

情報BOX

申し込みの記入例

1 タイトル

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

●対象者は原則区内在住・在勤・在学者

●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
・1申し込みにつき、1人まで

●申込先に所在地がない場合
〒153-8573
目黒区役所(住所不要)
〇〇〇〇課(申込先の宛先)

講演・講習

パソコン教室

講座名	日時	費用
ワード基礎	3月2～30日の毎週日曜日13：30～16：30(全5回)	受講料など18,810円
PCの仕組みを理解し上手に使う	3月3日(月)～6日(木)9：30～12：30(全4回)	受講料など14,300円
初めてのパソコン	3月3日(月)～6日(木)13：30～16：30(全4回)	受講料など14,850円
インターネット・メール	3月10日(月)・11日(火)13：30～16：30(全2回)	受講料など7,700円

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)

定各10人(先着)

申電話で、目黒区シルバー人材センターパソコン教室(☎☎ 共通6420-0235)へ

ママのためのヨガ教室

時

3月7日(金)10：00～12：00

場

特別養護老人ホーム中目黒(中目黒5-7-35)

対

1歳6カ月未満の子どもの母親

定8人(先着)

申2月17日から、電話、FAX・Eメール(記入例1～4、保育希望者は子どもの35を記入)で、目黒区みどりハイム(☎080-2027-3804、✉midori_info@v01.its.com.net)、または特別養護老人ホーム中目黒(☎5704-3635)へ

高齢者センター講習会
「厚生中央病院健康講座～聴こえと補聴器の話」

時

3月7日(金)14：00～15：00

場

高齢者センター(目黒1-25-26 田道ふれあい館内)

師

厚生中央病院耳鼻咽喉科医長 永井賀子氏

対

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

定55人(先着)。会議アプリZoomによるオンライン参加も可

申2月17日から、電話で、高齢者センター(☎5721-2291)へ。窓

口申し込み可

目黒区子ども条例区民フォーラムめぐるコドモのミカタミーティング
「子どもの声を聴く」とは？

目黒区子ども条例 区民フォーラム

めぐるコドモのミカタミーティング

「子どもの声を聴く」とは？

時

3月9日(日)13：30～16：00

場

総合庁舎本館2階大会議室

対

子どもの支援関係者、福祉・教育関係者、保護者、子ども(小学生以上)、関心のあるかた

定60人(先着)

申2月16日から、区(コード1)で、NPO法人めぐる子ども支援ネットワーク(☎090-4169-2359)へ

健康な100歳を目指すあなたに！フレイルチェック会

日時	会場
①3月13日(木)14：00～16：00	中央町社会教育館(中央町2-4-18)
②3月19日(水)14：00～16：00	高齢者センター(目黒1-25-26 田道ふれあい館内)

内

質問票や測定機器によるフレイル(虚弱)の測定と予防のポイント

対

おおむね65歳以上の区内在住者

定各10人(先着)

申2月17日から、電話で、介護保険課介護予防係(☎5722-9608、☎5722-9716)へ

認知症サポーター養成講座
～認知症について正しく学びませんか

認知症サポーター養成講座

2025年3月14日(金)14:00-15:30

会場：八雲住区センター 第2・3会議室

～認知症を正しく学び、地域で支えよう！～

時

3月14日(金)14：00～15：30

場

八雲住区センター(八雲1-10-5)

内

認知症の基本的な知識と対応方法

定30人(先着)

対

区内在住者

申2月17日から、電話、FAX(記入

例134を記入)で、西部包括支援センター(☎5701-7244、☎3723-3432)へ

ユネスコサイエンス教室
「重心を見つけて、遊ぼう！」

時

3月15日(土)14：00～16：00

場

緑が丘文化会館(緑が丘2-14-23)

内

重心にかかわる実験やおもちゃ作り

対

小学3～6年生

定25人(先着)

¥教材費200円

主催

目黒区教育委員会

申

区(コード2)、FAX・Eメール(記入例1～4と学校名・学年、保護者の3を記入)で、2月17～28日に、NPO法人目黒ユネスコ協会(☎5725-6150、☎5725-6160、✉meguro@unesco.or.jp)へ

東京科学大学博物館・目黒区教育委員会連携講座
「東工大の発明品・組立式鉄筋コンクリート建築(プレコン)」

時

3月15日(土)14：30～16：00

場

東京科学大学(大岡山2-12-1)

内

組立式鉄筋コンクリート建築(プレコン)の特徴と開発の歴史、開発者・田辺平学の紹介

師

東京科学大学博物館副館長 山崎鯛介氏

対

中学生以上

定30人(抽選)

申区(コード3)、電話、ハガキ・FAX(記入例1～5を記入)で、2月20日(必着)までに、生涯学習課生涯学習係(☎5722-9314、☎3715-3099)へ

「虎に翼」に見るジェンダー(人権)

時

3月18日(火)・25日(火)13：30～15：30(全2回)

場

中央町社会教育館

師

明治大学法学部教授 村上一博氏

定30人(抽選)

申区(コード4)、電話、ハガキ・FAX(記入例1～4と年代、保育(2歳以上の未就学児＝抽選2人)希望者は子どもの356を記入)で、3月4日(必着)までに、中央町社会教育館(〒152-0001中央町2-4-18、☎3713-4127、☎3792-9202)へ。窓口申し込み可

中小企業実践講座
～経営戦略研究会

時

3月25日(火)18：30～20：20

場

中小企業センター(目黒2-4-36 区民センター内)

内

先進的な企業の経営戦略

師

株式会社イノフィス代表取締役社長 乙川直隆氏

対

中小企業経営者ほか

定20人(抽選)

申

区(コード5)で、2月16日～3月19日(必着)に、産業経済・消費生活課中小企業振興係(目黒2-4-36 区民センター内)へ。窓口申し込み可

場

産業経済・消費生活課中小企業振興係(☎3711-1134)

シェフから学ぶ食育
「キッズキッチン」

時

3月23日(日)10：00～15：00

場

緑が丘文化会館(緑が丘2-14-23)

内

プロから料理を学び、食について考える。子どものみ実習あり

師

ラ・ロシェル 総料理長 川島孝氏ほか

対

小学4～6年生と保護者

定24組(先着)

¥参加費1組2,000円(追加1人につき500円)

共催

目黒区教育委員会

申

往復ハガキ(記入例1～4と学校名・学年、保護者の3とアレルギーのある食材名、希望人数を記入)で、2月16日～3月9日(必着)に、一般社団法人全日本司厨士協会東京地方本部城西地区渋谷支部(〒105-0011港区芝公園3-6-22-502、☎090-3046-0843)へ。詳細は区(コード6)へ

講演「戦争体験を語る」

時

3月4日(火)17：00～18：30

場

総合庁舎本館1階E会議室

内

区内在住の戦争体験者からの戦争実体験談

定30人(先着)

申区(コード7)、電話、FAX(記入例134を記入)で、2月17～28日に、総務課総務係(☎5722-9205、☎5722-9409)へ

あいアイ講座「ことばの集い」

時

4月11日～8年3月27日(1月2日、3月20日を除く)の毎週金曜日10：00～11：30(全49回)

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

言語による意思疎通に障害があるかたが集い、集団プログラムを通じて交流を図る

師

あいアイ館言語聴覚士ほか

対

失語症などの言語機能障害があり、身体的支援なしで集団活動に支障なく参加できる区内在住者

定8人程度(抽選)

申電話、FAX(記入例1～6と言語機能障害などの状況を記入)で、3月14日までに、心身障害者センターあいアイ館(☎5701-2221、☎5701-2425)へ。窓口申し込み可