

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、②5722-6850、③FAX 5722-6891、④meguro@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

閑 京王観光(株)

(④5312-6540)



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(④6421-1510、④jiyugaoka.nichifutsu@gmail.com)

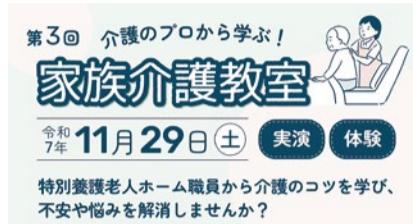
家族介護教室

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(②6303-3137、③FAX 6303-1187、④sunhome-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(②5725-6150、③FAX 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(②5722-9608、③FAX 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(②3714-2841、③FAX 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 黒区社会福祉協議会(②3719-8909、③FAX 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法人アーダコーダ
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(②5722-9406)



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番ヘ短調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(②5701-2904)/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(②5701-2913)



© Claudia Hershner



原田慶太楼



中瀬智哉

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(②5722-9406、③FAX 5722-9347)。
手話通訳・保育(未就学児)希望者は11月14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

(②3715-1580)

税の作文・標語などの展示

時 11月11日(火)~17日(月)

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(②3711-6251)

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(②5723-8700)



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日からの大雨災害
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(②5722-9871)

