

&lt;11面から続く&gt;

### リサイクル・マーケット出店者を募集します

申し込み方法など詳細は、問い合わせ先HP(コード⑪)をご覧ください。

時8月27日(日)9:00~15:00

場目黒川船入場(中目黒1-11-18)

¥1区画振り込み2,200円、当日入

金2,500円(町会・商店街加入者

は無料登録あり)

後援 目黒区

問リサイクル推進友の会(④3412-6857)



⑪

8月16~31日に、保健予防課保健サービス係(④5722-9503、FAX5722-9508)へ



⑬

### 生活習慣病予防講座 「元気ごはんとオーラルケア(高血圧)」

時9月13日(水)10:00~11:30

場総合庁舎本館3階保健予防課

内高血圧予防のための栄養講話やレシピ紹介、口くうエクササイズ

師管理栄養士 長田都与子氏ほか定10人(先着)

申8月16日から、電話で、保健予防課保健サービス係(④5722-9503、FAX5722-9508)へ。保育(4ヶ月以上の未就学児=先着3人)希望者は8月31日までに予約

### 妊婦ごはんとオーラルケア

時9月20日(水)13:30~15:00

場総合庁舎本館3階保健予防課

内妊娠中の栄養とレシピの実演、口のトラブルやセルフケア

師歯科医師 家泉育子氏ほか

対妊娠中のかたと同伴者

定8組(先着)

申区HP(コード⑭)で、8月16日~9月18日に、保健予防課保健サービス係(④5722-9503)へ

### 目黒区歯科医師会 ~口腔がん検診

時10月1日(日)10:00~13:00

場目黒区歯科医師会館(中央町2-13-11)

内口くう外科専門医・指導医を含む検診医グループによる検診

対1年以内に同じ検診を受けていない40歳以上

定40人程度(抽選)

申込先HP(コード⑮)、ハガキ・FAX(記入例

①~⑥を記入)で、9月4日(必着)までに、目黒区歯科医師会事務局(④152-0001中央町2-13-11、④3719-8201、FAX3719-8270)へ

⑮

問生活衛生課食品衛生係  
(④5722-9506、FAX5722-9508)

## 食中毒予防の3原則

高温・多湿の時期は、微生物による食中毒の発生に注意が必要です。食中毒予防の3原則を習慣にして食中毒を予防しましょう。

原因となる菌を

付けない



調理前、生の肉や魚を扱った後などは手洗い。調理器具も洗浄・殺菌

増やさない



購入した食材はなるべく早く冷蔵庫・冷凍庫に保管

やっつける



食材の中心部まで十分に加熱(75℃で1分間以上)

当選した  
かた向け

## めぐろデジタル商品券を ご購入ください

問めぐろデジタル商品券センター④0120-505-006  
(月~金曜日8:30~17:15、土曜・日曜・祝・休日10:00~18:00)

目黒区商店街連合会がプレミアム率30%の商品券「めぐろデジタル商品券」を販売しています。当選者には8月10日頃に当選メールをお送りしました。販売期間内にご購入ください。購入方法など詳細は、専用HP(コード⑯)をご覧ください。



⑯

販売期間 8月15日(火)~9月14日(木)

販売価格 1セット5,000円(商品券6,500円分)

※第2回申し込み開始は9月1日を予定しています

### 説明会を行います

商品券の疑問や購入方法などの説明会を実施します。  
当選メールを確認の上、事前に申し込みください。

日時	会場
8月26日(土)・9月5日(火)9:30~11:30	向原住区センター(目黒本町5-22-11)
8月27日(日)18:30~20:30	鷺番住区センター(鷺番3-17-20)
8月28日(月)・30日(水)13:30~16:30、9月4日(月)9:30~11:30	総合庁舎本館E会議室
8月29日(火)9:30~11:30	菅刈住区センター(青葉台2-10-18)
8月31日(木)9:30~11:30、9月7日(木)13:30~16:30	緑が丘文化会館(緑が丘2-14-23)



目黒区商店街連合会  
公式キャラクター  
「スマにゃん」

### 出張スマホ相談を行います

アプリの操作方法などの説明で、相談員がご自宅に伺います。詳細は、専用HP(コード⑯)または当選メールを確認の上、申し込みください。



目黒にすむ私たちが語る、  
みどりといきものたち  
地球のいのち、つないでいく  
ささえあう生命の輪 目黒区生物多様性

## 目黒自然図鑑 83

### 区の花～ハギ

▲総合庁舎屋上に咲くハギ



夏休み期間中、野草をたくさん見つけられた?

シイ博士

この間、ハギの花を見つけたよ。その時、シジミチョウがちょうど蜜を吸いにきていたよ



シジュウカラさん



ハギは武蔵野の原野を代表する花で、和歌や万葉集で多く詠まれ、広く親しまれている花だね

区を象徴する花でもあるよね!鮮やかな紅紫色で、きれいな花だったよ



花が咲いている時は、地面につくほど枝がしだれて、よりきれいに見えるよね。ハギは紅紫色のほかに白色もあるよ



そなんだ。今度またハギの花を探してみよう



夏に観察できる昆虫、植物などの情報を寄せください。専用HP(コード⑰)、郵便・Eメール(住所、氏名、いきものの名前、観察場所・日時を記入)で、みどり土木政策課みどりの係(④153-8573目黒区役所(住所不要)、sizen@city.meguro.tokyo.jp)へ



⑰