



講座・催し

60歳からハマる!始める!ダンス

「体を動かす機会を増やしたい」「新しい仲間と出会いたい」「ダンスに興味はあるけれど初心者だから不安」などと考えているかたにおすすめです。

①仲間と楽しく健康づくり! ウェルネス・ダンス・ベース



「ダンスを通じて地域で集い、ウェルネス(健康)につながる場」を目的に誕生したダンスコミュニティです。同じメンバーで継続して活動するため、地域の仲間づくりにもつながります。楽しく体を動かしながら、心も体も元気になる時間を一緒に過ごしませんか。

時 12月10日・24日、1月7日・21日、2月4日・18日、
3月4日・18日の木曜日17:30~18:30(全8回)

場 大会議室(総合庁舎本館2階)



運営・ダンスレクチャーは、主に(株)LDH JAPAN所属インストラクターの指導を受けためぐろ区民インストラクターです。



②めぐろ×LDH シニア青春ダンス講座



(株)LDH JAPAN所属インストラクターによる、ダンスの楽しさや魅力を体験できる講座です。この機会に、音楽に合わせて無理なく体を動かす楽しさやダンスの魅力を体験してみませんか。

時 11月12日(木) 17:00~18:00 場 EXPG STUDIO TOKYO



①②共通

対 立位で軽い運動ができる、60歳以上の区内在住者 定 各30人(初参加者を優先して抽選)

申 ①10月16日~30日 ②10月16日~26日に、区 Web / 申込書(申込先で配布。区 Web から印刷可)を郵送/窓口

これらの講座はMDC Senior Wellness Project(シニア・ウェルネス・プロジェクト)から生まれました



問 先 介護保険課介護予防係(〒153-8573目黒区役所〈住所不要〉、総合庁舎本館2階、☎5722-9608、FAX 5722-9716)



お知らせ

目黒区区政功労者表彰



区は、区政の振興発展と区民福祉、文化向上に貢献したかたを、区政功労者として表彰しています。今年度は、10月1日にめぐろパーシモンホールで区政功労者表彰式を行い、126人を表彰しました(五十音順。敬称略)。

●自治功労

区議会議員 山本ひろこ

付属機関等委員 池田幸雄、大竹智、吉川理子、久保鈴子、清水泰樹、村山武彦、吉村伸子

●地域自治振興功労

住区住民会議役員など 大橋優子、森田敦子

町会自治会役員など 朝倉静子、安藤博、石井晟、稲村とし子、大西昌善、小澤淑子、加藤健、金森博寿、河手正子、駒形由美、斎藤久美子、塩原啓作、須賀幸子、鈴木規子、鈴木春枝、高木啓子、辻井典子、椿雄、中井澄子、中村雅美、西田由美子、野中久仁子、福田美恵子、武藤国宏、渡邊良章

●地域社会発展功労

交通安全協会役員 近藤美知子

防犯協会役員 今井孝志

消防関係団体役員 佐藤興治

消防団員 荒井力、今井誠、河上翔太、川島和彦、川原伸昭、清水浩一、高松洋一、瀧澤知子、田邊明美、田村勝、中林功、西崎翔、林和志郎、船越三枝子、増田順治

投票管理者・立会人 小川正、杉本和弘、

藤田小春、村松ひさ子

明るい選挙推進委員 吉岡一明

防災区民組織の構成員 今井忠一、瀬谷陽三郎、山田順一

●納税功労

納税関係団体役員 和泉田勲、鍋木敏嗣、仁科健治

●学校教育功労

私立幼稚園教職員 久保田八千代、小杉由紀子、鈴木朝子、高橋さと子、田畑優子、原鮎美、三浦悦子

●社会教育・スポーツ振興功労

PTA役員 板井淳、岩富孝允、工藤香織、佐藤美亜、矢口捺視

スポーツ推進委員 新井裕之、石原容子、伊藤道昭、中村佑、東誠

青少年委員 入江正、小倉恵子、三田春彦

スポーツの普及・振興 釧持とよ子

●文化功労

芸術、文化活動団体役員 小野瀬康裕、原正裕、望月 昇

芸術文化の普及・振興 花柳百々樹

●社会福祉功労

保護司 増田勝美

社会福祉関係団体職員 池田喜代江、伊藤彩由美、木寄秀一、圓谷嘉宏、鶴田勇一

家庭福祉員 山本啓子

竹の子クラブ役員 阿部富江、佐治富士子、高橋大

在宅福祉サービスセンター協力会員 大野利子、吉川敏子、吉田昌子

●保健衛生功労

保健衛生関係団体役員 飯ヶ谷知彦、田島厳吾、花谷勇治、吉田敏英、渡邊英章

学校医 飯塚雄志、中澤伸子、中島悦子、西山久美子

学校歯科医 奥居憲太郎、堀井昇

学校薬剤師 小林正

保育園医 柴若継雄

●産業振興功労

中小企業関係団体役員 伊藤勲、伊庭秀幸、牛山隆二、小田秀知、佐藤昇、下平景一、豊島利男、中村健二郎

●労働精励

職務精励・和菓子産業の振興 宮田健治

●建設功労

建設事業団体役員 石川智章

●奉仕・徳行功労

ボランティア活動 秋山清

問 総務課総務係(☎5722-9205、FAX 5722-9409)

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
「目黒区広報広聴課」



LINE
公式アカウント
「目黒区」



※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.

