



講座・催し

エコ・園芸生活講座



家庭でも実践できる生ごみ堆肥づくりや循環型の園芸、ハーブの育て方・利用法などを公園の園芸作業を通して学びます。

時 10月～令和9年2月の第2・4金曜日10:00～12:30(全10回)

場 花とみどりの学習館

対 高校生以上

定 16人(抽選)

¥ 材料費1,000円

申 9月14日までに、区 Web /ハガキ(講座名、郵便番号・住所、氏名〈ふりがな〉、電話番号、年齢)



生ごみ堆肥づくり



ハーブの育て方・活用の仕方



野菜くずを活用した染色

問 先 花とみどりの学習館(〒153-0061中目黒2-3-14中目黒公園内、☎ FAX 共通5721-0871)



講座・催し

絵本読み聞かせ シニアボランティア養成講座



絵本の読み聞かせの意義、絵本の選び方、発声方法などの絵本の読み聞かせボランティアに必要な技術を学びます。本講座は、シニアのボランティアが子どもたちを中心に絵本の読み聞かせを行い、世代間交流をする「りぷりん」という取り組みを基に開催し、認知症予防プログラムも組み込まれています。

内容	日時(全18回)
説明会	10月21日(水)14:00～16:00
からだと脳の元気度測定 (認知度を測るプログラム)	10月28日(水)、令和9年2月3日(水)
ボランティア養成講座	11月4日～令和9年1月27日(12月30日を除く)の毎週水曜日14:00～16:00
フォローアップ講座	令和9年2月10日～24日の毎週水曜日14:00～16:00

場 第15会議室(総合庁舎本館地下1階)など

師 シニアの絵本読み聞かせインストラクター 堀玲子氏

対 9月1日現在、要介護認定を受けていない65歳以上の区内在住者

定 20人(抽選)

申 9月16日までに、区 Web /電話

問 先 高齢福祉課いきがい支援係(☎ 5722-9837、FAX 5722-9474)



スポーツ

めぐろスポーツまつり

スポーツを通じて健康になってもらうことを目的に開催しているスポーツまつり。子どもから大人まで楽しめる体験会や教室を開催します。ぜひご参加ください。

時 10月4日(日)9:00～15:30 ※駐車場利用不可

場 碑文谷体育館

※天候などにより、内容を変更する場合あり



開会式 場 体育室 内 区内中学校ダンス部ダンス披露(9:00から) 式典(9:15から) ラジオ体操(9:30から)

イベント一覧

1	申	親子サッカー教室 時 ①10:00～11:00②11:00～12:00 場 体育室 師 東京ヴェルディサッカースクールコーチ 対 ①4歳以上の未就学児と保護者 ②小学1・2年生と保護者 定 各20組(抽選)
2	申	ピックルボール※1(当日参加可) 時 13:00～15:00 場 体育室 師 ピックルボール日本連盟エグゼクティブアドバイザー 堀尾正明氏 対 小学生以上 定 32人(抽選)
3	申	硬式テニスワンポイントレッスン 時 10:00～12:30 場 庭球場 師 ダンロップ所属 鈴木貴男氏 対 ①小学生②中学・高校生、18歳以上(高校生を除く)の③初級者④中級者 定 各12人(抽選)
4	申	ソフトテニスワンポイントレッスン 時 13:00～15:00 場 庭球場 師 総合型地域スポーツクラブさとまちのみりよく所属 山口大地氏 対 中学生以上 定 40人(抽選)
5	申	少年少女野球教室 時 10:00～13:00 場 野球場 師 つばめスポーツ振興協会 対 小学生 定 40人(抽選)
6	当	ポッチャ、シャフルボード※2 時 13:00～15:00 場 体育室
7	当	区スポーツ推進委員協議会の活動紹介 時 10:00～15:30 場 体育館2階
8	当	eパラスポーツ・バーチャルスポーツ体験 時 10:00～15:30 場 体育館2階

9	当	バルーン遊具 時 10:00～15:00 場 野球場脇 対 小学生以下
10	当	ティーボール 時 13:30～15:30 場 野球場 対 小学生以上
11	当	スナッグゴルフ 時 13:00～15:30 場 野球場
12	当	モルック※3 時 13:00～15:30 場 野球場
13	当	庭球場無料開放(ソフトテニス) 時 10:00～12:30 場 庭球場 対 小学生以上
14	当	庭球場無料開放(硬式テニス) 時 ①13:00～14:00②14:00～15:00(10:00から受け付け) 場 庭球場 対 18歳以上(高校生を除く)の初・中級者 定 各24人(先着)
15	当	ノルディック・ウォーキング 時 ①11:00～12:00②13:00～14:00(各開始時間までに受付へ) 場 ウォーキングコース 定 各15人(先着)
16	当	健康コーナー 時 10:00～15:30 場 体育館2階 内 血管年齢測定、野菜摂取量測定など
17	当	物販・模擬店 時 10:00～15:30 場 駐車場 内 飲食物などの販売
18	当	スポルテ目黒PRブース 時 10:00～15:30 場 野球場横広場

※1 テニス、バトミントン、卓球を合わせたニュースポーツ

※2 コート上に円盤を押し出し、得点区域に到達させて競うスポーツ

※3 木の棒を投げる点取りゲーム

申 ①～⑤=9月13日までに、区 Web /FAX/ハガキ(種目名、郵便番号・住所、氏名〈ふりがな〉、電話・FAX番号、年齢、学年、在勤・在学・在園者は名称・所在地、種目ごとの必要事項〈詳細は区 Web をご覧ください〉)/窓口



問 先 めぐろスポーツまつり実行委員会事務局(スポーツ振興課計画指導係内(総合庁舎本館1階)、〒153-8573目黒区役所〈住所不要〉、☎ 5722-9317、FAX 5722-9754)