

### 京都ハンナリーズ伏見区民デー

日時 平成30年1月20日(土)18時5分、21日(日)14時5分  
 場所 ハンナリーズアリーナ(西京極) 対戦チーム アルバルク東京  
 問合せ 京都ハンナリーズ ☎060-5533-5588)

**企画①** 区内在住の中学生以下の方を1階自由席(コール裏席)に各日20名様ご招待!  
 ※保護者(1名まで)の方も優待価格で販売。  
**申込み** 往復はがき又は京都ハンナリーズホームページ(https://hannaryz.jp)へ。  
**期限** 12月15日(金)(消印有効・申込多数抽選)  
**【往復はがきの場合】**  
 ■往信用表面(宛先)〒601-8046 南区東九条西山町8「京都ハンナリーズ伏見区民デー招待係」  
 ■往信用裏面①「京都ハンナリーズ伏見区民デー招待」②住所③氏名(ふりがな)④電話番号⑤観戦希望日  
 ■返信用表面①送付先住所②氏名



**企画②** ご優待  
 2階自由席: 大人1,000円(通常2,500円)、子ども500円(通常1,500円)でお買い求めいただけます。  
 ※区内在住、在勤、在学が分かるもの、又は本紙を当日券売場でご提示ください。

### 消防 最前線

**たばこ火災に注意!**  
 昨年、京都市における火災原因のうち、最も多かったのが「たばこ火災」で50件発生しました。伏見区ではそのうちの15件が発生しています。今年に入り、市内では206件の火災が発生し、そのうちたばこ火災が23件で、全体の11パーセントを占めています(10月18日現在)。

○たばこ火災を防ぐために  
 ・喫煙場所を決める  
 ・灰皿に水を張り、確実にたばこの火を消す  
 ・就寝前や出かける前に、たばこの火が確実に消えているか確認する  
 ・寝たばこは絶対しない

問合せ 伏見消防署総務課 ☎641-5004

### 伏見区総合防災訓練

区防災会議では、区民の防災意識の高揚や地域の災害対応力の向上を図るため、直下型地震を想定した総合防災訓練を実施します。  
 当日、藤ノ森小学校では区災害対策本部設置・運用訓練や避難所運営訓練等を、龍谷大学深草学舎では区災害ボランティアセンター設置・運営訓練を行います。

日時 12月17日(日) 8時30分～正午  
 場所 藤ノ森小学校 龍谷大学深草学舎  
 問合せ 地域力推進室地域防災担当 ☎611-1295 ☎642-3125 ☎571-6105

### 伏見連続講座 平成29年度「伏見連続講座」開講中!

伏見の魅力をより知っていただける講座を開講しています。12月の講座では、不明な点が多い室町時代の伏見を紹介しています。全講座を掲載した受講ガイドは、各会場や区役所・支所・出張所等で配布。区ホームページでも掲載中です。  
 問合せ 地域力推進室企画担当(☎611-1295)

12月開催分	内容・講師等	日時	場所	定員等
室町時代に「伏見九郷」は存在したのか —「伏見古園」の呪縛が解けたその先に—	講師 瀬田 勝哉氏(武蔵大学名誉教授)	12月2日(土) 14時～16時	伏見区総合庁舎 4階大会議室	200名(当日先着順) 申込不要
問合せ・申込み先	伏見城研究会(☎611-0559)			

### 有害・危険ごみ等の 移動式拠点回収事業

有害・危険ごみや紙パックなどの資源物を回収します。回収品目等の詳細は、問合せ先に設置のチラシ又はホームページをご覧ください。

日時 12月2日(土)  
 ①砂川小学校: 9時～11時  
 ②の丸公園: 9時30分～11時  
 ③30分竹田小学校: 13時30分～15時30分  
 12月16日(土)  
 ④藤城小学校: 9時～11時  
 問合せ 伏見まち美化事務所 ☎7-1611 ☎4-1177  
 まちステーション ☎366-0196 ☎366-0197  
 960の深草エコマチステーション ☎366-0198

### 健康長寿のまちをめざして

**乳がん巡回検診**  
 実施時期 平成30年1月中旬～3月下旬  
 内容 診察とマンモグラフィー検査(39歳以下の方は乳房エコー検査)  
 場所 伏見区総合庁舎、深草総合庁舎、醍醐総合庁舎、淀会館  
 対象 市内に住居登録のある方で平成30年中に偶数年齢になる30歳以上の女性※隔年受診 料金1,300円(免除制度あり)  
**申込み** 12月15日(金)(消印有効)までに、①郵便番号②住所③氏名(フリガナ)④生年月日⑤電話番号⑥受診希望区⑦京都市の乳がん検診受診歴(受診の有無、前回の受診区)を記入し、郵便はがき又は封書で「京都予防医学センター乳がん検診係」(〒604-8491 京都市中京区西ノ京左馬寮町28)へ。  
 問合せ 健康長寿推進課(☎611-1162 ☎642-3876 ☎571-6747)

### のぼそう健康寿命! コツ骨(コツ)ロコモ予防

費用無料  
 ロコモティブシンドローム(以下ロコモ)は、筋肉などの運動器の衰えにより、立つ・歩くなどの活動機能が低下することです。骨密度測定等で自分の健康状態を知り、ロコモ予防を学びましょう。※動きやすい靴と服装でお越しください。骨密度測定では、裸足になっていただきます。  
 日時 12月7日(木)13時30分～15時30分  
 場所 深草総合庁舎4階 第1～3会議室  
 対象 深草支所管内にお住まいの方  
 定員 40名(申込先着順)  
**申込み・問合せ** 11月16日(木)から電話で健康長寿推進課(☎642-3876)へ。

**コツ骨(コツ)貯めよう! お口の健康とカルシウムクッキング**  
 毎日の生活に活かす食事や歯のケアをご紹介します。  
 内容 講話と調理実習  
 日時 12月13日(水)10時30分～13時  
 場所 深草総合庁舎2階 持ち物 エプロン、三角巾、手ふきタオル  
 対象 深草支所管内にお住まいの18歳以上の方  
 定員 20名(申込先着順) 費用 500円  
**申込み・問合せ** 11月16日(木)から電話で健康長寿推進課(☎642-3876)へ。

### あなたのまちへの思いを、かたちにするお手伝い! ～絆づくり・プロジェクト～

費用無料・申込不要  
**ぎざら** 伏見をさかになにさっくばらん (愛称:ふしざく)  
 今月もふしざくは元気に活動中! 定例会でざっくばらんにおしゃべりするもよし、チームのイベントに参加するもよし! 初めての方も大歓迎です!  
**【第8回定例会】**  
 日時 11月25日(土)13時～16時  
 場所 伏見区総合庁舎1階ホール  
 問合せ 地域力推進室企画担当(☎611-1295)

### 遊びに来てね!

第33回 深草ふれあいランドであそぼ!! ～地域子育て支援ステーション事業～

費用無料・申込不要  
 同事業は深草地域の地域子育て支援ステーション、主任児童委員や地域の関係機関が協力して開催するイベントです。赤ちゃんから幼児、保護者まで楽しめる様々な遊びのコーナーや主任児童委員と先生活のステーションの催しが盛りだくさん! 深草地域の子育てを応援するたくさんの方のスタッフをお待ちしています。  
 日時 11月24日(金) 10時～11時30分  
 場所 深草総合庁舎4階  
 ※お車の来場はご遠慮ください。  
 問合せ 子育てはぐみ室(☎642-3887)

もの忘れ世代が集うまちの緑創 申込不要  
 高齢者の方の自立生活を支援するため、健康づくり等の講座を開催しています。  
 ①月例会: 毎月第2・4(水)10時30分～15時30分  
 内容 対話・健康体操・相談

### 醍醐灯りのハーモニー

費用無料・申込不要  
 小・中・高校生合唱・合奏・ダンスステージ発表、工作や体験アースも実施します。  
 日時 12月10日(日)13時30分～16時  
 場所 ハセオタイゴロ西館 2階アトリウムステージ  
 問合せ 市はぐみ創造推進室(☎251-0457)

### ～伏見医師会市民公開講座～ 「糖尿病と肥満」

入場無料・申込不要  
 日時 11月25日(土)14時～16時(受付:13時～)  
 場所 呉竹文化センター  
 内容 講演①「肥満糖尿病患者における減量成功の秘訣」  
 講師 吉田 俊秀氏(医療法人親友会 島原病院 肥満・糖尿病センター長 京都府立医科大学客員教授)  
 講演②「なっとく!! 運動の誤解を解いてスマートな身体づくり」  
 講師 黒瀬 聖司氏(医療法人仁心会 武田総合病院 疾病予防センター 健康運動療法士)  
 ※薬剤師によるお薬相談・健康相談(伏見薬剤師会)も同時開催します。  
**定員 600名(当日先着順)**  
**問合せ** 伏見医師会(☎641-3675/開催日前日まで)

### ふかふか 深草 こころねっと～学ぼう"こころ"のケア作戦～

費用無料  
 こころの健康について理解し、ゆとりをもって暮らせるよう、講演会等を実施します。また、関係機関の活動や、当事者の方などからのメッセージも紹介します。  
 日時 11月29日(水)14時～16時(受付:13時30分～)  
 場所 深草総合庁舎4階第2・3会議室  
 内容 「こころのケアを学びましょう ー地域で共に安心して暮らすためにー」  
 講師 加藤 博史教授(龍谷大学短期大学部社会福祉学科)  
**定員 100名(申込先着順)**  
**申込み・問合せ** 11月15日(水)～24日(金)までに障害保健福祉課(☎642-3574)へ。

### 伏見・お城まつり2017

ふしざくから誕生した「伏見・お城まつり実行委員会」が今年で4回目となる伏見・お城まつりを開催します! 内容をさらに充実!  
 日時 11月19日(日)10時～15時  
 ※雨天決行、一部イベントは中止  
 場所 伏見桃山城前広場・天守閣1Fフロア  
 内容 ①指月伏見城の発掘品、伏見桃山城の映像等②太鼓、殺陣、踊りなどのステージ  
 ③子ども向け体験型イベント④物販(食品、手づくり品等)コーナーも充実  
**費用** 入場無料(駐車場は有料)  
**問合せ** 同実行委員会(井口 ☎090-6737-0980)

【無料小型シャトルバス】を運行!  
 運行時間 9時～15時30分  
 運行場所 御香宮神社・馬居前⇄伏見北堀公園  
 ※駐車場は混雑が予想されます。

### 区民が主役の まちづくり 活動実践中!

『お年寄りのための地域情報番組「声のかげはし」がスタート!』  
 市長の朗読ボランティアによる、お年寄りのための生活情報ラジオ番組が10月から放送中! 地域の情報等をわかりやすく伝えていきます。  
 放送日 毎週(金) 正午から10分間  
 周波数 FMラジオ84.5MHz ZFM845  
 問合せ 地域と人々をくはけはしの会(葛山 ☎602-9443)

「里山のちいさなシゴト」(※)「ぐくり」に挑戦しよう!  
 深草トレイル道のある大岩山で一緒に活動する「ぐくり」仲間を募集しています。  
 ※里山に関する、遊ぶ・話す・つくる・食べる等、自分と相手がいれば成立する活動の全てを指します。

### ノロウイルス食中毒に 注意しましょう!

ノロウイルス食中毒は年間を通じて発生しますが、特に秋から冬にかけて多発するので、注意しましょう!  
**【潜伏期間】** 24～48時間  
**【症状】** 嘔吐、腹痛、下痢、発熱等  
**【原因食品】** 加熱が不十分な食品、カキなどの二枚貝等

**☆予防対策☆**  
 ○十分な手洗い(石けんを使用しましょう!)  
 ○十分な加熱(中心温度85℃～90℃で90秒以上の加熱)  
 ○調理器具の消毒(次亜塩素酸ナトリウム(台所用漂白剤)等による消毒)

あがりす 京都市食の安全安心啓発キャラクター

問合せ 医療衛生センター(☎746-7213)

### ソーロック

問合せ 地域力推進室まちづくり推進担当 ☎611-1144 ☎642-3203 ☎642-3201 ☎571-6135

### 自転車盗の被害に遭わないために!

平成29年上半年、伏見区内の刑法犯認知件数のうち、最も多かったのが「自転車盗」で23件(暫定値)でした。自転車を利用される際は、盗難の被害に遭わないよう、駐輪場に駐輪し、鍵を2つ以上施錠しましょう。自宅やマンション駐輪場からの盗難も多発しています。安心して、必ず鍵をかける習慣をつけましょう。

### 自治記念式典

伏見区の18名、55団体に表彰状を贈呈  
 10月15日の「自治記念日」に記念式典が行われ、市政の推進に貢献された方々に、門川市長から表彰状が贈呈されました。  
 「自治記念日」は、市民自らの手による市長の選任、市役所の開庁という、真の自治権を獲得した明治31年のこの日を記念して制定されました。伏見区の表彰者は次のとおりです。

◆有功者表彰...4名  
 ◆特別表彰...4名・1団体  
 ◆篤志者表彰...2名・4団体  
 ◆永年勤続市政協力委員特別表彰...7名  
 ◆永年勤続市政協力委員表彰...14名

### 京都市自治記念式典

◆未来の京都まちづくり推進表彰...84名、50団体  
 11月12日(日)～25日(土) パネル展示  
 日時 期間中(庁舎開庁時) 場所 区役所・支所ロビー  
 問合せ 市男女共同参画推進課(☎222-3091)

女性に対する暴力をなくす運動週間  
 11月12日(日)～25日(土) パネル展示  
 日時 期間中(庁舎開庁時) 場所 区役所・支所ロビー  
 問合せ 市男女共同参画推進課(☎222-3091)

### 有害・危険ごみ等の 移動式拠点回収事業

有害・危険ごみや紙パックなどの資源物を回収します。回収品目等の詳細は、問合せ先に設置のチラシ又はホームページをご覧ください。

日時 12月2日(土)  
 ①砂川小学校: 9時～11時  
 ②の丸公園: 9時30分～11時  
 ③30分竹田小学校: 13時30分～15時30分  
 12月16日(土)  
 ④藤城小学校: 9時～11時  
 問合せ 伏見まち美化事務所 ☎7-1611 ☎4-1177  
 まちステーション ☎366-0196 ☎366-0197  
 960の深草エコマチステーション ☎366-0198

### 健康長寿のまちをめざして

**乳がん巡回検診**  
 実施時期 平成30年1月中旬～3月下旬  
 内容 診察とマンモグラフィー検査(39歳以下の方は乳房エコー検査)  
 場所 伏見区総合庁舎、深草総合庁舎、醍醐総合庁舎、淀会館  
 対象 市内に住居登録のある方で平成30年中に偶数年齢になる30歳以上の女性※隔年受診 料金1,300円(免除制度あり)  
**申込み** 12月15日(金)(消印有効)までに、①郵便番号②住所③氏名(フリガナ)④生年月日⑤電話番号⑥受診希望区⑦京都市の乳がん検診受診歴(受診の有無、前回の受診区)を記入し、郵便はがき又は封書で「京都予防医学センター乳がん検診係」(〒604-8491 京都市中京区西ノ京左馬寮町28)へ。  
 問合せ 健康長寿推進課(☎611-1162 ☎642-3876 ☎571-6747)

### のぼそう健康寿命! コツ骨(コツ)ロコモ予防

費用無料  
 ロコモティブシンドローム(以下ロコモ)は、筋肉などの運動器の衰えにより、立つ・歩くなどの活動機能が低下することです。骨密度測定等で自分の健康状態を知り、ロコモ予防を学びましょう。※動きやすい靴と服装でお越しください。骨密度測定では、裸足になっていただきます。  
 日時 12月7日(木)13時30分～15時30分  
 場所 深草総合庁舎4階 第1～3会議室  
 対象 深草支所管内にお住まいの方  
 定員 40名(申込先着順)  
**申込み・問合せ** 11月16日(木)から電話で健康長寿推進課(☎642-3876)へ。

### あなたのまちへの思いを、かたちにするお手伝い! ～絆づくり・プロジェクト～

費用無料・申込不要  
**ぎざら** 伏見をさかになにさっくばらん (愛称:ふしざく)  
 今月もふしざくは元気に活動中! 定例会でざっくばらんにおしゃべりするもよし、チームのイベントに参加するもよし! 初めての方も大歓迎です!  
**【第8回定例会】**  
 日時 11月25日(土)13時～16時  
 場所 伏見区総合庁舎1階ホール  
 問合せ 地域力推進室企画担当(☎611-1295)

### 遊びに来てね!

第33回 深草ふれあいランドであそぼ!! ～地域子育て支援ステーション事業～

費用無料・申込不要  
 同事業は深草地域の地域子育て支援ステーション、主任児童委員や地域の関係機関が協力して開催するイベントです。赤ちゃんから幼児、保護者まで楽しめる様々な遊びのコーナーや主任児童委員と先生活のステーションの催しが盛りだくさん! 深草地域の子育てを応援するたくさんの方のスタッフをお待ちしています。  
 日時 11月24日(金) 10時～11時30分  
 場所 深草総合庁舎4階  
 ※お車の来場はご遠慮ください。  
 問合せ 子育てはぐみ室(☎642-3887)