情報BOX

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）
○○課（申込先の宛先）

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）

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

「みんな大好き!学校給食」パネル展

時 1月19日（月）8:30～1月23日（金）15:00
場 西口ロビー（総合庁舎本館1階）
内 区立小・中学校の給食・食育
問 学校運営課保健給食・健康係（☎5722-9306）

人権週間区民のつどい講演（動画配信）

令和7年12月5日開催の講演「ネットと人権について考えよう～自分も、大切な人も守るために」を、1月20日から区公式YouTubeチャンネル「めぐろTV」で配信します。
内 ネット上の差別やひぼう中傷への向き合い方、実例など
師 （株）情報文化総合研究所代表取締役　佐藤佳弘氏
問 人権政策課人権・同和政策係（☎5722-9214）

高齢者センター

❶手話でおしゃべり
時 1月31日～3月21日の第1・3・5土曜日13:30～15:00（全5回）
内 初心者向けの簡単な手話
申 1月21日までに、電話/窓口

❷健康講座
時 2月5日（木）14:00～15:00
内 できることから始める便秘予防
師 厚生中央病院皮膚・排泄ケア認定看護師　髙島絵理子氏
申 1月16日から、電話/窓口

❶❷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
定 ❶24人（抽選）❷55人（先着）
先 同センター（☎5721-2291）

ユネスコ美術教室

時 2月6日～3月6日の毎週金曜日 14:00～16:00（全5回）
場 緑が丘文化会館
内 古代技法で作るガラス工芸
師 ガラス工芸作家　由水直樹氏
定 20人（区内在住・在勤・在学者を優先して抽選）
¥ 教材費6,000円
申 1月25日までに、区Web/往復ハガキ（記入例1～4）
先 NPO法人目黒ユネスコ協会（〒153-0053五本木2-24-3 五本木小学校内、☎5725-6150）

毎日映画コンクール贈呈式

時 2月10日（火）贈呈式13:00～14:15・上映会14:30～17:00（予定）
場 めぐろパーシモンホール大ホール
内 令和7年に2週間以上劇場公開された映画を対象に、作品部門や俳優部門などの各賞を表彰
対 区内在住者（同伴者を含む）
定 200人（抽選）
申 1月15日～25日に、ハガキ/Eメール（記入例1、参加者全員〈2人まで〉の2～4）
先 めぐろパーシモンホール事業課（〒152-0023八雲1-1-1区民キャンパス内、☎5701-2913、✉mainichi-eiga@persimmon.or.jp ）

中小企業センター

❶女性のためのハーブ講座
時 2月10日（火）・25日（水）、3月11日（水）・25日（水）19:00～20:30（全4回）
内 ブレンドハーブティー作り
師 ハーブセラピスト　伊藤日出子氏
対 区内在住・在勤者の女性
¥ 材料費など8,800円

❷2時間で理解する会計講座
時 2月17日（火）18:30～20:30
内 簡単な財務諸表の作成
師 アスティ経理学院専属講師　七海彰氏
対 区内在住・在勤者
¥ 受講料2,000円

❸40代、50代からの起業準備セミナー
時 2月20日（金）18:30～20:30
内 起業へのステップと成功の秘けつ
師 中小企業診断士　橋本良一氏
対 起業を目指す40歳以上の区内在住・在勤者
¥ 受講料1,000円

❶～❸共通
場 中小企業センター（区民センター内）
定 ❶❷各20人❸40人（先着）
申 ❶1月16日～2月3日❷1月16日～2月10日❸1月16日～2月13日に、区Web/窓口
先 中小企業センター・勤労福祉会館（☎3711-1135。月曜日休館）

発達障害のあるかたの家族向け勉強・談話会

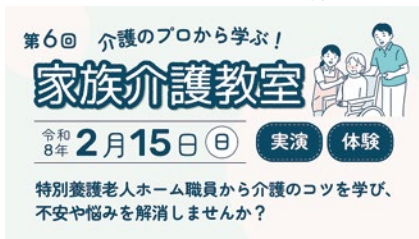
時 2月14日（土）9:30～11:45
場 東山住区センター
内 発達障害のあるかたが、社会に出ていくために、ライフステージに合わせて準備すること
対 発達障害児者の家族
定 20人（先着）
申 1月16日～2月10日に、電話/Eメール（記入例1～4、発達障害児者の5、参加者の続柄、Eメールアドレス）
先 発達障害支援拠点ぽると（☎6412-7151、✉porto-moushikomi@outlook.jp）

女性起業セミナー（中級編）

時 2月14日～3月7日の毎週土曜日 13:30～16:00（全4回）
場 中小企業センター（区民センター内）
内 起業の基本的な知識を高め、プレゼン力を身に付ける
師 TOKYO中小企業活性化プラットフォーム代表機関など
対 区内で創業を目指す女性・創業間もない女性
定 ①来場②オンライン=各15人（各抽選）
申 1月15日～2月2日に、区Web
問 産業経済・消費生活課中小企業振興係（☎3711-1134）

介護のプロから学ぶ! 家族介護教室

時 2月15日（日）①10:00～12:00 ②14:00～16:00
場 特別養護老人ホーム中目黒
内 ①着替え、オムツ交換のポイント ②ベッド上での介助、移乗介助のポイント
対 在宅で介護をする家族や援助者、介護に関心のある区内在住者
定 各10人（先着）
申 1月16日～2月10日に、電話/FAX/Eメール（記入例1 3 4、希望時間①または②〈両方希望も可〉）
先 同ホーム（☎5704-3631、FAX5704-3635、✉mehehe5735@mist.ocn.ne.jp）



「今考える防災」映画上映会と講演会

時 2月15日（日）11:30～17:00
場 区民センターホール
内 ドキュメンタリー映画「凪が灯るころ」上映、地域防災の講演会、能登写真展、能登特産品販売など
定 上映会・講演会は380人（先着）
問 目黒石川県人会（☎3713-2316）

フレイルチェック会

時 2月17日（火）14:00～16:00
場 こぶしえん
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
定 20人（先着）
申 1月16日から、電話
先 介護保険課介護予防係（☎5722-9608、FAX5722-9716）

図書館利用者懇談会

時 2月17日（火）10:15～11:45
場 中央町社会教育館
定 30人（先着）
申 1月16日～29日に、区Web/電話/FAX（記入例1 2 4、参加者全員の3）/各図書館窓口
先 八雲中央図書館庶務係（☎5701-2793、FAX5701-2794）

目黒区障害者就労促進講演会

時 2月18日（水）13:30～16:00
場 大会議室（総合庁舎本館2階）
内 障害者の就労と生活を支える福祉サービス、区の自立生活援助事業の取り組みなど
師 （一社）全国手をつなぐ育成会連

凡例 時日時 場会場 内内容 師講師 対対象 定定員 ¥費用 申申し込み 先申込先 問問い合わせ Webウェブサイト ◎申込期限に（消印有効）の記載がない場合は必着です