

いきいき転倒予防教室 (参加無料)

みんなで体力測定、ストレッチ、筋トレ、脳トレゲームなどを行います。いすに座って運動するので、初めての方も楽しめます。

- 期間 / 6月5日～8月28日の毎週火曜日(計12回。※8月14日は休み)。
- 時間 / ①9時30分～10時30分
②10時45分～11時45分
- 場所 / 愛生会山科病院新館5階第1講義室

- 対象者 / 介護保険サービスを利用されていない65歳以上で医師による運動制限のない方
- 定員 / ①②各10名(先着順)
- 持ち物 / 動きやすい服装、汗拭きタオル、飲み物
- 申し込み / 5月21日(月) 午前9時から、山科区地域介護予防推進センターへ電話
- 問合せ先 / 山科区地域介護予防推進センター(☎583-6205)

名神高速道路の立入者接触事故注意!

名神高速道路では近年、歩行者や自転車、原付バイクが料金所入り口やのり面から進入する事例がよく起こっています。ドライバーもこういった事例を予測していないため、重大な事故につながる可能性があります。高齢者や幼児がおられるご家庭では、特にご注意ください。

- 昨年1年間の名神高速道路内立入者 合計50人
うち、歩行者33人、自転車10人、原付バイク5人(進入手順不明2件)
- 問合せ先 / 西日本高速道路(株)茨木管理事務所(☎072-622-4887)

環境施設見学会「エコバスツアー」 ～参加団体募集～



区民の皆様、クリーンセンターや資源リサイクルセンターなど京都市のごみ処理施設等を見学していただく、エコバスツアーを開催します。

エコバスツアーで施設を巡って、身近なごみ問題を見つめ直し、環境に優しいライフスタイルを考えてみませんか?

- 対象 / グループやサークル、地域の団体、これから取り組みを始めようと思っているグループなど、環境に関心のある団体ならどなたでも参加できます(営利法人を除く)。

- 見学施設 / 市内クリーンセンター、資源リサイクルセンター、エコランド音羽の杜(埋立処分場)など
希望の施設を自由に組合せ可能です。

詳しくは エコまちステーションまで

- 費用 / 無料
- 定員 / 1組30名まで(要相談)
- 実施期間 / 24年7月～25年3月(実施日は、お問い合わせください。)
- 問合せ先 / 山科エコまちステーション(☎366-0184)

「こども110番のいえ」スタンプラリー



家の玄関や門に貼られている緑の看板「こども110番のいえ」を皆さんご存知ですか?

これは、登下校時の子どもの安全を守るため、緊急時に子どもが助けを求めて飛び込める家として、地域の方に協力してもらっているもので、平成9年に始まりました。ところが、よく見ると色があせていたり、割れていたりする看板もあり、また日中お留守の家にも貼られていたりし、子どもを持つ親としては「いざという時に助けてもらえるだろうか?」という不安を持たれるかもしれません。

音羽川学区内では、現在124軒の方に「こども110番のいえ」としてご協力いただいておりますが、このような不安を解消すると同時に、子どもたちと「こども110番のいえ」の方が顔を合わせる機会を作るために、2月28日にスタンプラリーを初めて行いました。

実施に当たっては、音羽川小学校の全面的な協力を得て、5・6時間目に2年生と5年生全員が参加し、グループで歩きながら「こども110番のいえ」を巡ってスタンプを集めました。最初は恐る恐る呼び鈴を押していた子どもたちでしたが、何軒も回るうちに慣れてきて、勢いよく大きな声で挨拶

京の旬野菜レシピ



万願寺唐辛子と 賀茂茄子のみそ炒め

- 材料(4人分)
- ・ 万願寺唐辛子.....7本
- ・ 賀茂茄子.....1個
- ・ にんにく.....1片
- ・ サラダ油.....大さじ2
- ①
- ・ スープの素.....大さじ3
- ・ みそ.....大さじ1
- ・ 酒.....大さじ1
- ・ しょうゆ.....大さじ1
- ・ 砂糖.....大さじ1

● 料理の作り方

- ①万願寺唐辛子は種を除いて1cm幅に切り、賀茂茄子は1cmくらいの乱切りにする。にんにくはみじん切りにしておく。
- ②フライパンにサラダ油とにんにくを入れ香りが立つまで熱し、賀茂茄子、万願寺唐辛子の順に入れ、全体に油が回ったら、①を加えて絡めるように炒め合わせます。

- 問合せ先 / 区保健センター成人保健・医療担当(☎592-3477)

● 神社「三之宮」に観光案内板が設置されました

おこしやす“やましな”協議会では、東野八反畑町の神社「三之宮」に、新たに観光案内板を設置しました。案内板では、史跡の紹介だけでなく、訪れた方々が近隣名所を散策できるように、周辺地図と、折上稲荷神社や坂上田村麻呂公園までの所要時間なども掲載しています。鶯草草葺不合尊を祀り、醍醐天皇の時代に本社殿が建

立された由緒ある神社を一度訪れてみてはいかがでしょうか。

- 問合せ先 / おこしやす“やましな”協議会 区総務・防災担当(☎592-3066)



勸修小学校タグラグビーチーム 全国大会へ出場!

3月17日、18日に東京秩父宮ラグビー場及び国立競技場で開催された「第8回サントリーカップ全国小学生タグラグビー選手権大会」に、勸修小学校のタグラグビーチームが22年度に続き、2度目の出場を果たしました。



予選を2位で通過し、決勝トーナメントに進出しましたが、初戦となった準々決勝で延長戦の末1点差で惜しくも敗れ、全国7位という結果でした。

今後一層の活躍を期待します。

- 問合せ先 / 区まちづくり推進担当(☎592-3088)

していました。5年生は2年生がはぐれないように、緊張しながらもリーダー役を果たしていました。

同小学校の松村校長は「日頃、見守っていただいている地域の方々とのつながりを確認するいい機会になりました」とおっしゃいます。今回の取り組みでは、交通量の多い地点の安全確保やはぐれる子どもが出ないように、地域の役員さんやPTAも見守りの協力をされました。

音羽川学区自治連合会の澤田会長は「大人は子どもが来てくれると実に嬉しそう。直接顔を合わせることで、大人の側にも『こども110番のいえ』の役割を再認識してもらえた」とのことです。

楽しみながら地域の絆を深め、

子ども自身もグループ行動で責任感が育つ。地域と学校とが連携することで有意義な取り組みとなったようです。

- 問合せ先 / 区まちづくり推進担当(☎592-3088)



楽しみながら家々を巡ります