

講座・催し

見守りサポーター養成講座

気付き・つながり・助けになる地域の見守り

見守り活動には、現在の困り事への支援だけでなく、将来起こり得るリスクに事前に気付き、備えるための未然防止の効果があります。さまざまな視点から見守り活動に携わる方々の現場の声を通して、地域における日頃からの見守り合いの大切さを学びます。あなたも、身近な地域を支える見守りサポーターになりませんか。

見守りサポーターとは

お住まいの地域で高齢者などをゆるやかに見守り、何か気がかりなことがあった時に、地域包括支援センターに連絡し、地域を支える役割を担う方々のことです。

オンラインでも受講できます！

見守りめぐねっとキャラクター「まもりん」

時

8月26日(火) 10:30～12:00

場

第15会議室(総合庁舎本館地下1階)

内

・地域包括支援センター職員による講演
・見守り活動に携わったの体験談
・目黒警察署からのミニ講話「消費者被害の実情や対策」

対

区内在住・在勤・在学者

定

①来場=30人②オンライン=30人(各先着)

申

7月16日～8月8日に、区 [Web](#) /電話/FAX(講座名、氏名〈ふりがな〉、電話、希望参加方法①または②、手話通訳・保育希望者はその旨)
※オンライン希望者は区 [Web](#) からのみ申し込み

問 [先](#)福祉総合課地域ケア推進係(☎5722-9385、FAX 5722-9062)

講座・催し

防災講演会 備えない防災？

生活の一部にできる防災習慣

令和7年度の防災講演会は、2人の講師による異なる視点で、防災につながる習慣を日常に取り入れる方法をお伝えします。参加者には防災習慣を日常に取り入れるために役立つグッズをプレゼントします。

時

8月31日(日) 10:00～12:00

場

大会議室(総合庁舎本館2階)

内

災害時にも活用できる物や調理方法など、日常と防災をつなぐための考え方を知る

師

防災アナウンサー 奥村奈津美氏
(株)WA・ON 飯田和子氏

定

120人(抽選)

申

7月15日～8月20日に、区 [Web](#) /ハガキ(防災講演会参加申し込みと明記の上、郵便番号・住所、氏名、電話、参加人数〈5人まで〉)
※当選者には8月22日までに通知を発送



問 [先](#)防災課(〒152-0001中央町1-9-7、☎5723-8700、FAX 5723-8725)

スポーツ

ラジオ体操で心も体もの～びのび夏休み出前ラジオ体操



早朝ラジオ体操は、目覚めの体に優しく、その日の体調を知る目安や、一日の活動の準備になるとともに、あいさつや言葉を交わす触れ合いの場にもなります。夏休みに家族や友達と参加しませんか。

時 6:30から(緑ヶ丘小学校は7:00から)。参加希望者は、開始15分前までに会場へ
師 元NHKテレビ・ラジオ体操指導者 多胡肇氏

日程	場所	雨天時
7月19日(土)	駒場小学校体育館※	実施(体育館※)
7月22日(火)	八幡公園(中目黒4-15-21)	中止
7月23日(水)	宮前小学校	実施(ピロティ)
7月25日(金)	田道小学校	中止
7月26日(土)	原町小学校	中止
7月27日(日)	油面小学校	中止
7月28日(月)	東山小学校体育館※	実施(体育館※)
7月29日(火)	碑文谷八幡宮	中止
8月25日(月)	中根小学校	実施(体育館※)
8月28日(木)	緑ヶ丘小学校	実施(ピロティ)

※会場が体育館の場合は室内靴を持参

問 [ス](#)スポーツ振興課スポーツ事業係(☎5722-9695、FAX 5722-9754)

スポーツ

目黒区体育祭秋季大会



対 区内在住・在勤・在学者、目黒体育協会の加盟団体(学生連盟加入者を除く)
¥ 100円～10,000円(小・中学生は半額。保険料が必要な場合あり)
主催 目黒区など
申 申込期間(9:00～21:00に受け付け。最終日は17:00まで)に、体育館窓口/指定先窓口(申込書〈各体育館で配布・区 [Web](#) から印刷可〉、参加資格が確認できる運転免許証などを持参)
先 各体育館
・駒場体育館 ・区民センター体育館
・中央体育館 ・碑文谷体育館 ・八雲体育館

種目	日時	会場	対象	申込期間
ハゼ釣り	8月31日(日)6:00から	千葉県木更津市金田漁港周辺	高校生以上	7月15日～8月14日
サッカー	9月6日～11月30日の毎週土・日曜日、祝日8:30から	砧サッカー場など	小学生	7月15日～8月14日
バレーボール	9月7日(日)9:00から	駒場体育館	高校生	8月3日～9月2日
	10月5日(日)9:00から		18歳以上の女性	8月31日～9月30日
	10月19日(日)・26日(日)9:00から		18歳以上の男性	
	9月7日(日)9:00から	八雲体育館	小学生	8月3日～9月2日
	9月23日(祝)9:00から	碑文谷体育館	中学生	8月17日～9月16日
	9月28日(日)9:00から		女性	8月10日～9月9日
フェンシング	9月7日(日)9:00から	碑文谷体育館	小学生以上	8月11日～28日
陸上競技	9月14日(日)8:30から	駒沢オリンピック公園	小学生以上	7月18日～8月8日

問 目黒体育協会(☎5722-8088、FAX 5734-1032)