

地域づくりフォーラム

今日から実践！
社会参加で健康づくり
つながることから始めよう

園介護保険課地域支援事業推進係 (☎5722-9351)

住み慣れた地域で元気に暮らすためには、高齢者が地域活動に参加することや、何かの役割を持って活動することが生きがいになり、健康寿命を延ばす効果があるといわれています。フォーラムでは、フレイル(加齢に伴う体や心の衰え)を予防し健康長寿を維持するための講演と、支え合い活動を広げる取り組みを紹介し...

日時 3/5(火)13:30~16:00 (12:30開場)
会場 区民センターホール(目黒2-4-36)
内容 ●基調講演

「なぜ老いる?ならば上手に老いるには
~健康長寿の鍵はフレイル予防」
講師 東京大学高齢社会総合研究機構教授
飯島勝矢氏(右写真)



●目黒区の支え合いを広げてつなげる取り組み紹介

定員 200人(先着)

申し込み方法 電話またはFAX(地域づくりフォーラムと明記のうえ、住所、氏名<ふりがな>、電話・FAX、手話通訳希望者はその旨を記入)で、2/25までに、介護保険課地域支援事業推進係(☎5722-9351、FAX5722-9716)へ

MIFA国際交流ボランティア講座
「多文化共生社会に向けて」

目黒区国際交流協会(☎3715-4671)

1/1 現在、区の外国人住民数は9,102人になり、私たちの生活の中で一層身近な存在になりました。地域住民だからできるボランティア活動を考え、一人ひとりに合った国際交流の形を一緒に探りましょう。

日時 2/23(土)10:00~13:00
会場 総合庁舎別館5階目黒区国際交流協会

内容 ●基調講演
「多文化共生社会に向けて~地域住民にもできること、地域住民だからできること」
講師 公益財団法人名古屋国際センター交流協力課長 丹下厚史氏



▲MIFA国際交流フェスティバルでネパールの展示を手伝う様子

●ボランティア説明会
目黒区国際交流協会(MIFA)が行っているボランティアの活動紹介・登録会

定員 40人(先着)

申し込み方法 電話、FAX・Eメール(MIFA国際交流ボランティア講座と明記のうえ、氏名<ふりがな>、電話を記入)で、目黒区国際交流協会(☎3715-4671、FAX3715-4672、info@mifa.jp)へ

<3面から続く>

40~49歳胃がん検診
(3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 昭和44年4/1~54年3/31生まれの区内に住民登録があるかた。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

☎電話で、2/13までに、碑文谷保健センター保健サービス係(☎3711-6446、☎5722-9330)へ

精神保健講演会「統合失調症について~発症から経過、リハビリまで」

日時 3/6(水)14:00~16:00
会場 総合庁舎本館3階目黒区保健所 講師 吉祥寺病院 市川郁夫氏 定員 30人(先着)

☎電話で、保健予防課保健相談係(☎5722-9504、☎5722-9508)へ

食品保健講座
「食品表示はこう変わる」

日時 3/2(土)14:00~16:00
会場 総合庁舎本館2階大会議室

講師 消費生活コンサルタント 森田満樹氏 定員 150人(先着)
☎生活衛生課食品衛生指導係(☎5722-9507)。希望者は当日会場へ。保育(2歳以上の未就学児=先着6人)希望者は2/22までに予約

健康大学教養講座
「あなたの心臓大丈夫? ~知ってほしい心房細動・心不全のこと」

日時 3/7(木)14:00~15:30
会場 総合庁舎本館2階大会議室 講師 加藤内科クリニック院長 加藤陽一氏 対象 区内在住者 定員 120人(先着)

☎電話で、健康推進課健康づくり係(☎5722-9584、☎5722-9329)へ。手話通訳希望者は2/15までに予約

ペットトラブルシンポジウム

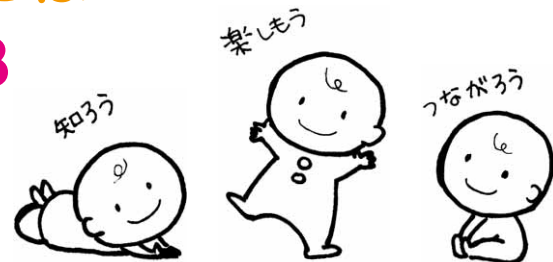
日時 3/17(日)13:30~16:00
会場 行政書士会館(青葉台3-1-6) 内容 ペット医療を巡るトラブルをADR(裁判外紛争解決手続)により解決する方法ほか 定員 120人(先着)。詳細は同センターホームページをご覧ください

☎お問い合わせください 後援 目黒区 行政書士ADRセンター東京(☎5489-7441 <火・木・土曜日10:00~16:00>)

子育てを応援する区内のグループが大集合

めぐろ子育て
交流ひろば
0123

園子育て支援課利用者支援係
(☎5722-9596)



0~3歳児の子どもをもつかたなどが、親子で参加できるイベントです。子育てに役立つ情報収集や相談ができ、親子交流・授乳スペースもあり、軽飲食の持ち込みも可能です。当日参加できる催しのほかに、事前申し込みの必要な講座があります。

申し込み方法など詳細は、総合庁舎本館2階子育て支援課・別館2階ほ・ねっとひろば、児童館などで配布するチラシをご覧くださいか、めぐろすくナビホームページ(右コード)をご覧ください。



日時 2/18(月)10:00~14:00
(入場は13:30まで。入退場自由)

会場 総合庁舎本館2階大会議室ほか
内容 コンサート、ダンスと手遊び、抱っこひもの付け方・トイレトレーニング・幼稚園選び・救命応急手当て講座、しんきゅう師・助産師の相談コーナーほか

<要事前申し込み>
卒乳ワークショップ、スキンケア講座、離乳から幼児食講座(各20組<先着>)

気軽におしゃべり
しましょう



Table with 3 columns: 目黒区保健所 (生活衛生課, 保健予防課, 碑文谷保健センター), +休日・土曜準夜間の診療・調剤案内 (小児科, 調剤), 歯科 (2月10日, 2月11日, 東京都医療機関案内サービス).

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 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