

### ＜5面から続く＞ オーパス講演会 「長寿時代、美と健康は食 事でつくる」

日時 11/18(日)17:00開演(16:30開場) 会場 北部地区サービス事務所(大橋1-5-1 クロスエアタワー9階) 内容 年齢による食事内容の変化 講師 料理研究家植木もも子氏 定員 50人(先着) 後援 目黒区  
FAX・Eメールに、記入例1~4を書いて、11/10までに、NPO法人大橋エリアマネジメント協議会樋口(☎080-5512-1708、FAX3464-1611、✉2018 kouenkai@machi-oohashi.net)へ

### パソコン教室

講座名など 下表のとおり 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 各15人(先着) 電話で、目黒区シルバー人材センターパソコン教室(☎☎☎共通6420-0235。10:00~16:00)へ

講座名	日時	費用
もっとパソコンに慣れよう	12/10(月)~14(金)9:30~12:30(全5回)	16,058円
パソコンを使いこなそう	12/17(月)~21(金)9:30~12:30(全5回)	16,000円

### 催し物

#### メコメコプレイランド

日時 11/3(祝)10:00~14:30。雨天決行 会場 上目黒小学校(五本木1-12-13) 内容 運動会、ゲームほか 対象 おおむね4歳児~中学生(未就学児は保護者同伴) 費用 参加費100円 主催 目黒区教育委員会  
目黒区子ども会連合会 川原井(☎3712-4449)。希望者は当日会場へ。カレー用の食器持参

#### 公園の落ち葉で ステンドグラスを作ろう

日時 11/23(祝)10:00~12:00 会場 花とみどりの学習館 定員 15人(抽選。小学生以下は保護者同伴) 費用 材料費100円  
往復ハガキに、記入例1~5を書いて、11/8(必着)までに、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)へ

### お知らせ

#### 教育施策説明会

日時 11/18(日)、12/1(土)10:00~12:00 会場 総合庁舎本館2階大会議室 内容 教育委員会的主要取り組み。手話通訳付き  
教育政策課教育政策係(☎5722-9432、☎☎5722-9332)。希望者は当日会場へ。保育(未就学児=各8人)希望者は11/9までに予約

#### 請願・陳情を受け付けています

第4回区議会定例会は、11/22(木)~12/6(木)に開催予定です。請願(紹介議員が必要)または陳情

の審査(原則、郵送では審査不可)を希望するかたは、11/14(水)12:00までに持参してください。  
提出の際は、請願・陳情の趣旨と事項を文書(邦文)にして、請願・陳情者の記入例2~4と提出年月日を記載し、押印してください。詳細はお問い合わせください。

区議会事務局議事・調査係(☎5722-9414)

#### 訪問型病児・病後児保育利用料の助成を始めます

病気の急性期、回復期で保育所などに通えない未就学児の保育のため、保護者がベビーシッターを利用した場合、料金の一部を助成します。11/1からの利用料金が対象です。申請方法などの詳細は、ホームページをご覧ください。お問い合わせください。

保育課保育係(☎5722-9865)

#### 図書館利用者懇談会

日時 11/16(金)18:30~20:30 会場 中央町社会教育館(中央町2-4-18)

八雲中央図書館庶務係(☎5701-2793)。参加希望者は当日会場へ

#### 11月は子供・若者育成支援 強調月間です

家庭・学校・地域・行政が一体となり、健全育成事業を実施します。この機会に、一人ひとりが自らの問題として、家庭や学校はもちろん、職場や地域社会で、子どもや若者の健やかな育成について考えてみませんか。事業の詳細はホームページをご覧ください。

生涯学習課青少年係(☎5722-9309)

#### 国民健康保険料の納付書を 送付します

11月~31年3月期分を、11月中旬に送付します。各月の納期限までにお支払いください。  
国民健康保険課資格賦課係(☎5722-9810)

#### 無料調停相談会

日時 11/10(土)10:00~15:30 会場 渋谷区立勤労福祉会館(渋谷駅下車8分) 内容 土地建物、債務、交通事故、近隣や家庭・親族間の問題を調停で解決する手続きの相談 相談員 裁判所の調停委員 後援 目黒区  
東京家事調停協会(☎3502-8822。10:00~16:00)。希望者は当日会場へ

#### 防火のつどい 11/9~15は秋の火災予防 運動

日時 11/13(火)13:00~15:00 会場 区民センターホール(目黒2-4-36) 内容 火災予防業務協力者表彰式と東京音楽大学による火災予防コンサート  
目黒消防署(☎3710-0119)。希望者は当日会場へ

#### 都営住宅入居者の募集

募集住宅 都内全域の①家族向け②単身者向け(一般募集住宅)③若年夫婦・子育て世帯向け(定期使用住宅)。詳細は募集案内(11/1~9に、総合庁舎本館1階西口総合案内

## 意見募集 自殺対策計画の素案

健康推進課健康づくり係(☎5722-9586)

自殺対策を総合的かつ効果的に推進するため、生きることの包括的支援として、誰もが必要な支援を受けられるよう、自殺対策計画を策定します。計画の素案へご意見をお寄せください。

#### 素案の主な内容

- 計画策定の背景、概要
- 区の自殺の状況
- 全国共通の施策と地域特性に基づく施策の取り組みや目標ほか

#### ご意見の提出方法

書式は問いませんが、目黒区自殺対策計画素案への意見と明記のうえ、住所、氏名(団体の場合は所在地・団体名・代表者名)、在勤・在学者は所在地・名称を記入してください。郵送(持参可)・FAX・Eメールで、11/24(必着)までに、総合庁舎本館3階健康推進課健康づくり係(〒153-8573目黒区役所<住所不要>、☎5722-9329、✉jisatsutaisaku.keikaku@city.meguro.tokyo.jp)へ。

頂いたご意見には個別に回答しませんが、ご意見の主な内容を取りまとめて公表します(原文、住所・氏名などは公表しません)。

素案(全文)は、総合庁舎本館1階区政情報コーナー・3階健康推進課、碑文谷保健センター、地区サービス事務所(東部地区を除く)、住区センター、図書館のほか、ホームページでご覧になれます。

所付近・6階住宅課、別館6階公営住宅の窓口、地区サービス事務所<東部地区を除く>、目黒駅行政サービス窓口で配布。都住宅供給公社ホームページから印刷可)をご覧ください 申し込み方法 募集案内に添付の申込書を、11/13(必着)までに、指定先へ郵送

公営住宅の窓口(☎3715-1871)

#### 年末調整と消費税の軽減税率制度などの説明会

日時など 下表のとおり 会場 めぐろパーシモンホール大ホール(八雲1-1-1 区民キャンパス内) 内容 30年分給与所得者の年末調整・支払調書・31年度給与支払報告書の用紙配布と、作成・提出に関する説明 対象 法人・個人事業者  
目黒税務署(☎3711-6251)。希望者は当日会場へ

日時	対象地区
11/7(水)13:00~16:30	中央町、目黒本町、原町、洗足、南、碑文谷、鷹番、平町、大岡山、緑が丘、自由が丘、中根、柿の木坂、八雲、東が丘
11/8(木)13:00~16:30	駒場、青葉台、東山、大橋、上目黒、中目黒、三田、目黒、下目黒、中町、五本木、祐天寺

※用紙配布は12:30~13:00

### 保健衛生

#### 妊娠を希望するかたなどへ 無料風しん抗体検査・予防接種

風しんの患者が増加しています。妊婦が風しんにかかると、赤ちゃんに障害を引き起こすおそれがあります。無料の検査と予防接種を受けましょう。  
対象 区内在住の19歳以上で①妊娠を希望しているかた(妊娠中を除く)②妊娠を希望しているかたまたは妊婦と同居しているパートナー 申し込み方法 区指定の医療機関へ予約。詳細はホームページをご覧ください

目黒区健康推進課健康づくり係(☎5722-9503)、碑文谷保健センター保健サービス係(☎3711-6446)

#### HP50歳以上胃がん検診 (11月~31年1月受診分)

会場 区内実施医療機関 検査方法 胃X線検査(バリウム)または胃内視鏡検査 対象 昭和44年3/31以前生まれの区内在住者。ただし次のかたを除く①29年度に区の胃がん検診を受診②勤務先・家族検診などで同検査が受けられる③胃の治療中ほか。今年度受診者は来年度の受診不可。詳細はお問い合わせください  
電話で、11/22までに、健康推進課成人保健係(☎5722-9589、☎☎5722-9329)へ

#### 健康づくり健診

日時 11/30(金)9:00~10:30 会場 総合庁舎本館3階目黒区保健所 内容 身長・体重・血圧測定、尿・血液検査 対象 1年以内に同じ健診を受けていない、16~39歳の区内在住者 定員 60人(先着) 費用 健診料500円(生活保護受給者などは無料)  
電話で、保健予防課保健管理係(☎5722-9396、☎☎5722-9508)へ。保育(3歳未満の乳幼児。定員あり)希望者は申込時に予約。窓口申し込み可

#### パパママの育児教室

日時 11/17(土)・18(日)①10:00~12:30②14:00~16:30 会場 総合庁舎本館3階目黒区保健所 内容 赤ちゃんを迎える心構え、もく浴実習、妊婦体験ほか 対象 区内に住居登録がある、出産予定日が31年3/15以前の初産の妊婦とパートナー 定員 各22組(先着)  
電話で、10/26から、保健予防課保健サービス係(☎5722-9503)へ

#### はじめてママになるかたへ 「プレママクッキング」

日時 11/22(木)10:00~11:30 会場 碑文谷保健センター 内容

●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 7記事に特に記載がない場合は、重複申し込み不可、対象者は原則区内在住・在勤・在学者、費用は無料、1人1枚1講習