



上京区シンボルマーク

# かみぎょう

市民しんぶん  
上京区版  
**8-15**

今月の2・3面から

2面…  
上京えんじえる  
“ぎゅうっと”ひろば  
3面…  
上京ふれあいネット  
「カミング」パネル  
展示

上京区ホームページ <http://www.city.kyoto.lg.jp/kamigyo/>

## 演目

### 第一部(16時～)

各社中による居囃子、  
独調、舞囃子、仕舞、箏演奏

### 第二部(18時～)

麗調会・箏演奏「春の夜」  
観世流・仕舞「駒ノ段」  
金剛流・仕舞「船弁慶」  
観世流・舞囃子「舍利」  
大蔵流・狂言「茶壺」  
観世流・能「経正」など



火入れ式の様子

## 場所

白峯神宮(今出川通堀川東入北側)

## 日時

9月21日(水)16時～

## 第52回

# 上京薪能



「上京薪能」は昭和40年に始まり、「上京の秋の風物詩」となっている文化事業です。今回は、9月21日(水)16時から白峯神宮で開催します。初秋の一夜、かがり火のもとに演じられる幽玄の世界を心ゆくまでお楽しみください。  
なお、雨天の場合は金剛能楽堂(烏丸通中立売上る西側)が会場となります。

主催 上京区文化振興会、上京区役所

前売券 2千円(当日券は2千500円)。

8月18日(木)から地域力推進室  
まちづくり推進担当(1階①番窓)  
□及び白峯神宮で販売します。

☎ 京都いつでもコール(4面参照)

みんな  
体操!

笑顔ですごせる健康づくりのまち上京

## ロコモ予防

ロコモティブシンドローム(略称:ロコモ)とは、筋肉、骨、関節などの運動器に障害がおこり、「立つ」「歩く」といった機能が低下している状態をいいます。体力が低下していく40代からロコモ予防を始めることが必要です。いつまでも健康でいるために学びましょう。



いつまでも心身ともに健康に暮らせるよう、地域ぐるみで学ぶ「みんな体操!ロコモ予防」。この講座を通じて、「健康長寿のまち・京都」に向けた取組の輪が大きく広がることを願っています。

京都市長 門川 大作



日時 9月25日(日)10時～11時30分  
(受付9時30分～)

内容 運動実技と講話  
『ロコモ体操で健康寿命を伸ばしましょう!』  
講師:山本 孝氏(健康運動指導士)

場所 新町小学校 体育館 (中立売通室町西入三丁町457)  
市バス「堀川中立売」から徒歩6分  
※駐車場はありません。公共交通機関をご利用ください。

対象 18歳以上の区民の方で、運動制限のない方

定員 100名(要事前申込、先着順)

申込み・問合せ 京都いつでもコール(4面参照)  
申込みは、8月16日(火)～9月21日(水)に受け付けます。  
①イベント名 ②氏名 ③年齢 ④住所 ⑤電話番号  
をお伝えください。

持ち物 室内用の運動靴、タオル、飲み物  
※暑い季節ですので、タオルと飲み物は必ずお持ちください。  
※運動しやすい服装でお越しください。



健康長寿のまち・京都



上京区マスコットキャラクター  
かみぎゅうくん

絆で織りなす 住みよいまち上京

区総合庁舎の来庁者用駐車スペースは7台のみです。車いす利用者等のご利用を除き、終日有料コインパーキングとなっております。ご不便をお掛けしますが、ご来庁の際は公共交通機関をご利用ください。