

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)

14-23) 講師 NPO法人ジムネット代表 鎌田實氏 定員 100人(抽選)
①は往復ハガキ・FAX・Eメール
②はハガキ・FAX・Eメールに、記入例①~④を書いて、①9/20②9/25(必着)までに、NPO法人目黒ユネスコ協会(〒153-0053五本木2-24-3 五本木小学校内、☎5725-6150、FAX 5725-6160、✉meguro@unesco.or.jp)へ

膝と股関節を守る歩き方

日時 10/2(水)14:00~15:30
会場 総合庁舎本館1階E会議室
内容 講義と体操 定員 40人(先着)
☎電話で、東部包括支援センター(☎5724-8030、障FAX3715-1076)へ

母子生活支援施設みどりハイム「ママのためのヨガ教室」

日時 10/4(金)・18(金)10:00~12:00
会場 特別養護老人ホーム中目黒
対象 2歳未満の子どもの女性保護者 定員 各10人(先着)
☎ハガキ・FAX・Eメールに、記入例①~④と希望日(複数可)、保育希望者は子どもの⑤を書いて、特別養護老人ホーム中目黒(〒153-0061中目黒5-7-35、☎5704-3631、FAX 5704-3635、✉midori_info@v01.itscom.net)へ。保育希望者は9/25までに予約

リーダー後継者育成研修会「アンガーマネジメントを学ぶ」

日時 10/6(日)、11/24(日)14:00~16:00(全2回)
会場 中央町社会教育館(中央町2-4-18)
内容 怒りのコントロール方法 講師 日本アンガーマネジメント協会認定員 永栄一郎氏 対象 社会教育関係団体などで活動・活動検討中のかた 定員 40人(先着) 共催 目黒区教育委員会
☎社会教育団体連絡会 廣橋(☎3713-0217)。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9/20までに予約

子どもを救おう~応急救護講習会

日時 10/12(土)9:30~11:30
会場 防災センター(中央町1-9-7)
内容 乳幼児の応急手当て、人工呼吸の方法ほか 講師 目黒消防団員ほか 対象 未就学児の保護者 定員 30人(先着)
☎電話で、9/27までに、防災課(☎5723-8700、障FAX5723-8725)へ。保育(1歳以上の未就学児)希望者は申込時に予約

HPしごと探しの第一歩~自分を知る・社会を知る

日時 10/18~11/1の毎週金曜日19:00~21:00(全3回)
会場 青少年プラザ
内容 自立して社会に出るために必要なこと 講師 NPO法人育て上げネットプロジェクトマネージャー 梶田薫氏ほか 対象 15~35歳 定員 20人(抽選)
☎電話、ハガキ・FAX(記入例①~⑤)、保育<2歳以上の未就学児=抽選3人>希望者は子どもの③⑤⑥を記入)で、10/5(必着)までに、青少年プラザ(〒153-0061中目黒

2-10-13 中目黒スクエア内、☎5721-8575、FAX5721-8577)へ。窓口申し込み可

失語症会話パートナー養成講座

日時 10/26(土)・11/9(土)10:00~16:00(全2回)
会場 心身障害者センターあいアイ館(八雲1-1-8 区民キャンパス内)
内容 失語症の知識と会話の方法。希望者は終了後5回の実習あり 定員 20人(先着) 費用 教材費2,300円
☎電話またはFAX(記入例①~④を記入)で、心身障害者センター(☎5701-2221、FAX5701-2425)へ

スクエアダンス初心者体験講習会

日時 9/22(日)・29(日)18:00~20:30
会場 区民センター社会教育館(目黒2-4-36)
内容 アメリカ発祥のフォークダンス 対象 小学生以上 定員 各20人 後援 目黒区
☎大鳥スクエアダンスの会 国府田(☎080-3015-5747)。希望者は当日会場へ

介護と仕事の両立~100年ライフを豊かに生きるための知恵とヒント

日時 10/5(土)14:00~16:00
会場 総合庁舎本館2階大会議室
講師 NPO法人高齢社会をよくする女性の会理事長 樋口恵子氏 定員 200人(先着)
☎電話で、めぐろボランティア・区民活動センター(☎3714-2534、障FAX3714-2530)へ

知っておきたい心の病の基礎知識~大切な人がウツになったとき

日時 10/9(水)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 竜泉協立診療所 所長 相原力氏 定員 40人(先着)
☎電話で、在宅福祉サービスセンター(☎3714-2841、障FAX3711-4954)へ

家を買うとき・建てる時にかがる都税講座

日時 10/9(水)14:30~17:00
会場 総合庁舎本館1階E会議室
内容 固定資産税、軽減制度(相続・贈与などの国・区税を除く)ほか 対象 区内不動産を取得予定または所有するかた 定員 30人(抽選)
☎往復ハガキ・Eメールに、記入例①~⑤を書いて、9/25(必着)までに、目黒都税事務所総務課(〒153-8937上目黒2-19-15、☎5722-8587、✉S0000140@section.metro.tokyo.jp)へ

パソコン教室「かんたんに出来るホームページ」

日時 10/28(月)~31(木)13:30~16:30(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 教材費など14,592円
☎電話で、目黒区シルバー人材センターパソコン教室(☎障FAX共通6420-0235。10:00~16:00)へ
<4面へ続く>

講演・講習

高齢者センター講習会「リフレッシュヨガ」「生活習慣病における血液検査値の見方」

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
<リフレッシュヨガ> 日時 9/11(水)・25(水)10:30~11:30 講師 ヨガインストラクター 中村千晶氏 定員 各30人(先着)
<生活習慣病における血液検査値の見方> 日時 9/24(火)10:00~11:30 講師 慶應義塾大学名誉教授 渡辺清明氏 定員 80人(先着)
☎電話で、高齢者センター(☎5721-2291)へ。窓口申し込み可

家族介護教室

日程 ①9/28(土)②9/29(日)
時間 9:30~16:30(時間内で都合の良い時間の参加も可) 会場 特別養護老人ホーム東山(東山3-24-6) 内容 プロが教える介護の知識や技術 定員 各20人(先着) 費用 教材費1,000円
☎電話またはFAX(記入例①~⑤、希望日時①または②を記入)で、9/26までに、特別養護老人ホーム東山(☎3791-8451、FAX3791-8458)へ

発達障害支援拠点ぽると「家族のための勉強会~多様な家族のあり方を考える」

日時 9/29(日)14:00~16:00
会場 東山住区センター(東山2-24-30) 内容 年代別グループワークほか 対象 発達障害があるか

たの家族 定員 20人(先着)
☎電話または往復ハガキ(記入例①~④を記入)で、9/20(必着)までに、発達障害支援拠点ぽると(〒153-0043東山2-24-30 東山住区センター内、☎6412-7151)へ

実践めぐろ創業塾(兼業・副業型)

日時 10/2~11/6の毎週水曜日18:30~21:00(全6回) 会場 消費生活センター(目黒2-4-36 区民センター内)ほか 内容 創業の知識を習得し、実践的ビジネスプランを作成。修了者に、認定特定創業支援等事業による支援を受けたことの証明書を発行 対象 区内で創業を目指すかた、創業間もないかた 定員 30人程度(抽選)
☎ハガキ・Eメールに、記入例①~⑥、予定業種・創業時期を書いて、9/25(必着)までに、産業経済・消費生活課中小企業振興係(〒153-0063目黒2-4-36 区民センター内、☎3711-1134、✉meguro.sogyo@gmail.com)へ

ユネスコ語学教室・文化講座「フランス語初級講座」「人生100年時代をどう生きるか~1%は誰かのために」

主催 目黒区教育委員会
<①フランス語初級講座>
日時 10/2~2年2/5(10/30、12/25、1/1・8を除く)の毎週水曜日10:00~12:00(全15回) 会場 区民センター社会教育館(目黒2-4-36) 講師 専修大学元講師 秋枝シュザンヌ氏 対象 16歳以上 定員 30人(抽選) 費用 教材費2,400円
<②人生100年時代をどう生きるか>
日時 10/4(金)19:00~20:30
会場 緑が丘文化会館(緑が丘2-

目黒区女性学習グループ連絡会合同研修会「平和と人権という大テーマのもとに」

日程など 下表のとおり 時間 14:00~16:00
定員 各40人(先着) 共催 目黒区教育委員会
☎目黒区女性学習グループ連絡会 五十嵐(☎3710-6901)。希望者は当日会場へ。保育(2歳以上の未就学児)希望者は9/28までに予約

テーマ	日程	会場	講師
憲法カフェ~話し合いを中心に	10/12(土)	①	弁護士 山本志都氏
明治の足尾銅山、そして昭和の原発を考える	11/9(土)	②	東京都歴史教育者協議会会員 志村毅一氏
海外における児童労働の現状を知る	12/14(土)	①	NPO法人シャプラニール=市民による海外協力の会 峯ヤエル氏
子どもの虐待に関わるさまざまな事象について	2年1/25(土)	③	社会福祉法人子どもの虐待防止センター相談員 宮崎礼子氏

会場 ①男女平等・共同参画センター(中目黒2-10-13 中目黒スクエア内)
②緑が丘文化会館(緑が丘2-14-23)
③中央町社会教育館(中央町2-4-18)