

### 消防 最前線

命を救うためには、倒れてから病院で適切な処置を受けるまで「命のバトン」をつなぎ、途切れることなく、素早く救命のリープを行うことが大切です。

適切な応急手当を行うためには、日頃から知識と技術を学び、身に付けておくことが必要です。

伏見消防署では、突然のけがや、病気で倒れた方への応急手当、AEDの使い方、心肺蘇生法や止血法等を学ぶ救命講習を実施しています。ぜひ適切な応急手当を学びましょう。

問合せ 伏見消防署 ☎641-5355 醍醐消防分署 ☎571-0474



### 令和4年度伏見区区民活動支援事業を決定

伏見区では、伏見区基本計画2025に掲げている将来像「水と緑と温もりのまち『伏見ですむ』」の実現に向け、区民主体で取り組まれるまちづくり活動を支援しています。

この度、今年度の補助金を交付する30事業を決定しました。

- 一般 枠 5件(補助金額:上限30万円)
- 重点支援枠 12件(補助金額:上限15万円)
- 小規模 枠 13件(補助金額:上限10万円)

問合せ まちづくり推進担当(㊦☎611-1144㊧☎642-3203㊨☎571-6135)企画担当(㊦☎611-1295)



▲詳細はこちら

### 墨染通(本町通～伊達街道)一方通行規制の社会実験

歩行者の安全を確保するため、朝の通学時間帯に限り、墨染通の一部区間において、西行一方通行規制の社会実験を行います。期間中、東行車両はう回などのご協力をお願いいたします。

社会実験後、本規制の実施に向けて検討を行います。

期間 8月29日(月)～9月16日(金)7時30分～8時30分※土・日・祝日を除く

区間 墨染通(本町通～伊達街道 約300m)

対象 車両(自転車を除く) 問合せ 伏見警察署交通課(☎602-0110)

### 区民が主役のまちづくり活動実践中!

#### 「生ごみを堆肥に変える段ボールコンポスト講習会」**無料**

日時 9月18日(日)10時30分～11時30分  
会場 伏見区役所1階 ホール  
定員 20名(先着順)  
申込み 8月20日～9月16日に氏名(ふりがな)、住所、電話番号、メールアドレスを連絡先へ  
主催 連絡先 桃山エコ推進委員会(大倉)(☎・FAX 622-1098、メール kappaaiki0329@gmail.com)

## お知らせ

#### 図書館

お楽しみ会	赤ちゃん絵本の会
向島図書館 ☎622-7001 9月3日(土) 11時～★	9月9日(金) 11時～★
醍醐図書館 ☎572-0700 8月27日(土) 10時30分～	9月2日(金) 10時30分～
久我のもり図書館 ☎934-2306 8月27日(土) 14時～	

★:電話又は来館で申込み(先着5組)

#### 移動図書館 ☎801-4196

日時	場所
8月22日(月) 10時～10時50分	桃山南小学校
11時30分～12時	納所小学校
9月15日(木) 10時～10時50分	桃山南小学校
11時30分～12時	納所小学校
9月16日(金) 10時～10時40分	ローソン淀原目町店 駐車場
11時～11時50分	明親小学校

#### お気軽に相談ください **無料**

①②に関する問合せ まちづくり推進担当(㊦☎611-1144㊧☎642-3203㊨☎571-6135)

#### ①弁護士による京都市民法律相談

日時 毎週水曜日 13時15分～15時35分  
※1組20分以内  
場所 伏見区役所・深草支所・醍醐支所  
定員 区役所各日14組・各支所各日7組  
予約 相談日の週の月曜9時～当日15時05分(閉庁日を除く)に、電話又は来所で問合せ先へ

#### ②行政相談委員による無料行政相談 **申込不要**

日時 8月16日(火)、9月20日(火) 13時30分～15時30分  
場所 伏見区役所・深草支所・醍醐支所

#### 有害・危険ごみ等の移动式拠点回収事業

石油類や薬品などの有害・危険ごみや、紙パックなどの資源物を回収します。

詳細は、問合せ先に配架のチラシ又は市ホームページをご覧ください。

日時・場所 9月10日(土)9～11時:森ノ宮南公園、9月17日(土)9～11時:納所公園  
問合せ 伏見まち美化事務所(☎601-7161) エコまちステーション(㊦☎366-0196)

#### 【地域支え合い活動入門講座～高齢者が安心して暮らしを続けるために～】**無料**

皆さんの暮らしの中で何があったら安心でしょうか。人と人がつながること、お互いに支え合う活動について知っていただく機会です。

日時	場所	定員
8月30日(火)13時30分～15時30分	伏見老人福祉センター	20名
9月6日(火)10時～12時	醍醐老人福祉センター	20名

申込み・問合せ 各開催日の5日前までに電話又は来所で伏見区地域支え合い活動創出コーディネーター(伏見区社会福祉協議会(紙子屋町544、☎603-1287)又は醍醐分室(醍醐高畑町30-1、☎575-2070))へ(多数抽選)

#### 日本の伝統芸能との出会い「琉球舞踊を楽しく」参加者募集 **無料**

国の重要無形文化財に指定されている沖縄の古典芸能「琉球舞踊」を鑑賞し体験するワークショップ。

日時 9月11日(日)15時～16時30分  
場所 呉竹文化センター 創造活動室(京町南7-35-1)  
定員 15名(多数抽選)  
講師 諸喜田千華氏(琉球舞踊家)、和田信一氏(歌三線)、田中多佳子氏(京都教育大学音楽科教授)  
対象 小学生以上の方  
申込み・問合せ 8月20日～31日に電話(☎603-2463)又はFAX(603-2465)、メール(kuretake@kyoto-ongeibun.jp)で同センターへ

#### 伏見区役所 ☎612-8511 鷹匠町39-2 ☎611-1101(代) FAX611-4716

#### 深草支所 ☎612-0861 深草向畑町93-1 ☎642-3101(代) FAX643-7719

#### 醍醐支所 ☎601-1366 醍醐大構町28 ☎571-0003(代) FAX573-1505

#### 神川出張所 ☎921-0028 FAX921-2829 淀出張所 ☎631-2040 FAX631-0409

脱炭素社会の実現に向けて、ご来庁の際は公共交通機関のご利用をお願いします。

伏見区 ラジオ広報番組 FM845(京都リビングエフエム) ●伏見区役所インフォメーション 毎週金曜 10時45分頃/22時45分頃～



### 世界一安心安全、おきておしのまち京都 市民ぐるみ推進運動

#### キャッシュカードをねらう 特殊詐欺に注意!

警察官や百貨店職員等をかたり「あなたのカードが悪用されている」「カードの交換が必要」と電話をし、キャッシュカードを用意させ、自宅を訪れた犯人が隙を見てカードを盗み取る特殊詐欺が多発しています。

少しでも怪しいと感じたら、家族や警察に相談しましょう。

伏見区役所では、マンガ版防犯マニュアル「特殊詐欺編」を作成し、京都市情報館で公開中。楽しみながら防犯を学んでみませんか。

マンガ版防犯マニュアル(特殊詐欺) 検索

問合せ(まちづくり)まちづくり推進担当(㊦☎611-1144㊧☎642-3203㊨☎571-6135)



### 伏見区役所×京都工学院高等学校 ふしみわくわくサイエンススクール・第1弾

## プログラミングと手作り発電を体験しよう!

**無料**

京都工学院高等学校サイエンスクラブの部員が講師となり、一緒にワークショップを行います。

日時 9月19日(月・祝)14時～16時 場所 伏見区役所1階 ホール

内容 ・プログラミング体験  
プログラミングでマシーンを動かして、タイムを競ってみよう。  
・手作り発電体験  
身の回りにある意外なものを使って発電してみよう。

対象 区内に在住又は通学の小学生(要保護者同伴)  
定員 20名(多数抽選)※当選者のみ連絡  
申込み 9月3日までに右記の申込みフォームへ  
問合せ 企画担当(㊦☎611-1295)



▲申込みフォーム

## ～健康長寿のまちを目指して～

### 健康スタートセミナー **無料**

健康的な生活を送りたいけれど、何から始めれば良いかわからない。そんなあなたのためのセミナーです。

今回は、「糖尿病予防」をテーマに、2回シリーズで開催。血液検査を受けて体のチェックができ、健診結果の見方も学べます。

糖尿病予防の基本となる生活習慣を学び、さっそく取り組めることから始めてみませんか?

日時 ①9月16日(金)14時～16時 ②11月29日(火)14時～16時  
場所 伏見区役所2階 講堂 テーマ 糖尿病を予防しよう

対象 区内に在住で、①、②の両日参加でき、次の(1)と(2)に該当する20歳以上の方

(1)糖尿病の治療をしていない、かつ以下のいずれかに該当する方  
・糖尿病に関心がある ・健診で血糖値を指摘された ・血縁者に糖尿病の方がいる  
・HbA1cが6.0～6.4%である

(2)令和3年又は4年の健診結果を持参いただける方

定員 15名(先着順) 持ち物 健診結果(必須)、筆記用具、飲み物、マスク  
申込み・問合せ 8月17日～31日に電話又は来所で健康長寿推進課(㊦☎611-1162)へ

---

### 9月は食生活改善普及月間 京の健康栄養講座「まだまだ出来る! 応援します☆あなたの減塩生活」 **無料**

減塩は意識しているけれど、まだまだ気づかないところで「塩」をとっているかもしれません。気づきにくい「かくれた塩」を見つけて、もう一歩進んだ減塩に取り組んでみましょう。

日時	場所	定員
①9月2日(金)	伏見区役所	12名
②9月7日(水)	醍醐支所	12名
③9月21日(水)	深草支所	12名

※①～③のいずれかでお申し込みください。

内容 講話「まだまだ出来る! 応援します☆あなたの減塩生活」講師:管理栄養士、体験「だし汁の塩分測定」

対象 区内に在住の18歳以上の方 持ち物 電卓(スマートフォン可)、家庭の汁物(測定希望者のみ)

申込み・問合せ 8月22日から電話又は来所で健康長寿推進課①(㊦☎611-1162)②(㊧☎571-6747)③(㊨☎642-3876)へ(先着順)

### ～糖尿病発症予防プログラム～ 運動&栄養教室 **無料**

運動と調理実習であなたの健康づくりをサポートします!!

運動不足や不健康な生活習慣は糖尿病の発症リスクを高めます。運動と調理実習で生活習慣を見直し、健康習慣を続けることを目標にした教室を行います。

【運動編(運動実技・講話)】

開催日	時間	場所	内容	費用	持ち物等
9月28日(水)	14時～16時	醍醐支所 3階会議室	運動指導士による運動実技、講話	保健師のお話 管理栄養士のお話 歯科衛生士のお話	無料
10月19日(水)			動きやすい服装、運動靴、飲み物、筆記用具		
11月14日(月)					

教室の最後には、あなたに合わせた運動プログラムを進ませます。

【栄養編(調理実習)】

開催日	時間	場所	調理実習の内容	費用	持ち物
10月26日(水)	10時30分～13時	醍醐支所 栄養指導室	「秋の魅力たっぷり旬メニュー」	各回500円	エプロン、三角巾、手拭きタオル
12月14日(水)			「冬の食材を使った迎春メニュー」		

対象 区内に在住の40歳以上の運動制限のない方で、運動編になるべく3回とも参加が可能な方  
※栄養編のみの参加はできません。  
定員 20名(先着順)  
申込み・問合せ 8月22日から電話又は来所で健康長寿推進課(☎☎571-6747)へ



新型コロナウイルス感染症予防対策(人との間隔の確保、マスク着用、手洗いなご)の徹底を! 新型コロナワクチン接種は市ポータルサイトで(下記より)。

