

内 東京科学大学、洗足池公園などを巡る(徒歩約3km)
定 30人(抽選)
¥ 保険料など700円(めぐろ観光まちづくり協会会員は300円)
申 11月10日までに、FAX/ハガキ/Eメール(記入例①～⑤)
先 同協会(〒153-0051上目黒2-1-3 中目黒GT内、☎5722-6850、FAX 5722-6891、✉meguro@meguro-kanko.com)

バスツアー

①ヨリドコ小野路宿
時 ①11月29日(土)②12月6日(土) 8:00～17:00。東京駅周辺集合
場 町田市小野路町
内 竹林整備体験と竹灯籠づくり
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)
②フジの森
時 ①12月7日(日)②12月14日(日) 7:30～18:30。東京駅周辺集合
場 西多摩郡檜原村
内 間伐体験、杉の葉のクリスマスリース作り
対 小学生(保護者1人につき2人まで)と保護者
定 10人(抽選)

①②共通

¥ 昼食代など1人2,500円
申 ①11月10日まで②11月4日～18日に、区Web
問 京王観光(株) (☎5312-6540)



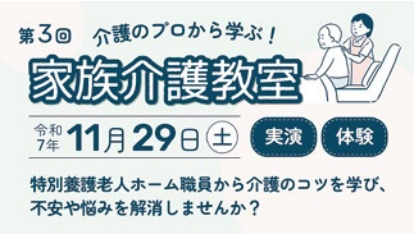
自由が丘日仏協会杯
ペタンク大会

時 11月29日(土)9:00～15:00
場 緑ヶ丘小学校
内 ペタンク(金属製のボールを投げて的に近づけるスポーツ)の普及と促進
対 ペタンク競技経験者
定 40人(先着)
申 11月4日～15日に、Eメール(記入例②～⑤、ボールをお持ちのかたはその旨)
先 自由が丘日仏協会 (☎6421-1510、✉jiyugaoka.nichifutsu@gmail.com)

家族介護教室

時 11月29日(土)①10:00～12:00 ②14:00～16:00
場 さんホーム目黒
内 ①介助に活かせる福祉用具の活用と介助のコツ

②高齢者の食事と介助のコツ
対 在宅で介護をする家族や援助者、介護に関心のある区内在住者
定 各10人(先着)
申 11月4日～21日に、電話/FAX/Eメール(記入例①③④と参加希望①または②〈両方希望も可〉)
先 さんホーム目黒(☎6303-3137、FAX 6303-1187、✉sunhome-mg@joy.ocn.ne.jp)



ユネスコ文化講座
「書道ワークショップ」

時 11月30日(日)13:30～16:00
場 緑が丘文化会館
内 書道のユネスコ無形文化遺産登録に向けての講演と色紙制作
師 日展準会員 石川青邱氏
定 50人(先着)
¥ 道具代300円
申 11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)

目指せ健康な100歳!
フレイルチェック会

時 12月1日(月)14:00～16:00
場 北部地区サービス事務所
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 15人(先着)
申 11月4日から、電話
先 介護保険課介護予防係 (☎5722-9608、FAX 5722-9716)

人生100年時代を応援
「車いす体験講座」

時 12月5日(金)9:00～12:00
場 目黒区社会福祉協議会(総合庁舎別館4階)
内 歩行介助、車いす操作の方法、在宅福祉サービスセンターの紹介など
師 理学療法士 山本奈津子氏
定 10人(先着)
申 11月4日～12月1日に、区Web/電話/FAX(記入例①～⑤)
先 同協議会(☎3714-2841、FAX 3711-4954)

ひとり親家族クリスマス会

時 12月7日(日)13:00～15:00
場 第21会議室(総合庁舎本館地下1階)
対 区内在住のひとり親の子どもと保護者
定 20組(先着)

申 11月4日から、電話
先 目黒区社会福祉協議会(☎3719-8909、FAX 3719-8715)

対話型カフェ@なかめぐろ

時 12月12日(金)、令和8年1月9日(金)19:00～20:30(全2回)
場 E会議室(総合庁舎本館1階)
内 おせっかいと思いやり、ゆるやかなつながりをテーマに話し合う
師 NPO法人アードコーダ
対 40・50代
定 12人(先着)
申 11月4日から、区Web
問 健康福祉計画課保健福祉計画係(☎5722-9406)

フレッシュ名曲コンサート

①〈本公演〉原田慶太楼(指揮)×中瀬智哉(ピアノ)×東京交響楽団(管弦楽)
時 令和8年3月15日(日) 15:00開演(14:15開場)
場 めぐろパーシモンホール大ホール
曲目 ショパン「ピアノ協奏曲第1番」など
¥ 全席指定S席4,000円、A席3,300円(小～大学生は1,000円)。発売中
②〈キャンペーンコンサート〉中瀬智哉(ピアノ)
時 令和8年2月1日(日)15:00開演(14:30開場)
場 めぐろパーシモンホール小ホール
曲目 ショパン「バラード第4番へ短調op.52」など
¥ 全席指定1,000円。11月15日発売

①②共通

チケット取り扱い めぐろパーシモンホールチケットセンターWeb/電話(☎5701-2904)/窓口。未就学児入場不可
問 めぐろパーシモンホール事業課(☎5701-2913)



お知らせ

地域福祉審議会計画専門委員会の公開

時 11月28日(金)18:00～20:00
場 大会議室(総合庁舎本館2階)
問 健康福祉計画課保健福祉計画係(☎5722-9406、FAX 5722-9347)。手話通訳・保育(未就学児)希望者は11月14日までに予約

11月11日～17日は
税を考える週間です

東京税理士会目黒支部による税の無料相談と税の作文・標語などの展示を行います。

税の無料相談
時 11月12日(水)10:00～16:00
場 ①西口ロビー(総合庁舎本館1階) ②東京税理士会目黒支部
申 ①予約不要②電話
先 東京税理士会目黒支部(☎3715-1580)

税の作文・標語などの展示
時 11月11日(火)～17日(月)
表
日時 会場
8:30～19:00(日曜日は17:00まで) 西口ロビー(総合庁舎本館1階)
8:30～17:00(平日のみ) 目黒税務署
問 目黒税務署(☎3711-6251)

Jアラートの全国一斉試験放送

緊急時の情報連絡手段Jアラート(全国瞬時警報システム)の試験放送を、区内65カ所の防災行政無線から行います。
時 11月12日(水)11:00頃
問 防災課(☎5723-8700)

義援金の受け付け

地域振興課(総合庁舎本館1階)などで受け付けています。期限を延長する場合は区Webでお知らせします。

①令和7年台風第15号災害静岡県義援金

受付期限 11月24日
②友好都市金沢市のある石川県に対する令和6年能登半島地震災害義援金

受付期限 11月28日(変更しました)
③令和7年8月6日から的大雨災害義援金、令和7年台風第12号災害義援金

配分先 熊本県、鹿児島県
受付期限 12月12日
問 地域振興課区民活動支援係(☎5722-9871)



自由が丘東地区再開発事業の都市計画の縦覧

自由が丘東地区第一種市街地再開発事業の都市計画を決定しました。関係図書は、都市計画課(総合庁舎本館6階)、区Webでご覧になれます。
問 地区整備課地区整備係(☎5722-9430)