

情報ボックス

講座などへの
申し込み方法

ハガキ・FAX の記入例

- 1 講座名など
- 2 郵便番号・住所
- 3 氏名(ふりがな)
- 4 電話・FAX番号
- 5 年齢
- 6 性別

往復ハガキには、返信用にも住所・氏名を書いてください

記事に特に記載がない場合は、

- 重複申し込み不可
- 費用は無料
- 対象者は原則、区内在住・在勤・在学者
- 1人1枚1講習(コース・行事)

申込先に所在地がない場合の宛て先
〒153-8573
目黒区役所(住所記入不要)
◎◎◎◎課(申込先の宛て名)

②小杉ぶどう園(八雲5-8-3)
内容 収穫量に応じた金額で購入。売り切れ次第終了
圃産業経済・消費生活課経済・融資係(☎5722-9880)。希望者は実施日に各園へ

勤労者将棋大会

日時 9/8(土)9:00から 会場 勤労福祉会館(目黒2-4-36 区民センター内) 種目 段・級位によるクラス別リーグ戦 対象 区内在住の勤労者、在勤者 定員 30人(先着) 費用 参加費500円(申込時に持参)。入賞・参加者に賞品あり
☎9/2までに、中小企業センター・勤労福祉会館(☎3711-1135。月曜日休館)の窓口へ

お知らせ

Jアラート(全国瞬時警報システム)の全国一斉試験放送を実施します

緊急時の情報連絡手段として、区内65カ所に設置している防災行政無線から、試験放送を行います。

日時 8/29(水)11:00頃
圃生活安全課危機管理係(☎5722-9164)

街区調査を行います

登記簿や土地境界図などをもとに調査・測量を行い、区道や水路敷と民有地との境界を確認する街区調査を実施します。該当する土地の所有者には、別途お知らせします。

実施期間 9月上旬~31年3月中旬
対象地域 上目黒2丁目・下目黒5丁目・目黒本町4丁目・目黒本町6丁目の一部
圃道路管理課境界係(☎5722-9467)

特別区民税・都民税、国民健康保険の臨時窓口の開設

納付相談・収納、国民健康保険の加入・脱退・被保険者証交付などの手続きを行います。

課税に関する相談、税の申告、税証明書の発行などはできません。

日時 8/25(土)10:00~16:30
会場 <納付相談・収納>総合庁舎本館1・2階税務課<国民健康保険の手続き>総合庁舎本館1階国保年金課圃税務課徴収第二係(☎5722-9831)

外国籍のかたも国民年金に加入しましょう

日本に住所のある20~59歳の外国籍のかたが、ほかの公的年金制度に未加入の場合、国民年金に加入しなければなりません。加入して一定の要件を満たせば、老齢基礎年金や障害基礎年金などが受けられます。30年度の保険料は、月額16,340円です。納付が困難な場合は、所得などに応じて保険料の免除や減額制度があり、50歳未満のかたや学生には、保険料の猶予制度があります。詳細は、国保年金課国民年金係(☎5722-9814)にお問い合わせください。なお、年金保険料を6カ月以上納付し、老齢基礎年金の受給資格がなく国外に出国した場合は、2年以内の請求で脱退一時金が受け取れます。圃目黒年金事務所(☎3770-6421)

中学校卒業程度認定試験

病気などの理由で義務教育を修了

できなかったかたを対象に、中学校卒業程度の学力認定試験を行います。合格者には高校の入学資格が与えられます。

受験資格 31年3/31現在、満15歳以上で、義務教育諸学校への就学の猶予または免除を受けたかたなど
願書受付期間 8/20~9/7 試験日 10/25(木)
圃都教育庁義務教育課(☎5320-6752)

指定管理者募集

応募資格・方法など詳細は、募集要項をご覧ください。

| | | |
|-------------|------------------------|--------------------------|
| 募集施設 | 高齢者センター | 知的障害者グループホーム(のぞみ寮) |
| 募集要項 | 8/17まで、総合庁舎本館2階 | |
| | 高齢福祉課で配布 | 障害福祉課で配布 |
| ホームページから印刷可 | | |
| 受付期間 | 8/29(水)~9/5(水) | |
| 問い合わせ | 高齢福祉課施設事業係(☎5722-9843) | 障害福祉課障害施設事業係(☎5722-9893) |

子育て応援とうきょうパスポートをご利用ください

都は、子育て世帯や妊娠中のかたを対象に、企業や店舗等の割引引き、粉ミルクのお湯のサービスなどを提供する、子育て応援とうきょうパスポート事業を実施しています。詳細は、都ホームページをご覧ください。圃都福祉保健局少子社会対策部計画課(☎5320-4115)

保健衛生

40~49歳胃がん検診(9月受診分)

検診日 申し込み後、検診機関から実施日を通知 会場 健康医学協会霞が関ビル診療所(日比谷線霞ヶ関駅下車7分) 内容 胃X線検査(バリウム) 対象 区内に住居登録がある、昭和44年4/1~54年3/31生まれのかた。ただし次のかたを除く①胃・十二指腸の治療中・経過観察中・手術を受けた②1年以内に胃の検診を受けた③妊娠中またはその可能性がある。今年度受診者は来年度の受診不可

圃電話で、8/13までに、碑文谷保健センター保健サービス係(☎3711-6446、圃☎5722-9330)へ

10・11カ月児育児学級

日時 8/21(火)13:30~15:10
会場 碑文谷保健センター 内容 子育て・栄養・歯の話や実習を通して育児のあり方を学ぶ 対象 区内在住の29年8/22~10/31生まれの乳児と保護者 定員 30組(先着)
圃電話で、碑文谷保健センター保健サービス係(☎3711-6446、圃☎5722-9330)へ

糖尿病予防・改善講座「糖尿病について知識を深め、食生活改善につなげよう！」

日時 9/6(木)10:00~11:30
会場 総合庁舎本館3階目黒区保健所 定員 30人(先着)
圃電話で、保健予防課保健サービス係(☎5722-9503、圃☎5722-9508)へ

講演・講習

高齢者センター講習会・健康講座「転ばぬ先の予防教室~いつまでも元気に暮らしましょう」「シニア向けスマートフォン講習会」

会場 高齢者センター(目黒1-25-26 田道ふれあい館内) 対象 60歳以上の区内在住者。参加には高齢者センター利用登録が必要

<転ばぬ先の予防教室~いつまでも元気に暮らしましょう>

日時 8/22(水)14:00~15:30
内容 厚生中央病院の理学療法士による転倒予防の講演と体操 定員 40人(先着)

<シニア向けスマートフォン講習会>

日時 9/6(木)・7(金)①9:30~12:00②13:30~16:00(全2回) 定員 各28人(先着)。講習用のシニア向けスマートフォンを使用
圃電話で、高齢者センター(☎5721-2291)へ。窓口申し込み可

地域サークル講座「はじめての水彩画」

日時 9/4~11/20の第1・3火曜日13:30~16:00(全6回) 会場 目黒本町社会教育館 講師 画家 林克彦氏 定員 15人(抽選) 費用 教材費1,200円

圃電話、ハガキ・FAX(記入例1~4と年代、保育く2歳以上の未就学児=抽選5人)希望者は子どもの356を記入)で、8/24(必着)までに、目黒本町社会教育館(〒152-0002目黒本町2-1-20、☎3792-6321、圃☎3792-5247)へ

初心者アーチェリー講習会

日時 9/5~10/7の毎週①水曜日18:45~20:45②日曜日10:00~12:00(全5回) 会場 勤労福祉会館(目黒2-4-36 区民センター内) 対象 区内在住の勤労者・大学生、在勤者 定員 各16人(先着) 費用 保険料300円、会場使用料1回200円

圃9/2までに、中小企業センター・勤労福祉会館(☎3711-1135。月曜日休館)の窓口へ

ユネスコ日本語講座~初めて習う日本語

日時 9/11~10/23の毎週火・木曜日10:00~12:00(全13回) 会場 中央町社会教育館(中央町2-4-18) 対象 日本語を母語としない16歳以上のかた 定員 30人(先着) 費用 テキスト代3,300円 主催 目黒区教育委員会

圃FAX・Eメールに、記入例1~5と国籍、保育(2歳以上の未就学児)希望者は子どもの356を書い

て、8/28(必着)までに、NPO法人目黒ユネスコ協会(☎5725-6150、圃☎5725-6160、✉meguro@unesco.or.jp)へ

シニア体力測定会~自分の体力を知りましょう

日時 9/13(木)14:00~16:00
会場 中央町社会教育館(中央町2-4-18) 内容 体力測定と健康講話 対象 要支援・要介護認定を受けていない65歳以上で、医師から運動を止められていない区内在住者 定員 40人(先着)

圃電話で、中央包括支援センター(☎5724-8066、圃☎5722-9803)へ

「家族信託」ってなに? ~財産管理と相続対策

日時 8/27(月)14:00~16:00
会場 総合庁舎別館4階目黒区社会福祉協議会 講師 弁護士 長野海宏氏ほか 定員 40人(先着)
圃電話またはFAX(記入例1~4を記入)で、権利擁護センター「めぐろ」(☎5768-3964、圃☎5768-3965)へ

東京都子育て支援員研修

保育や子育て支援事業に従事するために、必要な知識や技能などを習得する、子育て支援員の養成研修です。申し込み方法など詳細は、都福祉保健局ホームページをご覧ください。か、お問い合わせください。

コース ①地域保育②地域子育て支援③放課後児童④社会的養護 申込期限 8/15(必着)
圃都福祉保健局少子社会対策部計画課(☎5320-4121)

パソコン教室「パワーポイント基礎」

日時 9/5~26の毎週水曜日9:30~12:30(全4回) 会場 シルバー人材センターパソコン教室(下目黒2-20-19 下目黒住区センター内) 定員 15人(先着) 費用 受講料11,000円(教材費別途)
圃電話で、目黒区シルバー人材センターパソコン教室(☎圃☎共通6420-0235。10:00~16:00)へ

催し物

高齢者センター「納涼祭」

日時 8/18(土)10:00~16:00
会場 高齢者センター(目黒1-25-26 田道ふれあい館内) 内容 自主サークルによる舞台発表、喫茶・包括支援センター相談コーナーほか
圃高齢者センター(☎5721-2291)

区内で楽しいぶどう狩り

日程 8月中旬(実施日は公営掲示板・ホームページなどで告知) 会場 ①根岸ぶどう園(東が丘1-29-22)