

「だいがっこ絵画展(1面参照)」と同時開催!

歯っぴースマイル大作戦(歯のイベント)

無料・申込不要

体験型イベントで歯と口の健康づくりに取り組まれますか。

日時 11月3日(日・祝) 12~15時
場所 バセオ・ダイゴロー西館2階アトリウム(醍醐高畑町30-1)
内容 むし歯菌数の測定、フッ化物体験、歯科相談、スタンブラリー、紙芝居、むし歯予防のお話 他
問合せ 健康長寿推進課(☎571-6747)

参加者には歯ブラシ進呈!

あいでやす 応援ひろば

~出張型 地域包括支援センター~

無料・申込不要

健康や介護について相談できるイベントです。10月は介護用品の展示と使用体験、11月は保健師・看護師・栄養士による健康・栄養相談を実施。お持ちの方は健康診断結果を持参してください(11月のみ)。

日時 10月23日(水)、11月13日(水) 10~14時
場所 MOMOテラス1階マルシェ広場(桃山町山ノ下32)
問合せ 健康長寿推進課(☎571-6747)

消防 最前線

住宅用火災警報器の設置義務と維持管理
伏見消防署 ☎641-5355
醍醐消防署 ☎571-0474

す。京都市では複室・台所・階段への設置を義務付けています。
維持管理のためには
○乾いた布でほこりや汚れのふき取りを。
○取扱説明書で点検方法の確認を。
○本体(約10年)や電池(音等による通知)の寿命を確認し、適切に交換を。
問合せ 伏見消防署(☎641-5355)

食育セミナー

①生活習慣病予防②③④貧血予防をテーマに、調理実習、試食・交流を行います。

Table with 4 columns: 日時, 場所, 定員. ①11月6日(水) 深草支所 20名, ②11月15日(金) 伏見区役所 24名, ③11月28日(木) 醍醐支所 20名, ④11月29日(金) 深草支所 20名

※②~④はいずれかでお申し込みください。
対象 ①深草支所管内②③④伏見区内に在住の18歳以上
費用 各500円
持ち物 エプロン・三角巾・手ふきタオル
申込み・問合せ 10月①17日から②③
④21日から来所又は電話で健康長寿推進課①④(☎642-3876)②(☎611-1162)③(☎571-6747)へ(先着順)

ふかくさ春夏秋冬健康レシピを活用したメニュー
①の献立
ごはん
さつまいもと豚肉の黒酢いため
きのこの当座煮
長いものとりみ焼
甘酒スリン(変更の場合あり)

②③④の献立
ごはん
豚肉と小松菜の梅ソテー
切り干し大根のまめまめサラダ
きくちほと野菜の中華風スープ
季節の果物(変更の場合あり)

貧血を予防・改善するためのメニュー
①④は深草わくわくスタンブラリー対象イベント

ふかくさこころのカフェ ~こころの病って?~

無料

市民の皆様がこころの健康についてよく理解し、健やかに暮らせるよう、こころの病のある方やご家族、関係機関の声を紹介します。(手話・要約筆記有)

日時 11月8日(金) 14~16時(13時20分~手作り市)
場所 深草支所4階第1・2・3会議室
定員 100名(先着順)
申込み・問合せ 10月16日~11月7日に電話又はFAXで障害保健福祉課(☎642-3574、FAX641-7326)へ

11月8~14日は深草支所1階コミュニティホールで関連作品展も開催。

深草まるごと健康フェスティバル第1弾 健康チェックしませんか! ~in龍谷祭~

無料

動脈硬化を進行させると言われている糖尿病は早期の対処で進行を食い止められます。糖尿病の予防について、みんなで一緒に学びましょう!

日時 11月6日(水) 13時30分~15時30分
場所 深草支所4階第3会議室
内容 血管年齢測定、保健師からのお知らせ、大石まり子医師(伏見医師会)による講演
対象 深草支所管内に在住の18歳以上75歳未満の方
定員 30名(先着順)
持ち物 筆記用具
申込み・問合せ 10月16日から電話で健康長寿推進課(☎642-3876)へ

秋の風情を楽しむ深草ウォーキング

無料

地域で健康づくりに取り組むボランティア「健康づくりサポーター」と一緒に、深草のまちを歩きますか?

日時 10月28日(月) 13時30分~15時30分(雨天中止)
集合場所 高松橋ひろば(京阪電車「鳥羽街道駅」西)
対象 深草支所管内に在住の方
定員 20名(先着順)
持ち物 飲み物、タオル(動きやすい服装でお越しください)
申込み・問合せ 10月15~25日に電話で健康長寿推進課(☎642-3876)へ

健康教室「生活習慣病 知ろう! 防ごう! 健康になろう!」

健康づくりの専門家が生活習慣改善のお手伝いをします。

Table with 3 columns: 日時, 内容. ①11月6日(水) 13時30分~ 講話, ②11月27日(水) 15時30分 運動実技, ③12月11日(水) 10時30分~13時 調理実習
場所 醍醐支所3階①②会議室③栄養指導室
対象 伏見区内に在住の3回とも受講できる運動制限のない方
定員 20名(先着順)
費用 ③のみ500円
申込み・問合せ 10月21日から来所又は電話で健康長寿推進課(☎571-6747)へ

令和元年度「伏見連続講座」開講中! 無料

まち歩きや講座を通して、伏見の歴史にふれてみましょう。昨年度人気のあった「親子野鳥観察会」も再登場!

Table with 5 columns: 日時, 内容・講師, 場所, 定員等. 11月11日(月) 伏見・水の道を歩く, 11月16日(土) 伏見史跡探訪ツアー(全3回)第2回「下鳥羽周辺を訪ねて」, 11月17日(日) 歴史街道ウォーキング「深草地域の伏見街道」, 11月23日(土・祝) 「野鳥の楽園・目録」親子野鳥観察会 part II, 11月30日(土) 世界の水事情を通してみる鴨川運河と伏見

①京都文教大学フィールドリサーチオフィス 申込み (Fax0774-25-2822, ②firo@po.kbu.ac.jp) 問合せ (☎0774-25-2630)
③伏見菜舎(☎204-2037)
④深草古絵図プロジェクト(杉田☎090-2355-5486)
⑤種智院大学(☎604-5600)
⑥問合せ 鴨川運河会議(鶴岡☎080-5438-3806)

区民が主役のまちづくり活動実践中!
※動きやすい服装でお越しください。
日時 11月2日(土) 13~16時
場所 伏見区役所1階ホール
問合せ ダンスホビークラブ(野本☎090-8981-5332)
久我・久我の杜・羽束師 第3回 健康・福祉まつり
日時 11月4日(月・振替) 9時30分~14時
場所 神川出張所他
問合せ 同まつり事務局(辻☎6902-9235)

伏見川柳

歳相応にごく順調に老いている師団の名街道のみに移ろいて秋風が立たぬようにとこの恋に同窓会見分けがつかず自己紹介丹波橋踏切番の小屋の跡
大海 幸生
岡村 欣一
渡邊真由美
山田 健爾
古崎 徳造
本西 一代

第55回市バレーボール祭

8月25日、ハンナリースアリーナで市バレーボール祭が開催されました。各区から女性チーム44チームが参加。伏見区から砂川・横大路・納所・向島藤ノ木の体振4チームが参加し、日頃の練習の成果を生かして健闘されました。

市民ぐるみ推進運動

空き果に注意!
日暮れが早くなり、空き果が活動しやすくなります。
外出時はもちろん在宅中も施錠を。
〇ピッキングに強いシリ
ンダー錠等に、防犯強化。
〇浴室やトイレ、2階の窓等もしっかり施錠を。
問合せ まちづくり推進担当(☎611-1144 ☎642-3203 ☎571-6155)

第29回醍醐ふれあいプラザ

9月15日、醍醐ふれあいプラザが折戸公園で開催。小学生の花見行列・花見踊り、大なわとび大会や、保育園児からお年寄りまで幅広い世代のステージ発表が行われました。模擬店も大盛況となり、地域住民の皆様の交流を一層深めることができ、まさに醍醐の地域力、文化力の象徴といえる素晴らしい一日となりました。

住民票の写し等への旧氏併記

11月5日から本人の請求で、住民票に旧氏を記載できるようになります。記載した場合は、写しやマイナンバーカードにも必ず表示されます(省略不可)。希望者は、旧氏から現在の氏への変遷が証明できる戸籍証明書(戸籍簿本等)とマイナンバーカード(通知カードと本人確認書類でも可)を持参し、住所地の区役所・支所市民窓口課又は出張所で請求してください。
問合せ 市民窓口課(☎611-1410 ☎642-3328 ☎571-6333)
出張所(神川☎611-0210 ☎28 ☎631-2040)

伏見ふれあいプラザ2019

9月1日、毎年恒例の伏見ふれあいプラザが京都パルスプラザで開催。桃陵中学校吹奏楽部の演奏などによる81店の模擬店や18組のステージ発表で、多くの来場者に楽しんでいただきました。また、シャトルバスの運行やユース食器の利用などを通じ、環境に配慮したイベントとなりました。