

内居場所づくりのポイント、活動者からの実体験など
対居場所づくりに興味のあるかた、活動場所(自宅や空きスペースなど)を提供できるかた
定15人(先着)



1・2 共通

申9月2日から(①9月24日②9月30日まで)、**①**電話/FAX/Eメール**②**区**Web**/電話/FAX(記入例**①③④**)
先めぐろボランティア・区民活動センター(☎3714-2534、**FAX** 3714-2530、✉vc-koza@meguroshakyo-i.net)

公園に暮らす生きものさがし～夕方編

時9月27日(土) 17:00～18:00
場花とみどりの学習館
対5歳以上(小学生以下は保護者同伴)
定6人(抽選)
申9月1日～15日に、区**Web**
問同館(☎5721-0871)



健康マージャン地区大会

時9月30日(火) 12:00から
場中目黒GTプラザホール
内都などが主催する、シニア・コミュニティ交流大会の出場選考を兼ねた大会
対60歳以上
¥参加費1,000円
申9月1日から、専用**Web**/電話
先健康マージャン実行委員会(☎070-6477-8141。
月～金曜日10:00～17:00)



葬儀・エンディングノート入門

時9月29日(月) 14:00～16:00
場目黒区社会福祉協議会(総合庁舎別館4階)
師(福)東京福祉会 菱沼大悟氏
定40人(先着)
申9月2日から、電話/FAX/Eメール(記入例**①③④**)
先権利擁護センター「めぐろ」(☎5768-3964、**FAX** 5768-3965、✉kenri@meguroshakyo-i.net)

心のストレッチ!笑いヨガ講座

時9月30日(火) 14:00～16:00
場目黒区社会福祉協議会(総合庁舎別館4階)
内ヨガの呼吸法と笑いを組み合わせた笑いヨガの体験
師日本笑いヨガ協会代表 高田佳子氏
定20人(先着)
申9月2日～26日に、区**Web**/電話/FAX(記入例**①～⑤**)
先目黒区社会福祉協議会(☎3714-2841、**FAX** 3711-4954)



親子ふれあい自然体験inめぐろ

時10月1日(水) 10:00～12:00。
雨天決行
場中目黒公園など
内自然観察や目黒川散策、植物によるオリジナルエコバッグ制作
対小学生と保護者
定8組(1組3人まで。抽選)
¥参加費1人100円
申9月15日までに、区**Web**
問目黒区エコプラザ(☎5721-2300)



中小企業センター

① 初心者アーチェリー講習会
時①10月1日～29日の毎週水曜日 18:30～20:30②10月5日～11月2日の毎週日曜日10:00～12:00(各全5回)
定各16人(先着)
¥保険料500円、会場使用料1回200円
② 勤労者卓球大会
時10月4日(土) 9:00から
内男女別個人戦(年代別)
定70人(先着)
¥保険料50円
1・2 共通
場勤労福祉会館(区民センター内)
対18歳以上
申9月2日から(②9月25日まで)、窓口
先中小企業センター・勤労福祉会館(☎3711-1135。月曜日休館<9月15日は開館し、翌日は休館>)

目黒ユネスコ語学教室

① 英語初級講座
場中小企業センター(区民センター内)など
師英語講師 ジェフ・モーエン氏
¥教材費3,000円
② 中国語初級講座
場緑が丘文化会館
師日本女子大学講師 黄愛華氏
¥教材費2,200円



1・2 共通

時10月1日～令和8年1月28日(12月24日・31日、1月7日を除く)の毎週水曜日**①**10:00～12:00
②13:00～15:00(各全15回)
対16歳以上
定各30人(区内在住・在勤・在学者優先。先着)
申9月2日～20日に、区**Web**/FAX(記入例**①～④**、Eメールアドレス)
先NPO法人目黒ユネスコ協会(☎5725-6150、**FAX** 5725-6160)

バスツアー

時①10月4日(土)②10月11日(土) 8:00～18:00。東京駅周辺集合
場ネイチャーファクトリー東京町田(町田市相原町)

内森林浴や焼き板クラフトなど
対小学5年生以上(小学生は保護者同伴。中学生～17歳のみは親権者の同意書が必要)
定6人(1組3人まで。抽選)
¥昼食代など1人2,500円
申9月2日～16日に、区**Web**
問京王観光(株)(☎5312-6540)



失語症会話パートナー養成講座

時10月4日(土)・18日(土) 10:00～16:00(全2回)
場心身障害者センターあいアイ館など
内失語症の知識とコミュニケーション方法。希望者は講座終了後に5回の実習あり
師NPO法人言語障害者の社会参加を支援するパートナーの会和音
定15人(先着)
¥参考書代2,600円
申9月2日から、電話/FAX/Eメール(記入例**①～⑤**)
先心身障害者センターあいアイ館(☎5701-2221、**FAX** 5701-2425、✉aiaikan3@sweet.ocn.ne.jp)

初心者着付け教室

時10月5日～12月13日の毎週月または水曜日10:00～12:00、毎週土または日曜日13:30～15:30(各全10回)
場シルバー人材センター着付け教室(下目黒住区センター内)
対女性
定各5人(先着)
¥受講料20,000円
申9月2日～26日に、ハガキ/FAX/Eメール(記入例**①～⑤**、希望曜日の第1・2希望)
先同センター本部(〒153-0063目黒1-25-26田道ふれあい館内、☎3793-0181、**FAX** 3793-0588、✉megurosc@sjc.ne.jp)

目指せ健康な100歳!フレイルチェック会

時10月9日(木) 14:00～16:00
場めぐろパーシモンホール小ホール
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20人(先着)
申9月2日から、電話
先介護保険課介護予防係(☎5722-9608、**FAX** 5722-9716)

女性への暴力防止講座(オンライン開催)

時10月10日(金) 14:00～15:20
内配偶者暴力(DV)とその根底にある意識などを学び、解決策を探る
師(一社)アウェア代表 山口のり子氏
対女性
定20人(先着)
申9月2日から、区**Web**
問人権政策課 男女平等センター係(☎5721-8570)



つい人に教えたくなる樹木のはなし

時10月13日(祝) 13:30～15:30
場筑波大学附属駒場中・高等学校(世田谷区池尻4-7-1)など
内樹木の観察ポイントを学び、公園などを散策しながら観察する
師筑波大学名誉教授 中村徹氏など
定30人(抽選)
¥保険料50円
申9月17日までに、区**Web**/電話/FAX/ハガキ(記入例**①～④**、年代)
先生涯学習課生涯学習係(☎5722-9314、**FAX** 3715-3099)



消費者力アップ講座(動画配信)

時10月15日(水) 10:00～11月5日(水) 23:59
内契約の基礎知識など。8・9月に実施した講座の録画配信
師(一財)日本消費者協会派遣講師 大野木美紀氏など
定40人(先着)
申9月2日～19日に、区**Web**
問消費生活センター(☎3711-1133)



お知らせ

会議を公開します

会議名	日時・会場
① 男女平等・共同参画審議会	9月26日(金) 13:30～15:30 特別会議室 (総合庁舎本館4階) 問 人権政策課男女平等・多様性推進係(☎5722-9422、 FAX 5722-9469)
② 都市計画審議会	10月1日(水) 14:00～16:00 政策会議室 (総合庁舎本館4階) 問 都市計画課庶務係(☎5722-9197、 FAX 5722-9338)
③ 青少年問題協議会	10月7日(火) 14:00～15:00 特別会議室 (総合庁舎本館4階) 問 子ども若者課子ども若者施策推進係(☎5722-8723、 FAX 5722-9328)

※傍聴希望者は当日会場へ
※手話通訳希望者は、①②9月12日③9月16日までに予約