

エンジョイ!「深草吉兆くん体操」

【申込不要・無料】

地域の健康づくりに取り組むボランティア「伏見健康サポートクラブ」(健康づくりサポーター)と気軽に深草吉兆くん体操を楽しみましょう。

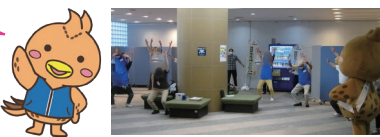
実施日時(いずれも月曜日)	場所
11月11日、12月2日、1月6日、2月3日、3月3日	13時45分～14時 深草支所1階 コミュニティホール

深草オリジナルの体操だよ

内容 深草吉兆くん体操、ラジオ体操

対象 運動制限のない方であればどなたでも

問合せ 健康長寿推進課(☎ ☎642-3876)



「チャレンジ♡ウォーク」参加者募集!

【申込不要・無料】

健康づくりサポーターと一緒にウォーキングしませんか?

対象 区内在住で運動制限のない18歳以上の方

日時 毎週火曜日、金曜日(12/27、12/31、1/3、1/7は休み) ※小雨決行

集合時間 10時 集合場所 近鉄丹波橋駅改札口前(黄色の旗が目印)

コース 近鉄丹波橋駅周辺(約2時間、6km程度)

問合せ 健康長寿推進課(☎ ☎611-1162)



伏見 ハイライト

第60回京都市バレーボール祭

8月25日、かたおかアリーナ京都及び市民スポーツ会館で、市バレーボール祭が開催されました。伏見区から深草、藤城、向島南の体振3チームが参加し、深草チーム、向島南チームが見事優秀チームとして表彰されました。



令和6年度「伏見連続講座」が開講!

【受講料無料】

地域の団体や大学との連携による「伏見連続講座—ふれて、して、みて伏見—」を開講。伏見の魅力を再発見できる多様な講座を用意しています! ※講座実施についての最新状況は区ホームページでお知らせ。

今年度の講座予定はこちら!▶

【問合せ】伏見区役所 総務・防災担当(☎611-1293)



の申込みは、京都いつでもコール ☎(661-3755)へ。



日 時	内 容 ・ 講 師 など	場 所	定 員 ・ 申 込 先	問 合 せ
11月8日(金) 10～11時	スポーツ・健康講座 ～伏見の公園でウォーキングのキホン～ 講 師 久米 雅氏(京都文教短期大学 幼児教育学科 教授)	近鉄 向島駅周辺	定 員 12名(多数抽選・当選者のみ連絡) 申込期間 10月16日～ 10月24日 申 込 み 京都いつでもコールにて受付	京都文教大学・短期大学 FRO ☎0774-25-2630 ✉fro@po.kbu.ac.jp
11月17日(日) 13時30分～ 16時 (13時より受付)	京電・京都市電伏見線・稲荷線跡を歩く コース 稲荷児童公園→勤進橋→伏見いきいき市民活動センター(約3.5km) 講 師 福田 静二氏(鉄道写真家) 飯田 清和氏(伏見チンチン電車の会)	京阪 伏見稲荷駅	定 員 20名(多数抽選・申込者全員に連絡) 申込期間 10月15日～ 10月31日【必着】 申 込 み ①インターネット申込フォーム(右下の二次元コードから) ②右記メールアドレスまたは郵送往復葉書にて受付 ・申込時の必要事項:氏名・住所・電話番号・同伴者(1名まで)の氏名	伏見チンチン電車の会 ✉fushimi.chinchindensha@gmail.com 〒612-8799 伏見郵便局留 伏見チンチン電車の会あて
11月30日(土) 13時15分～ 16時	伏見クッキング☆～親子で伏見の京野菜を使ってお菓子づくりにチャレンジ! A 講 師 小西 康仁氏(京都文教短期大学 ライフデザイン総合学科 准教授)	京都文教学園 宇治キャンパス	定 員 10組(多数抽選・当選者のみ連絡) 対 象 6歳～12歳のお子様と保護者の方(同伴) 申込期間 10月15日～ 11月15日 申 込 み 右記の問合せ先にて受付 ・申込時の必要事項:お子様と保護者の方の氏名、生年月日、アレルギーの有無、住所、当日連絡のつく電話番号	京都文教大学・短期大学 FRO ☎0774-25-2630 ✉fro@po.kbu.ac.jp
11月30日(土) 展示12～16時 講演14～16時	「伏見人形—丹嘉屋の朝鮮通信使正使像・象のり唐子—」(伏見人形展示同時開催) 講 師 早川 幸生氏	伏見区役所 1階ホール	定 員 100名(多数抽選・当選者のみハガキにて連絡) 申込期間 10月17日～ 10月26日 申 込 み 京都いつでもコールにて受付	伏見指月城を考える会 ✉1571.mil@jcom.zaq.ne.jp (武内)
12月1日(日) 14～16時 (開場13時30分)	深草古絵図プロジェクト10周年記念講演 深草の歴史～過去・現在・未来へ～ 第一部 いにしへの深草を語る 講 師 北野 信義氏(深草を語る会) 第二部 歴史探究から未来をつくる深草学へ 講 師 只友 景士氏(龍谷大学 政策学部 教授)	藤森神社 参集殿	定 員 70名(先着順) 申込期間 10月21日～ 11月20日 申 込 み 右記の問合せ先にて受付 ・申込時の報告事項(1. 名前 2. 住所 3. 電話番号)	深草古絵図プロジェクト ☎090-2355-5486 (担当:杉田) FAX075-642-1417 (土日祝除く9～17時)
12月8日(日) 14～16時 (開場13時30分)	伏見の名水～その歴史を探る～ 講 師 鈴木 康久氏(京都産業大学 現代社会学部 教授)	伏見区役所 4階大会議室	定 員 150名(多数抽選・当選者のみ連絡) 申込期間 10月22日～ 11月20日 申 込 み 京都いつでもコールにて受付	鴨川連河会議 ☎080-5438-3806 (担当:鶴岡 9～18時)

「伏見区健康づくりサポーター養成講座」受講者大募集

【事前申込・無料】

健康づくりについて学びたい!自分自身も健康になりたい!地域の活動に参加したい!という方、サポーターの一員になって自分と地域の健康づくりを始めてみませんか?健康づくりサポーターとは、地域で健康づくりに取り組む方々のことです。サポーターに関するお話や、食生活や運動習慣などの健康に関するお話を2回の講座を通してお伝えします。

	日時	会場	内容
①	11月13日(水) 13時30分～15時30分	伏見区役所4階 中会議室	管理栄養士、歯科衛生士、保健師による講話
②	11月20日(水) 13時30分～15時30分	伏見区役所2階 講堂	健康運動指導士による講話、活動中のサポーターとの交流

対象 ①②両日参加でき、健康づくりに関するボランティア活動に関心のある本所管内在住の方

定員 15名(申込先着順)

申込み・問合せ 10月21日～11月8日に電話又は来所で健康長寿推進課(☎ ☎611-1162)へ



たばこ火災を防ごう!

京都市では、火災が多発しています。京都市消防局が発定した昭和23年以降、火災原因のトップ3には、常に「たばこ火災」が入っています。「たばこ火災」を防ぐために、主に次の4点に注意してください。

- ①寝たばこを絶対にしない。
- ②灰皿の周りに燃えやすいものを置かない。
- ③吸い殻を水で完全に消してから捨てる。
- ④灰皿に吸い殻を溜めない。

火災の多くは、少しの油断や不注意から発生しています。近年、加熱式たばこなど、直接、火を使わないたばこも普及していますが、リチウムイオンバッテリーを使用しているものもあり、異常発熱や発火する危険性があるため、十分注意して使用してください。皆さん、日頃から「火の用心」を心掛けましょう。

消防 最前線



伏見消防署 ☎641-5355
醍醐消防分署 ☎571-0474



お知らせ

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【無料】

日時 毎週水曜日(閉庁日を除く)13時15分～15時35分※1組20分以内

場所 伏見区役所、深草・醍醐支所

定員 区役所14組、各支所7組(申込先着順)

予約 電話・来所相談日の週の月曜9時～相談日当日15時05分(閉庁日を除く)に問合せ先へ

インターネット相談日の前週の木曜9時～日曜日に予約ページへ

②行政相談委員による無料行政相談【申込不要】

日時 10月15日(火)、11月19日(火)

13時30分～15時30分

※毎月第3火曜日に実施

場所 伏見区役所、深草・醍醐支所



▲予約ページ

胸部(結核・肺がん)検診【事前申込】

日時 伏見区役所:11月第2・3月曜日、第4水曜日

深草支所:11月第1・3火曜日

醍醐支所:11月第2・4木曜日

※第4水曜日以外は9時～10時30分

※第4水曜日のみ13時30分～15時

対象 40歳以上(65歳以上の方は感染症法により年1回の結核検診の受診が義務付けられています)

費用 無料(喀痰検査は1,000円)

申込み・問合せ 電話又は来所で健康長寿推進課(☎ ☎611-1162 ☎642-3876 ☎571-6747)へ

2024 福祉用具フェスタ in 伏見

【申込不要・無料】

伏見区介護サービス事業者連絡会による、福祉用具の展示会を開催します。

日時 11月19日(火)10時30分～16時30分

場所 伏見区役所1階 ホール

展示品目 手すり、杖、歩行器、車いす、介護ベッド、リフト、入浴用品、排せつ用品 他

問合せ 健康長寿推進課(☎ ☎611-2279)

第4回 お薬フェスタ in 醍醐【申込不要・無料】

日時 11月10日(日)11～15時

場所 パセオ・ダイゴロー西館2階アトリウム

内容 薬剤師によるお薬相談、お子さま調剤体験、骨密度測定、血管年齢測定、高齢者の生活相談、古いコーナーなど

問合せ 伏見薬剤師会(フジタ薬局 小栗酒店 ☎572-5570)



区民が主役のまちづくり活動実施中!

第6回 久我・久我の杜・羽束師 健康・福祉まつり【申込不要・入場無料】

日時 10月20日(日)9～12時

場所 久我の杜小学校(久我東町209)

内容 健康測定、血管年齢・骨密度測定、ステージ発表、朝市、各種展示など

問合せ 久我・久我の杜・羽束師地域まちづくり協議会事務局(☎921-0028)

悠久祭 ～音楽と食の祭典～【申込不要・入場無料】

日時 10月26日(土)15～20時

場所 長尾天満宮(醍醐伽藍町18)

内容 醍醐の歴史と自然を歌い上げた「悠久之歌」にちなんで開催する音楽イベント。こだわり食材のお店や美容・占いコーナーなど多数出店!

問合せ 悠久祭実行委員会(☎090-9884-5317)

健康チェックしませんか!～in 龍谷祭～【申込不要・無料】

地域包括支援センターによる健康に関する測定や相談会などを行います。この機会に健康チェックしてみませんか。どなたでもご参加いただけます。

日時 11月3日(日・祝)(受付10～17時)

場所 龍谷大学深草キャンパス(深草塚本町67)

問合せ 深草北部地域包括支援センター(☎641-2544)

日常生活自立支援事業

「生活支援員養成研修」【事前申込】

福祉サービス利用者の自宅を定期的に訪問し、援助する「生活支援員」の養成研修を開催。

日時 11月12日(火)

・ビデオ視聴会:9時30分～11時50分

※事前にオンライン視聴も可

・研修:13時20分～16時15分

場所 ひと・まち交流館京都3階 第4会議室(下京区西木屋町通上ノ口上る梅茨町83-1)

対象 ①おおむね20歳以上満75歳未満の方

②社会福祉に関心のある方

③1回～週1回程度の活動が可能なお方(1回1時間程度)

申込み・問合せ 右の申込フォーム又は電話で伏見区社会福祉協議会(☎603-1287)へ



▲申込フォーム

高齢者権利擁護講演会【申込不要・無料】

高齢者の消費者被害や契約トラブルの事例、対処法についての講演会を開催します。

日時 11月12日(火)13時30分～15時

場所 伏見区役所1階 ホール

対象 区内在住又は通勤の方(販売業者不可)

問合せ 京都市淀地域包括支援センター(☎633-6557) 京都市久我の杜地域包括支援センター(☎931-8024)

第9回エ～コと伏見“2024”フリーマーケット出店者募集

日時 12月22日(日)10時～14時30分

場所 パセオ・ダイゴロー西館2階アトリウム

出品物 日用品、衣料品

出店料 2,000円

募集区画 20区画(多数抽選・当選者のみ連絡)

※1区画は2m×2m

注意事項

駐車場は有料です。出店者用の駐車場は設けておりません。地下駐車場30分:150円(1日上限1,250円)

応募 10月31日(必着) までに、はがき又はFAXで①「エ～コと伏見」②〒住所③氏名・ふりがな④年齢⑤電話番号⑥主な出品物を明記の上、納所地域ごみ減量推進会議(〒612-8267 納所下野1-14-506、FAX632-2599)へ

問合せ 同会議(☎631-2382)

元気!みなフェス!!～健康と福祉のおまつり～【申込不要・入場無料】

日時 11月10日(日)10時30分～15時

場所 京都市立伏見南浜小学校 体育館・運動場

内容 音楽や伝統芸能などのステージイベント、福祉用具の展示・体験、体や歩き方の測定、野菜やパンの販売など

問合せ みなネット事務局(下鳥羽地域包括支援センター)(☎075-604-5011 月～金9～17時)

高松橋ひろばマルシェ【申込不要・入場無料】

日時 11月17日(日)10～14時

場所 高松橋ひろば(深草相深町8)

内容 京阪電車鳥羽街道駅 西へすぐ

内容 防災食をもっと身近に知ってもらうに、アルファ化米の試食などを実施

問合せ 高松橋ひろばづくりの会 鶴岡(☎080-5438-3806)

伏見医師会市民公開講座「京都での認知症への取り組み ～若年性認知症を含めて～」【申込不要・無料】

日時 10月26日(土)14～16時(受付13時～)

場所 京都市呉竹文化センター(京町南7-35-1)※京阪丹波橋駅・近鉄丹波橋駅下車すぐ

内容 ①講演「認知症について ～予防と共生～」

②講演「やってみたい」をやってみる ～若年性認知症支援コーディネーターの活動を通して～

定員 600名(当日先着順)

問合せ 伏見医師会(☎641-3675/開催日前日まで)

※当日は、薬剤師によるお薬相談・健康相談(伏見薬剤師会)も同時開催

ふしみな一とフェスタ開催

伏見港の賑わい拠点「ふしみな一」において、今年も開催します。

伏見の特産品や美味しいものが集まるマルシェ、ライトアップなど、水辺での楽しいひと時をお過ごしください。

日時 11月9日(土)11～19時(小雨決行・荒天中止)

場所 ふしみな一(伏見港公園)

問合せ 企画担当(☎ ☎611-1295)

家族懇談会～こころの病をお持ちの方のご家族を対象とした学習会～

日時 11月21日(木)14時～15時30分

場所 伏見区役所2階 講堂

対象 区内在住でこころの病をお持ちの方のご家族

定員 20名(申込先着順)

テーマ 「生活能力向上を目指す。～生活訓練サービスを学ぶ～」

講師 医療法人栄仁会 生活訓練いろは 生活支援員 田中 諭子氏

申込み・問合せ 10月21日～11月18日に電話又は来所で障害保健福祉課(☎ ☎611-2392)へ

障がい児者の地域生活を考える伏見区民のつどい2024

福祉の便利屋を通して地域共生社会を考える【申込不要・無料】

二重勝吉氏(福祉リユース・リサイクル代表)、二本柳寛氏(京都文教大学講師)による講演とシンポジウム。

日時 11月1日(金)13時30分～16時30分

場所 深草支所4階 会議室

問合せ 南部障害者地域生活支援センター「かけはし」(☎605-5752、FAX605-5465、✉nanbu202103@gmail.com)

※手話通訳・要約筆記などの配慮必要時は10月18日までに氏名・電話番号を同センターへ

税を考える週間 小学生書道展・税に関するパネル展【申込不要・無料】

区内の小学生から募集した税に関する習字の優秀作品とパネルの展示を行います。

期 間 場 所

11月6日(水)～7日(木) 伏見区役所1階ロビー

11月15日(金)～19日(火) 醍醐支所2階ロビー

11月22日(金)～26日(火) 深草支所階コミュニティホール

※いずれも開庁時間内

問合せ 伏見区租税教育推進協議会(事務局 伏見税務署)(☎641-5111)

有害・危険ごみなどの移動式拠点回収

詳細は、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

①11月9日(土)9～11時:菱川町公民館

②11月30日(土)9～11時:池田東小学校

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、☎366-0311)

コーラスフェスティバル in 山科・醍醐【申込不要・無料】

山科区及び伏見区醍醐地域を拠点に活動を行うコーラス団体による合同発表会。

日時 10月27日(日)13時～16時30分

場所 東部文化会館ホール(山科区榎辻西浦町1-8)

定員 550名 問合せ 同ホール(☎502-1012)

図書館

お楽しみ会 赤ちゃん絵本の会

向島図書館 ☎622-7001 11月2日(土)10時30分～11時 11月8日(金)10時30分～11時

醍醐図書館 ☎572-0700 10月26日(土)10時30分～11時 【桜木こども園による赤ちゃん絵本の会】

11月2日(土)10時30分～ 11月6日(水)10時30分～

久我のもり図書館 ☎934-2306 10月26日(土)14時～ 11月8日(金)11時～

向島図書館「えのひろば」

向島家の木小学校児童作品展 10月12日(