

# 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)
  - 〇〇課(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)

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。

申し込みの記載がないイベント記事は、当日会場へ

## 講座・催し

### パソコン教室

講座名	日時(全5回)
ワード基礎	①6月20日～7月18日の毎週 土曜日9:30～12:30 ②6月22日(月)・25日(木)・26日(金)・29日(月)・30日(火) 9:30～12:30
エクセル基礎	①6月20日～7月18日の毎週土 曜日13:30～16:30 ②6月22日(月)・25日(木)・26日(金)・29日(月)・30日(火) 13:30～16:30

場 目黒区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)  
¥ 受講料など21,810円  
申 専用Web/月・水・金曜日10:00～16:00に、電話  
先 同教室

### 風情ある古民家で七夕行事

時 7月1日(水)～8日(水)9:30～15:30(お話し会7月4日(土)11:00～11:45)  
場 古民家(すずめのお宿緑地公園内)(一部、ベビーカーなどの利用制限あり)  
内 古民家の縁側に飾る七夕飾りの制作指導、七夕にちなんだお話し会  
問 生涯学習課郷土資料室  
(☎3715-3571)

### デジタル終活～人生100年時代の老い支度

時 6月30日(火)10:00～12:00  
場 養護老人ホーム白寿荘  
内 スマートフォンやパソコンなどのデジタル終活の講話など  
師 デジタル遺品を考える会代表 古田雄介氏  
対 65歳以上の駒場・菅刈・東山・烏

森住区エリア在住者  
定 40人(先着)  
申 6月16日～29日に、電話/FAX/Eメール(記入例①～⑤)  
先 目黒区社会福祉協議会(☎5708-5792、FAX 3711-4954、✉sasa\_eai@meguroshakyo-i.net)

### 目指せ健康な100歳!フレイルチェック会

日時	会場
7月10日(金) 14:00～16:00	目黒本町社会教育館
7月16日(木) 14:00～16:00	緑が丘文化会館

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 各20人(先着)  
申 6月16日から、電話  
先 介護保険課介護予防係  
(☎5722-9608、FAX 5722-9716)

### 発達障害のあるかたの家族向け勉強・談話会

時 7月11日(土)9:30～11:45  
場 東山住区センター  
内 親子関係を深めるため、家庭でできる取り組み(家庭学習など)の講義や談話  
師 NPO法人発達相談支援協会 Lagom代表 岡村矢恵子氏  
対 発達障害児者の家族  
定 20人(先着)  
申 6月16日～7月8日に、区Web/電話  
先 発達障害支援拠点ぽると(☎6412-7151)

### クレイ入門講座 夏のクレイジェルローション

時 7月11日(土)13:00～15:00  
場 中小企業センター(区民センター内)  
内 夏用のクレイジェルローションを作る

師 クレイセラピスト 中川利恵氏  
対 区内在住・在勤の女性  
定 12人(先着)  
¥ 受講料2,000円  
申 6月16日～30日に、区Web/窓口  
先 同センター・勤労福祉会館(☎3711-1135、月曜日休館)



### マンマの会20周年 あそびのレンズ上映会

時 7月11日(土)①13:30②17:00-12日(日)①10:00②13:30から  
場 子育てサロンココロ  
内 映画上映とトークイベント  
定 各15人(先着)  
¥ 参加費1,000円(中学生以下無料)  
申 専用Webにて、受け付け中   
問 子育てサロンココロ (☎6421-1122)

### プラスチック削減で守る環境と健康

時 ①7月11日(土)②7月18日(土)13:30～15:30(全2回)  
場 緑が丘文化会館  
内 ①プラスチックの化学物質と人・環境への影響②プラスチックを減らすための生産と消費  
師 東京農工大学名誉教授 高田秀重氏  
定 30人(抽選)  
申 6月30日までに、区Web/電話/FAX(記入例①～⑤、保育く2歳以上の未就学児=抽選2人)希望者は子どもの③⑤⑥)  
先 同館(☎3723-8741、FAX 3723-2187)

### 草木染を体験してみよう!

時 7月11日(土)15:30～17:00  
場 花とみどりの学習館  
内 公園で栽培した植物でハンカチの草木染を体験  
対 3歳～小学生と保護者  
定 10組(抽選)  
¥ 材料費1枚600円(最大2枚まで)  
申 6月15日～29日に、区Web   
問 同館(☎5721-0871)

### 里山さんぽ～田んぼのいきものさがし

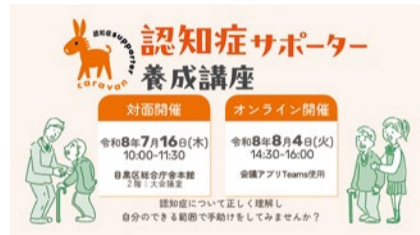
時 7月12日(日)①10:00～10:30②10:45～11:15  
場 駒場野公園  
内 子どもの目線とペースでケルネル田んぼを散歩する  
対 ①3歳以下の子どもと保護者②4～6歳の未就学児と保護者  
定 ①②各10組(抽選)  
申 7月1日までに、往復ハガキ(記

入例①～⑤、保護者の③)  
先 駒場野公園自然観察舎  
(〒153-0041駒場2-19-70、☎3485-1754)



### 認知症サポーター養成講座

時 ①7月16日(木)10:00～11:30②8月4日(火)14:30～16:00  
場 ①大会議室(総合庁舎本館2階)②オンライン  
内 認知症の解説や接し方  
定 ①80人②30人(各先着)  
申 6月16日～7月14日に、①区Web/電話(保育く1歳以上の未就学児=先着4人)希望者は子どもの③⑤、手話通訳希望者は7月3日までに予約)、②区Web   
先 福祉総合課認知症施策推進係(☎5722-9702)



### 消費者被害防止!! スマホ安全教室

時 7月16日(木)14:00～16:00  
場 消費生活センター  
内 スマートフォン初心者向けにインターネットトラブルの対処法、安全な利用ポイントを自分のスマートフォンを操作しながら学ぶ  
師 (一社)消費生活総合サポートセンター派遣講師  
定 10人(抽選)  
申 6月29日までに、区Web/電話/FAX(記入例①～④)   
先 同センター(☎3711-1133、FAX 3711-5297)

### 東京科学大学病院支援基金 市民公開講座

時 7月16日(木)16:00～17:00  
場 東京科学大学大岡山キャンパス  
内 東京科学大学病院と学ぶ医療の最前線「ゲーム・スマホ依存症対策」「これからの摂食えんげりハビリ」  
師 東京科学大学病院教授 戸原玄氏など  
定 250人(抽選)  
申 7月12日までに、専用Web  
問 東京科学大学社会連携課 (☎5734-2417、✉fund@adm.isct.ac.jp)