

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、
☎5722-6891、✉meguro@meguro-kanko.com)

女性のための
ワインの楽しみ方講座

時 11月26日(木)、12月2日(水)・9日(水) 18:30～20:00(全3回)
場 中小企業センター(区民センター内)
内 ソムリエの話、ワインの試飲
師 WINE MARKET PARTY店長 沼田英之氏など
対 区内在住・在勤で20歳以上の女性
定 40人(先着)
¥ 試飲代など12,000円
申 11月3日～20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)

家族介護教室

時 11月28日(土)①10:00～12:00 ②14:00～16:00
場 さんホーム目黒
内 ①介護保険サービス申請手続きから利用まで②介助に生かせる福祉用具の活用と介助のコツ
対 在宅で高齢者を介護する家族や援助者など
定 各15人程度(先着)
申 11月2日～20日に、電話/FAX/Eメール(記入例①③④、希望時間①または②〈両方でも可〉)
先 同ホーム(☎6303-3137、☎6303-1187、✉sunhome-mg@joy.ocn.ne.jp)

クリスマスリースづくり

時 11月29日(日) 14:00～15:00
場 花とみどりの学習館
対 小学4年生以上
定 15人(抽選)
¥ 材料費800円
申 11月13日までに、往復ハガキ(記入例①～⑤)
先 花とみどりの学習館(〒153-0061 中目黒2-3-14 中目黒公園内、☎5721-0871)

ひきこもりと障害年金

時 12月2日(水) 13:30～15:30
場 大会議室(総合庁舎本館2階)
内 ひきこもりを経験した社会保険労務士が語る、生きるための支援
師 社会保険労務士 岩崎裕司氏
対 ひきこもりにお悩みのかた、支援について興味があるかた
定 ①来場100人②オンライン50人(各先着)
申 11月2日～18日に、区 Web / 電話/FAX(記入例①③〈匿名可〉④、区内または区外在住、参加方

法①または②、②の場合はEメールアドレス)
先 福祉総合課ふくしの相談係(☎5722-9363、☎5722-9062)

障害者差別解消区民講演会

時 12月5日(土) 14:00～16:00
場 中目黒GTプラザホール
内 高次脳機能障害について専門家と当事者による講演
師 (一社)戸田中央メディカルケアグループ本部リハビリテーション医療特別顧問 渡邊修氏など
定 100人(先着)
申 11月2日～30日に、区 Web / 電話/FAX(記入例①～④、Eメールアドレス、区内在勤・在学者はその旨、保育〈6カ月以上の未就学児〉希望者は11月13日までに、子どもの③⑤、性別)
先 障害施策推進課計画推進係(☎5722-9848、☎5722-6849)

ひとり親家庭クリスマス会

時 12月6日(日) 13:00～15:00
場 第15会議室(総合庁舎本館地下1階)
対 区内在住のひとり親の子どもと保護者
定 20組(先着)
申 11月2日から、電話
先 目黒区社会福祉協議会(☎3719-8909、☎3719-8715)

人権週間区民のつどい

時 12月7日(月) 12:30～15:15(12:00開場)
場 大会議室(総合庁舎本館2階)
内 講演「SNS時代、今や貴方も発信者～悪意なき人権侵害を防ぐ為に」とDVD上映。目黒本町福祉工房製作の干支土鈴をプレゼント
師 元TBSアナウンサー 下村健一氏
定 100人(先着)
申 11月5日から(保育〈1歳以上の未就学児=先着5人〉、要約筆記・手話希望者は11月16日までに) 区 Web / 電話
先 人権政策課人権・同和政策係(☎5722-9214)

いつまでも安全においしく
食べるために

時 12月8日(火) 13:00～15:00
場 心身障害者センターあいアイ館
内 えん下障害のあるかたに対する在宅の食事、水分補給についての入門講座。とろみ剤やえん下食体験、介助自助具展示など
定 20人(先着)
申 11月2日から、区 Web / 電話
先 同館(☎5701-2221)

めぐろ×LDH シニア青春ダンス講座

時 12月10日(木) 17:00～18:00
場 EXPG STUDIO TOKYO
申 11月2日～16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
先 介護保険課介護予防係(総合庁舎本館2階、☎5722-9608)



茶道入門講座

時 12月12日(土) 13:30～15:30
場 勤労福祉会館(区民センター内)
師 表千家 山本宗弘氏
定 16人(抽選)
¥ 和菓子代1,500円
申 11月3日～20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)



はじめてのおうち性教育

時 12月12日(土)・19日(土) 14:00～16:00、令和9年1月9日(土) 10:00～12:00(全3回)
場 緑が丘文化会館
内 子どもの「なぜ?」に寄り添い、自分も相手も大切にする力を育む包括的性教育を人権視点で学ぶ
師 (一社)人間と性教育研究協議会代表幹事 北山ひと美氏など
対 幼児の保護者・関心のあるかた
定 30人(抽選)
申 11月24日までに、区 Web / 電話/FAX/ハガキ(記入例①～④、保育〈2歳以上の未就学児=抽選6人〉希望者は子どもの⑤)/窓口
先 緑が丘文化会館(〒152-0034 緑が丘2-14-23、☎3723-8741、☎3723-2187。月曜日休館)

伝統文化子ども教室
親子で体験! 狂言と玉すだれ

時 12月13日(日)①10:00～12:00 ②13:30～15:30
場 めぐろパーシモンホール小ホール
師 狂言師 奥津健太郎氏など
対 小学生と保護者
定 各25組(抽選)
申 11月16日までに、区 Web / 電話
先 文化・交流課文化・観光係(☎5722-9553)

あなたらしい
人生の最終段階の過ごし方

時 12月19日(土) 13:30～15:00
場 東京医療保健大学国立病院機構キャンパス

内 終末期医療の動向や課題、ACP(アドバンス・ケア・プランニング)体験など。同大学と教育委員会の連携講座
師 東京医療保健大学東が丘看護学部教授 竹内朋子氏
定 70人(抽選)
申 11月20日までに、区 Web / 電話/FAX/ハガキ(記入例①～③、電話番号、年代〈複数人で参加の場合は全員の③と年代〉)
先 生涯学習課生涯学習係(☎5722-9314、☎3715-3099)

スポーツ

ゴルフ教室(初心者向け)

①シニアゴルフ教室
時 11月26日(木)①9:30②10:30 ③11:30から(各50分)
内 体に優しいゴルフレッスン
対 60歳以上の初心者
②ジュニアゴルフ教室
時 11月29日(日)①13:30②14:30 ③15:30から(各50分)
内 ゴルフレンジでのレッスン
対 小学校4年～中学生
..... **①②共通**
場 ONESTARゴルフスタジオ自由が丘
定 各3人(先着)
申 11月2日から、電話/Eメール(記入例①～⑤)
先 同スタジオ(☎5654-7072、✉info@onestargolfstudio.com)

お知らせ

会議を公開します

会議名	日時・会場など
①地域福祉審議会	12月1日(火) 18:00～20:00 大会議室(総合庁舎本館2階)
問 健康福祉計画課保健福祉計画係	(☎5722-9406、☎5722-9347)
②障害者自立支援協議会	12月2日(水) 18:00～20:00 政策会議室(総合庁舎本館4階)
問 障害施策推進課計画推進係	(☎5722-9848、☎5722-6849)

※傍聴希望者は当日会場へ
※手話通訳希望者は①11月17日②11月16日までに、保育(未就学児)希望者は①11月17日までに予約