5722-9062)



めぐろ学習グループ連絡会学習会

時 9月13日(土) 10:00～12:00  
場 緑が丘文化会館  
内 発達が気になる子どもの育ちを  
応援する  
師 NPO法人発達相談支援協会  
Lagom代表 岡村矢恵子氏  
定 60人(抽選)  
¥ 資料代100円  
申 8月23日までに、電話/Eメール  
(記入例①～④)  
先 めぐろ学習グループ連絡会  
(☎090-5413-9413、  
✉meguro-gakusyu  
@ymail.ne.jp)



ユネスコ日本語講座  
～初めて習う日本語

時 9月9日～12月9日(9月23日を  
除く)の毎週火・木曜日  
10:00～12:00(全26回)  
場 中央町社会教育館  
対 初めて日本語を習う16歳以上  
定 20人(先着)  
¥ テキスト代2,500円  
申 8月4日～25日に、区Web/FAX(記入  
例①～⑤)と国籍、保育(2歳以上の  
未就学児)希望者は子どもの③⑤)  
先 NPO法人目黒ユネスコ協会  
(FAX5725-6160)  
問 緑が丘文化会館  
(☎3723-8741)



電気の安全と節電対策  
～分電盤の点検って何

時 9月10日(水) 14:00～15:30  
場 消費生活センター  
内 電気の性質、トラッキング現象の  
怖さ、正しい使い方など  
師 (一財)関東電気保安協会  
小栗孝弘氏  
定 40人(先着)  
申 8月4日～31日に、区Web/電話/  
FAX(記入例①～④、保育(1歳  
以上の未就学児=2人程度)希望  
者は子どもの③⑤)。保育希望者  
は8月25日までに予約  
先 消費生活センター(☎3711  
-1133、FAX3711-5297)



目黒本町社会教育館

①体の科学について学ぶ

時 9月13日～27日の毎週土曜日  
10:00～12:00(全3回)  
内 人生100年時代を生きるための  
筋肉や腸の講義、運動の実践  
師 順天堂大学  
スポーツ健康科学部  
助教 沢田秀司氏など





②楽しい混声合唱の集い

時9月16日～11月25日までの隔週  
火曜日18:30～20:30(全6回)

内混声合唱による美しいハーモ  
ニーづくりの魅力を体験

師(一社)日本合唱指揮者  
協会理事 笹口圭吾氏  
¥教材費1,500円



①②共通

場目黒本町社会教育館  
定①25人②40人(各抽選)  
申①8月19日②8月31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4人)希望者は子どもの③⑤と性別)/窓口  
先目黒本町社会教育館  
(〒152-0002目黒本町2-1-20、  
☎3792-6321、FAX3792-5247)

岸谷香～KAORI PARADISE

時9月19日(金)  
18:30開演(18:00開場)  
場めぐろパーシモンホール大ホール  
¥全席指定①一般6,500円  
②3歳～中学生1,000円。  
2歳以下の膝上鑑賞無料  
チケット取り扱い ①めぐろパーシ  
モンホールチケットセンターWeb・電  
話(☎5701-2904)・窓口②Ro-On  
チケット電話(☎047-365-9960)。  
発売中  
問Ro-Onチケット  
(☎047-365-9960)



大震災復興支援コンサート  
「メサイア」

時9月22日(月)18:00開演(17:30開場)  
場めぐろパーシモンホール大ホール  
出演 MCSメサイアコーラルソサ  
イエティ合唱団など  
¥全席自由3,000円(当日券3,500  
円)。申し込み方法は、  
専用Webをご覧ください



〈区民無料招待〉  
定100組(1組2人まで。抽選)  
申8月31日までに、FAX/ハガキ/E  
メール(記入例①～④、希望枚数  
(2枚まで))  
先MCSメサイアコーラルソサイエ  
ティ事務局(〒152-0035自由が  
丘1-16-13、☎3717-2711、  
FAX3717-2721、✉gospel@  
lighthouse-jiyugaoka.jp)

お知らせ

深沢第二区民農園の閉園

土地の返還のため、10月31日(金)  
で閉園します。

問道路公園課公園活動支援係  
(☎5722-9242)

司法書士による  
相続登記義務化の無料相談会

時8月13日・20日、9月10日・17日  
の水曜日13:30～16:30  
場西口ロビー(総合庁舎本館1階)など  
定各6組程度(先着)  
申希望日の前日までに、電話  
先東京司法書士会目黒支部  
(さくらい司法書士事務所内、  
☎6421-4240)

めぐろ衣類回収プロジェクト

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8月20日(水)9:30～12:00  
場菅刈住区センター  
問清掃リサイクル課  
計画普及係  
(☎5722-9883)



子ども条例啓発カレンダーの絵  
を募集

採用作品は11月に総合庁舎内で展  
示し、区Webで公開予定です。採用者  
にはカレンダーを進呈します(著作  
権は区に帰属、返却不可)。  
テーマ わたしのやってみたいこと  
規格 A3サイズまでの画用紙  
対18歳以下  
申8月22日までに、郵送/窓口(作品  
の裏面に、題名と記入例②～⑤)  
先子ども若者課子ども若者  
施策推進係(総合庁舎本  
館2階、☎5722-8723)



建築無料相談

時8月23日(土)10:00～15:00  
場E会議室(総合庁舎本館1階)  
内建築物の安全性確保の助言、建築  
基準法の解説、建て替え相談など  
問(一社)東京都建築士事務所協会  
目黒支部(Degins JP(株)内、  
☎5724-5061)

請願・陳情の受け付け

第3回区議会定例会は、9月4日～30  
日に開催予定です。請願(紹介議員  
が必要)・陳情の審査を希望するか  
たは、8月26日12:00までに区議会  
事務局へ持参してください(原則、郵  
送では審査不可)。  
提出は、請願・陳情事項と趣旨を文  
書(邦文)にして、請願・陳情者の記入  
例②～④と提出年月日を記載し、署

名または記名押印してください。詳  
細はお問い合わせください。

〈第2回区議会定例会の議決結果は区  
議会だより7月31日号に掲載しました〉  
区議会事務局(総合庁舎本館5階)、  
区立施設、新聞折り込みで配布する  
ほか、区Webでご覧になれます。

問区議会事務局議事・調査係  
(☎5722-9415、  
FAX5722-9335)



8月は「道路ふれあい月間」

令和7年度道路ふれあい月間推進  
標語最優秀賞  
「脈々と 輝く生命(いのち)を 繋  
ぐ道」  
道路を常に広く、美しく、安全に利用  
することを目的に、8月10日を道の日、8  
月を道路ふれあい月間としています。  
商品や看板などは敷地内に設置する、  
庭木を定期的にせん定するなど、適切  
な管理をお願いします。  
問土木管理課土木監察係  
(☎5722-9426)



都営住宅入居者の募集

内都内全域の①家族向け②単身者  
向け③車いす使用者向け④シル  
バーピア(高齢者集合住宅)。①は  
ポイント方式、②～④は抽選  
申8月1日～18日に、区Web/申込書(募  
集案内(8月1日～12日に、西口ロ  
ビー(総合庁舎本館1階)、住宅課  
(総合庁舎本館6階)、公営住宅の窓  
口(総合庁舎別館6階)、地区サービ  
ス事務所(東部を除く)で配布)に添  
付)を指定先へ郵送  
問東京都住宅供給公社  
(☎0570-010-810)



保健衛生

精神保健講演会

①こどもの心の理解  
時8月28日(木)14:00～15:30  
内思春期の心の理解と対  
応のコツ  
師臨床心理士 足立宮城氏  
②こころの悩みの背景を考える  
時9月1日(月)10:00～11:30  
内カウンセラーによる悩みや生きづ  
らさの講話  
師公認心理師  
中村聡太郎氏



①②共通

場保健予防課(総合庁舎本館3階)  
対区内在住者  
定各25人(先着)  
申①8月4日～26日②8月4日～27日  
に、区Web/電話/窓口。保育(4カ月以  
上の未就学児=先着10人)希望者は  
①8月18日②8月22日までに予約  
問保健予防課疾病対策係  
(☎5722-9391)

もぐもぐピカピカ歯みがき教室

時8月29日(金)10:00～11:30  
場地域保健課(総合庁舎本館3階)  
内1歳ごろの食事の進め方、口くう  
発達の話と歯みがき練習  
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8月4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9月5日(金)①8:45②9:15③9:4  
5④10:15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8月4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)



8月は食品衛生月間

夏は高温多湿のため細菌が繁殖し  
やすく、カンピロバクター、腸管出血  
性大腸菌などの細菌性食中毒が増  
える季節です。家庭でも「つけない」  
「増やさない」「やっつける」の食中毒  
予防の3原則を意識し、食品の取り  
扱いに注意しましょう。  
問生活衛生課食品衛生係  
(☎5722-9506)



野菜で体と環境に優しい  
サラダメニュー

健康づくりと食品ロス削減のため、  
キューピー(株)と協力して作成し  
た、カリウムが多く含まれるサラダ  
のレシピを公開しました。区内量販  
店などで紹介しています。  
問健康推進課健康づくり係  
(☎5722-9584)





日常の一場面、風景、行事、伝統芸能などを、写真や映像に収めて集積し、誰もが触れられる形でデジタル公開しています。後世に伝えたいまちの記憶を未来へつなぐ、貴重な資料のアーカイブです。



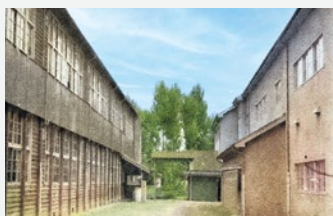
問 広報広聴課 (☎ 5722-9621、FAX 5722-8674)

### 目黒区立中学校の統合

令和7年3月で閉校した4つの中学校(旧第七・八・九・十一中学校)の歩みを紹介。貴重な資料や思い出の写真、校歌などから、それぞれの歴史をたどります。



航空写真上の丸いマークをクリックすると校内の動画がご覧になれます。



旧第十一中学校校舎



「空から見る学舎」昭和23年3月29日の旧第八中学校の場所

### デジタル区政情報

区の印刷物をオンラインで公開。これまで区役所に来庁しなければ読めなかった資料を、いつでもどこでも閲覧できるようになりました。



目黒区基本計画



目黒区景観計画



交通安全啓発絵本

### 目黒の風景 ～新聞記事で目黒を読み解く～

昔の新聞記事や、区が保有している当時の貴重な写真などを公開。記事を通して等身大の目黒を読み解くと、都会のけん騒の中に隠れた、歴史と魅力を楽しめます。



「クリックブルマップ」

地図上の丸いマークをクリックすると新聞記事が読めます。



「改修で見おさめ花見」1982年の朝刊。

目黒川の桜は、護岸工事のため一時的に移植されていたことがあります。



「鹿、深夜の目黒さんぽ」1977年の朝刊。

当時、碑文谷公園で飼育されていた鹿が逃げ出し、深夜の大捜査が繰り返されました。

## サークル紹介

#### 色鉛筆サークル「緑」(色鉛筆画)

時 毎月第3(金) 14:00～16:00  
場 緑が丘文化会館  
¥ 入会金なし、会費月額1,500円  
問 ☎ 080-2077-7472

#### ジョイフルハイアンス(歌・ウクレレ・ギター)

時 毎月第2・4(土) 18:30～20:00  
場 中央町さくらプラザ  
¥ 入会金なし、会費1回500円  
問 ☎ 3723-5080

#### めぐる口笛サークルはと(口笛演奏)

時 毎月第1・2・4(木) 18:30～20:40  
場 中央町さくらプラザ  
¥ 入会金なし、会費月額2,000円  
問 ☎ 080-1112-5881

#### ルビーダンスサークル(社交ダンス)

時 毎週(木) 15:30～17:50  
場 鷹番住区センター  
¥ 入会金なし、会費月額6,000円  
問 ☎ 090-5501-8120

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



#### 高齢者施設でシーツを交換する

時 毎週(木) 10:00～13:00  
場 特別養護老人ホーム駒場苑

#### 知的障害のあるかたの 伴走をする

時 毎週(土) 10:00から。  
60～80分程度  
場 林試の森公園

#### 福祉工房で製品作りのお手伝いをする

時 毎週(月)～(金) 9:45～11:45または  
13:15～16:30で都合の良い曜日・時間  
場 目黒本町福祉工房

#### 老人ホームで高齢者と食事と おしゃべりを楽しむ

時 毎週(土)(日)(祝)  
17:00～19:00で都合の良い曜日  
場 オーナズテラス自由が丘

#### 高齢者とデイサービスの麻雀を楽しむ

時 毎週(月)～(土) 13:00～16:00  
場 ソラノイロ学芸大学

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 >>>



## 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

### 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

8月3日(日)	加藤歯科 上目黒1-26-1-2階	☎ 3714-1313
8月10日(日)	スマイルフィットデンタルスタジオ 祐天寺2-14-8-3階	☎ 3793-5515
8月11日(祝)	石川歯科医院 自由が丘1-26-7-2階	☎ 3717-6980

### 医療を探す

医療情報ネット(ナビイ)  
☎ 0570-000692(24時間受け付け)



### 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

## 定額減税補足給付金 (不足額給付)



令和6年度に実施した定額減税補足給付(当初調整給付)の額に不足があることが判明した場合、追加で給付します。

※ 令和7年1月1日に区内在住で、次の①または②に該当するかた(本人の合計所得金額が1,805万円を超える場合は対象外)

- ① 令和6年分所得税と定額減税の実績が確定し、支給金額を改めて算出した結果、当初調整給付の支給金額に不足が生じた
- ② 本人が定額減税対象外で、税制度上、扶養親族に該当せず、かつ低所得世帯向け給付の対象世帯の世帯主・世帯員にも該当しない

### 受給方法

#### ● 区が当初調整給付時から引き続き、口座を把握しているかた

申請不要

対象者に、7月23日から発送する案内に記載された口座へ、8月20日以降振り込みます。ただし、受給を希望しない場合や、振込先を変更する場合は申請が必要です。

#### ● 上記以外のかた

申請必要

対象者に、7月30日から、申請に必要な書類を発送します。申請期限は、10月31日(消印有効)です。

※ 令和6年1月2日～令和7年1月1日に転入したかたは、転入前の自治体での給付状況が分からず、書類の送付ができない場合があります。8月中旬になっても書類が届かないかたはお問い合わせください

問 臨時給付金課 (☎ 0120-239-077、FAX 5722-7069)

区長  
コラム

ずっと もっと めぐる

こんにちは。区長の青木英二です。

いよいよ夏本番となる8月です。今年は昭和元年から数えて100年目であり、この8月は我が国にとって戦後80年の節目となります。今年古希を迎えた私は戦争を経験していませんが、戦争を経験された方々からお話を伺い、次の世代に伝えていくことは、今の時代を生きる一人として責務であると思っています。今号の特集では、目黒で生まれ、実際に疎開や空襲を体験されたお二人のお話が掲載されています。一人でも多くの皆さまに読んでいただき、そのメッセージを受け止めていただければと願っています。

先月10日・11日、前線の影響によって全国的に大雨となり、各地で被害が発生しました。目黒区内でも記録的な大雨により、蛇崩川が内水氾濫\*し、道路の冠水や一部住居の浸水などの被害が見られました。被害に遭われた皆さまには、心からお見舞い申し上げます。区では、迅速な被害調査および復旧活動を行い、順次、リ災証明書や被災届出受理証明書の発行を進めております。今年も夏から秋にかけて、台風やゲリラ豪雨などの発生が想定されます。区としましては災害に強いまちづくりに引き続き取り組んでまいります。皆さまにおかれましても、区の防災気象情報メールを登録したり公式Xをフォローするなど気象情報の収集・確認をしていただくとともに、ハザードマップや土のうの設置場所、さらに垂直避難の方法を確認しておくなど、日頃からの備えをぜひお願いいたします。

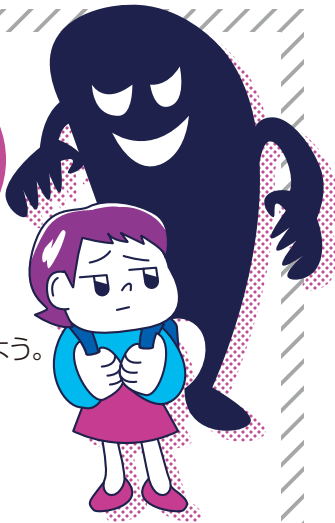
\*多量の降雨などによって河川の水位が高くなり、雨水が排水できなくなって周辺の支川や下水道から水があふれ出す現象



目黒区長 青木英二

## 防犯 QUIZ

子どもの  
安全  
編



役立つ防犯・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。  
子どもができる安全対策に関するクイズです。  
次の問題で正しいものを選びましょう。

### Q1 防犯ブザーの持ち歩き方は?

- ① なくさないようカバンの中にしまっておく
- ② すぐに使える場所に付けておく

### Q2 公園で知らない人が「写真を撮らせて」と言ってきたら?

- ① 撮らせてあげる
- ② はっきり断る

### Q3 SNSで知り合った人から「写真を送って」と言われたら?

- ① 仲良くなりたいからすぐに送る
- ② 送らない

この面の一番下で答えを確認しよう!

問 生活安全課 (☎ 5722-9667、FAX 5722-7936)

## Meguro's Diary めぐるの日記



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る区内のスポットを日記につづっている。

no.45:

### めぐる平和の鐘



図書館の帰りに、公園の中で鐘を見つけた。この鐘は、広島市やカナダのバンクーバー市にある平和

の鐘と同じ型で、3姉妹にあたる特別なものなんだって。今年は戦後80年。平和の大切さを、これからも忘れないようにしたいな。

めぐる平和の鐘  
(区民センター公園内)

昭和60年に区が行った平和都市宣言の記念として、名誉区民であり、人間国宝に認定された鍔金家・香取正彦氏から寄贈された梵鐘。区民センター公園内に設置されている。

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 >>>



## 防犯 QUIZ

正解は ▶▶▶

全て②が正解。

- ・防犯ブザーはいざという時にすぐ使えるような所に付けておきましょう
- ・知らない人には、「写真は撮らないでください」とはっきり断り、近くの大人に助けを求めましょう
- ・SNSなどで安易に自分の写真や個人情報を送ることは、犯罪に巻き込まれる可能性があります危険です



# 特殊詐欺の被害に遭わないために！



令和6年の区内の特殊詐欺認知は62件(前年比で23件増)、被害総額は約5億8,600万円でした。

これまで、「アポ電(※)」の多くは固定電話にかかってくる傾向にありましたが、昨今は、携帯電話へのアポ電も急増し、幅広い世代に被害が広がっています。また、ネットバンキングが利用されることも多く、高額被害が急増しています。

※詐欺の犯人が、事前に被害者の自宅や資産状況などを把握するためにかけてくる電話  
☎生活安全課(☎5722-9667、FAX 5722-7936)

## 手口は年々巧妙化しています

警察官や役所の職員、通信事業者を装い「あなた名義の携帯電話が犯罪に利用されている」「携帯電話の未納料金がある」などと、言葉巧みにビデオ通話などに誘い、偽の逮捕状や警察手帳を見せ、被害者を誤信させるケースや、電話番号末尾4桁に「0110」を表示させた国際電話から「アポ電」をかけてくるケースが散見されるなど、手口が一層巧妙化し、被害に歯止めがかからない状況です。

## 実際の電話の音声を聞いてください！

詐欺に遭わないようにするためには、犯人の手口を知ることが大切です。

音声公開中



## もしもに備えて、被害に遭わないための対策を知っておこう！

**POINT** 被害を防止するには、犯人からの電話に出ない対策が有効です

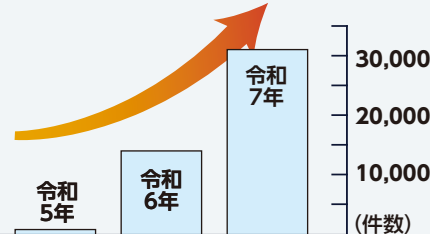
### 国際電話の着信ブロック(固定電話)

国際電話番号利用による特殊詐欺被害が全国的に多発しています。被害に遭わないためには、犯人からの電話を直接受けないための対策「国際電話の着信ブロック」が特に有効です。また、普段海外にいる人と固定電話で通話することがないかたには、国際電話の利用休止がお勧めです。

+(国番号)から始まる国際電話に注意！



犯行に利用された国際電話の件数  
(いずれも1月～5月。未遂など含む)



出典 「みんなとめ」広報チラシ

### 自動着信拒否・自動通話録音

区内在住者を対象に自動着信拒否装置(※1)(トビラフォン)、自動通話録音機(※2)の無償貸与を行っています。

※1 翌年度以降は使用料月額400円(税別)

※2 65歳以上の高齢者居住世帯が対象

いずれかを選択できるのは都内で目黒区のみ



自動着信拒否装置

詳しくは >>



自動通話録音機

詳しくは >>

固定電話



被害の多くは60～80代

国際電話不取扱受付センター

固定電話における国際電話の発信・着信を無料で休止できます。

0120-210-364

携帯電話



20～30代の被害が増加

警察庁・SOS47

特殊詐欺対策ページ「みんなとめ」

携帯電話の発信設定の見直し方など、今日からできる対策を紹介しています。

**POINT** 地域の犯罪発生情報や防犯情報がメールで届きます！

### メールけいしちょうの登録

## メールけいしちょうとは？

警視庁の情報発信サービスです。各地域の犯罪発生情報や、犯罪を防ぐために必要な防犯情報などを、登録したかたへEメールでお知らせします。

- 事件などの情報をタイムリーに提供
- 事件などの発生場所を地図情報で配信
- 携帯電話やパソコンから登録
- 配信される情報を自由に選択



### 登録方法

#### STEP 1 空メールの送信

下記メールアドレスに空メールを送信。  
✉ login@mail.keishicho.metro.tokyo.lg.jp

#### STEP 2 登録用メールを受信

自動返信されるメールに記載の登録用アドレスをタップ。

#### STEP 3 利用規約の確認

利用規約を読み、同意するにチェック。

#### STEP 4 登録事項の入力

受信種別(情報の種類)や、受信時間帯などを登録。



## 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.