

ロコモ予防教室 ～京から始めるロコモ予防～



ロコモティブシンドローム(運動器症候群、通称「ロコモ」)とは、膝や腰が痛い、歩きにくいなど運動器が衰えている、または衰え始めた状態をいいます。実際に運動を行い、ロコモ予防について学びましょう。
日時 4月10日(火)14時～16時
場所 伏見区役所2階 講堂
対象 区在住の50歳～80歳未満の方で、運動制限のない方
定員 30名(申込先着順)
その他 受講者には、後日開催する「ウォーキング教室」をご案内予定です。
申込み・問合せ 3月15日(木)から30日(金)までに健康長寿推進課へ(☎ ☎611-1162)



愛犬の登録と狂犬病予防注射 をお忘れなく!

狂犬病予防法により、生後91日以上は登録(生涯1回)と狂犬病予防接種(毎年1回)が義務付けられています。区内では、4月に下表の日程で予防注射を実施します。

車での来場はできるだけお控えください

実施日	時間	実施会場名
4月3日(火)	10時～11時30分	神川小学校(南門)
	14時～14時45分	向島南小学校(北東側正門)
4日(水)	15時15分～16時	向島小学校(西門)
	10時～10時45分	稲荷小学校(西側正門)
5日(木)	14時～15時	深草小学校(西側正門)
	10時～11時	久我の杜小学校(東門)
6日(金)	14時～14時45分	桃山南小学校(東側正門)
	15時30分～16時	桃山東公会堂(駐車場)
9日(月)	10時～11時	春日野小学校(西門)
	13時30分～14時	醍醐小学校(東門)
10日(火)	15時～15時30分	小野幼稚園(北側)
	14時～14時30分	淀原日町 桃の里会館
11日(水)	15時15分～15時45分	納所小学校
	10時30分～10時50分	陀羅谷集会所
12日(木)	14時～15時	淀会館前
	14時～14時30分	横大路小学校(東側正門)
13日(金)	15時15分～16時	羽束師小学校(北門)
	14時～14時45分	竹田小学校(東門)
16日(月)	15時30分～16時15分	下鳥羽小学校(東側正門)
	14時30分～16時	小栗栖小学校(体育館東側)
17日(火)	14時～15時	醍醐支所(駐車場)
	14時～15時	藤ノ森小学校(東通用門)
18日(水)	10時～10時45分	砂川小学校(南門)
	14時～14時45分	藤城小学校(第2グラウンド)
19日(木)	14時～14時45分	伏見南浜小学校(南門)
22日(日)	13時～16時	伏見区役所(駐車場東側)

費用 注射のみ 3,300円、登録と注射 6,900円
問合せ 市医療衛生センター(☎ 746-7213)



高松橋南側の広場の オープニングイベントを開催します!

琵琶湖疏水(鴨川運河)沿いの空き地を、地域の憩いと賑わいの広場にするため、近隣の住民や学校、企業など多くの方々と一緒にワークショップや整備活動に取り組んできました。この度、広場の仮オープンを記念したイベントを開催します。
日時 3月21日(水・祝) 11時30分～14時
 ※雨天順延(開催の有無は当日問合せ先へ)
 予備日 3月24日(土)
場所 京阪鳥羽羽街道駅南西(駐車場はありません)
内容 ミニコンサート/軽食ブース/広場名称の投票など
広場の特徴 明治のレンガをリユース、鴨川運河の橋の案内板など
 ※広場の整備工事は今後も続きます。
問合せ まちづくり推進担当(☎ ☎642-3203)



整備活動の様子



あなたのまちへの思いを、かたちにしてお手伝い! 絆づくり・「伏見力」増進～絆づくり・プロジェクト～

伏見をさかんに(ざ)っ(く)ばらん 「ふしざく・思い出アルバム」完成!

伏見が大好きな人たちが、まちへの思いをざっくばらんに出し合い、魅力あるまちづくりに取り組む「伏見をさかんにざっくばらん」(愛称:ふしざく)。
 ふしざくで生まれたチームの1年間の活動をまとめたアルバムが完成しました!このアルバムを見て、活動を始めようと思ったあなた、共に汗する仲間を見つけた!と思ったあなた!4月のふしざくでお待ちしています♪(4月21日(土)13時～16時(予定))
 ※3月12日(月)以降に区役所・支所等で配布(なくなり次第、配布終了)。区ホームページ(1面上部参照)でも掲載。
問合せ 企画担当(☎ ☎611-1295)



ふしざくの魅力が
ギュッと詰まった
「ふしざく・思い出アルバム」

河津桜咲く! 淀緑地の観桜会

ふしざくチーム「伏見の環境を守る会」が、河津桜・観桜会を開催します。京阪淀駅からピンクの旗を目印に、少し早いお花見をしませんか。
日時 3月17日(土)、18日(日) 10時～16時
 (一部、雨天中止)
場所 淀緑地(淀下津町)
内容 河津桜ガイド・活動PR・小イベント
問合せ 伏見の環境を守る会(石黒 ☎090-2101-6745)

河津桜とは…?
 早咲きの桜の種類で、毎年2月上旬頃から開花し約1ヶ月を経て満開になります。淀地区では約270本が植樹されています。



投票場所変更のお知らせ

第32投票区の投票場所が、向島幼稚園から二の丸小学校(体育館)に変更となります。当日投票に行かれる際は、ご注意ください。※第31投票区の投票場所は二の丸小学校(体育館)のまま変更はありません。



問合せ 伏見区選挙管理委員会(☎ 611-1295)



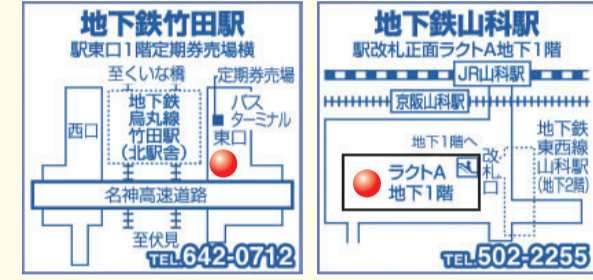
京都府知事選挙、
京都府議会議員
伏見区選挙区補欠選挙
4月8日(日)

問合せ 伏見区選挙管理委員会(☎ 611-1295)

住民票の写し等は、ターミナル証明書発行コーナーでも取得できます

場所 地下鉄竹田・山科・四条・北大路駅、阪急桂駅
取扱時間 8時30分～19時(土・日曜日は17時まで)
 (祝日・振替休日・年末年始を除く)
取扱証明書 ①住民票の写し ②住民票記載事項証明書 ③印鑑登録証明書 ④税関係証明書 ⑤戸籍(除籍)全部(個人)事項証明書及び除籍謄抄本 ⑥戸籍の附票の写し ⑦独身証明書 ⑧身分証明書
 ※④は平日17時以降及び土・日曜日は受付のみ。
 発行は翌日以降の開所日になります。

持ち物 運転免許証等の本人確認書類
 ※印鑑登録証明書は、印鑑登録証(カード)が必要



●ターミナル証明書発行コーナー
問合せ 市地域自治推進室(☎ 222-3085)

入学・入社・転職… 引越しの季節に

3月25日、4月1日、8日の日曜日 区役所・支所で転入・転出等の手続きができます

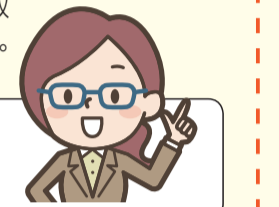
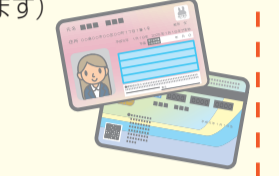
開所日時 3月25日、4月1日、8日(日) 9時～正午
 ※3月25日のみ、マイナンバーカードの日曜交付(9時～正午)あり(事前予約制)。
 事前予約は、市民窓口課マイナンバー担当(☎ ☎634-9501 ☎ ☎644-4011 ☎ ☎748-6009)まで。

場所 伏見区役所、深草支所、醍醐支所
 (※出張所は開所しません。出張所管内の方は伏見区役所で手続きができます)

取扱業務	業務
住所異動	転入・転出・転居届など
戸籍届出	出生・死亡・婚姻届など
印鑑登録	印鑑登録・抹消など
証明書発行	住民票の写し、戸籍謄抄本、印鑑登録証明書など

※一部取り扱わない業務(税関係証明書の発行等)あり。また、上記取扱業務でも、他機関の開庁等の理由で、その場に対応できない場合あり。
問合せ 市民窓口課(☎ ☎611-1410 ☎ ☎642-3329 ☎ ☎571-6336)

同日、区役所・支所で、以下の窓口も臨時開所します。
 ◆エコまちステーション(転入者へのごみの分別、有料指定袋に関する説明)
 ◆上下水道局営業所(上下水道に関する相談)



就職・引越し等の異動の際には各種手続きをお忘れなく

詳しくは、各担当課へお問い合わせください。 **原動機付自転車等・小型特殊自動車は4面の税のお知らせをご覧ください。**

自治会・町内会に入って住みよいまちづくり
 京都市は、自治会・町内会を応援しています

種類	持ち物	届出先等	
転入(転居)届・ 転出届	市内で異動	(共通) ●印鑑・本人確認書類(代理人の場合、代理人の本人確認書類と委任状) (市内で異動される方) マイナンバーカード又は通知カード、住民基本台帳カード(お持ちの方のみ) ※出張所で取り扱う転入(転居)届・転出届は区役所でも手続可	転入(転居)の日から14日以内に住所地の区役所・支所市民窓口課、出張所
	市外へ転出		転出の日までに区役所・支所市民窓口課、出張所 ※転出届は郵便でも届出可
国民健康保険・ 後期高齢者医療制度	市内で異動 市外へ転出 職場の健康保険等の加入・脱退	・お持ちの保険証、新たに健康保険に加入した場合は新しい保険証 ・健康保険を脱退した場合は資格喪失証明書 ・マイナンバーのわかるもの	14日以内に住所地の区役所・支所保険年金課 転出の日までに区役所・支所保険年金課
	介護保険	市内で異動 市外へ転出	14日以内に住所地の区役所・支所健康長寿推進課 転出の日までに区役所・支所健康長寿推進課

消防 最前線



伏見消防署 ☎641-5355
 醍醐消防分署 ☎571-0474

**子どもの火遊びを
防ぎましょう**
 子どもの火遊びは、大人がいなくなると起こることが多く、そのため通報が遅れて火災が拡大する要因にもなってしまいます。子どもの火遊びを事前に防ぎましょう。

**子どもの火遊びを
防ぎましょう**
 ・火遊びを防ぐポイント
 ・子どもだけで火を扱わせないようにする。
 ・子どもの手の届くところにマッチやライターを置かない。
 ・子どもにも火の怖さについてしっかりと教える。
 ・地域みんなで火遊びをさせない環境をつくる。

**平成29年刑法犯認知
件数(暫定値)と特殊
詐欺の被害について**
 区の平成29年の刑法犯認知件数(暫定値)は1,095件で、前年比310件(13.7%)の減少となりました。これは、区民、事業者、警察や行政等が連携して防犯に取り組みできた成果です。しかし、振り込め詐欺などの「特殊詐欺」については、区内で1億円をだまし取られた事件をはじめ、多くの被害が発生しており、

依然として予断を許さない状況です。特殊詐欺においては、電話を利用して、子や孫を装いお金に困っていることを訴え、金銭をだまし取る手口が多く見られます。「怪しいな」と思ったら、警察や周りの人に相談する等、被害の未然防止に努めましょう。
問合せ まちづくり推進担当
 (☎ ☎611-1144 ☎ ☎642-3203 ☎ ☎571-6135)



平成30年 春の全国交通安全運動
 期間 4月6日(金)～15日(日)
 スロカンゆずり合っ
 心がふれ合っ
 京の春