

本紙に掲載の内容は、変更になる場合があります。

食育セミナー「65歳からの栄養改善教室」 「お手軽!中華献立」

要申込み

楽しく作って、おいしく食べられる中華風の献立をご紹介します!

日程	場所	定員
① 7月2日(水)	深草支所	10名
② 7月23日(水)	醍醐支所	12名

時間 10時30分～13時(受付:10時15分～)
内容 ◆講話「シニア世代の食生活について」
 ◆調理実習「お手軽!中華献立」、試食
対象 深草支所・醍醐支所管内に在住の65歳以上の方
費用 500円 **持ち物** エプロン、三角巾、手ふきタオル、マスク
申込み・問合せ 6月20日9時から健康長寿推進課
 (☎①☎642-3876 ②☎571-6747)へ(申込先着順)
 ※ご自身で、どちらか1か所のみお申込みいただけます。
 ※男性や、料理が初めての方も、お気軽にご参加ください。
 ※食中毒予防のため、料理の持ち帰りはお断りしています。



- 【献立】**
- ◆さつまいもごはん
 - ◆包まないシュウマイ
 - ◆中華風卵とじ
 - ◆にんじんのごま和え
 - ◆簡単!バナナアイス

「わくわくキッズクッキング」and 「理想のからだづくりセミナー」

要申込み

待望の「ヨガ&睡眠ワーク
ショップ」を無料開催!

親子で元気になる健康づくりの時間を体験してみませんか?

時間	内容
13時30分～15時30分	①わくわくキッズクッキング ～水切りヨーグルトでデザートを作ろう～ ★おやつ作り ・ヨーグルトのフルーツオムレット ・ふるふるはちみつレモンゼリー ★栄養クイズ 場所 2階 栄養指導室 定員 12名
15時30分～16時	②理想のからだづくりセミナー ～リラックスしながら、疲れにくいからだになる～ ・ヨガ 講師: UjiYogaHouse 川合氏 ・睡眠ワークショップ 講師: 大東寝具工業 睡眠健康指導士 場所 1階 ホール 定員 20名

※多数の場合は①②同時申込みされている方を優先し、抽選
日時 7月30日(水)、8月1日(金)※両日とも同内容を実施
対象 ①区内に在住の小学1～4年生※**保護者による要送迎**
 ②区内に在住の20～50歳代の運動制限のない方
 ※就学前までの乳幼児の保育有(定員有、要事前申込)
費用 ①1組600円(食材料費:300円/人) ②無料
申込み・問合せ 7月4日までにホームページ、電話または来所
 で健康長寿推進課(☎611-1162)へ

QRコード: わくわくキッズクッキングのホームページ | 理想のからだづくりセミナーのホームページ



ふしみ人権の集い学習会

申込不要・無料

未来を担う子どもたちや若者のみなさんは、一人ひとりがかけがえのない存在であり、誰ひとり取り残されることなく、自分らしく幸せに成長し暮らせるよう社会全体で支えていくことが、私たちの課題です。こうした社会の実現のために「こども基本法」が2023年4月に施行されました。今回の学習会では、子どもたちのいじめや虐待、学校での事故事件に立ち向かってこられた住友剛先生から、子どもや若者をどのように支え守っていくのかご講演いただき、私たちは何をなすべきかを考えてみましょう。
日時 7月5日(土)13時30分～16時
場所 深草支所4階 会議室
 公共交通機関をご利用ください。※深草支所駐車場は有料です。
テーマ 知っていますか、こども基本法
 ～こどもの命と人権を守るために私たちがすべきこと～
講師 住友 剛さん(京都精華大学国際文化学部教授)
定員 250名(当日先着順) **問合せ** まちづくり担当(☎642-3203)



「すくすくふしみっ子」 (すくすく子育て応援事業)について

伏見区では赤ちゃんが生まれたご家庭に、主任児童委員などがお祝いの品(※)や子育て支援情報をお届けし、企業からも協力を得て子育てを応援する「すくすくふしみっ子」(すくすく子育て応援事業)を実施しています。
申込み 産後、子どもはぐくみ室の保健師などが「こんにちは赤ちゃん事業」でご家庭に訪問した際に、当事業についてご案内します。
対象 ①②に両方該当するご家庭
 ①申込時に1歳未満のお子さんがある
 ②お届け時に伏見区役所管内(深草・醍醐地域を除く)に在住している
問合せ 子どもはぐくみ室(☎611-1163)



※お誕生日の時期により、内容が異なる場合があります。

リチウムイオン電池に注意!

消防 最前線

スマートフォンや電動アシスト自転車などに使用されているリチウムイオン電池は衝撃や水がかかったりすることで、出火する危険性があります。電池が膨張している、発熱しているなどの異常を感じた時は、使用を控えてください。
 リチウムイオン電池は、一般ごみでは捨てられません。区役所などの資源回収拠点に持ち込むなど、決まったルールで廃棄してください。



伏見消防署 ☎641-5355
 醍醐消防分署 ☎571-0474

地域を守るため、あなたの力が必要です! ～「水防団」団員募集中!～

近年、大雨が頻発し、河川の氾濫などによる大規模な水害が各地で発生しています。このような水害から、「自分たちの地域は自分たちで守る」といった強い思いで活動しているのが「水防団」です。出水期に備え、河川バトリールや水防訓練を実施しています。地域を守るために、一緒に活動しませんか?
問合せ 土木管理課(☎222-3568)



ロームシアター京都×京都市文化会館連携事業 「シアターデビュー!」促進プログラム 「タイニーダンサー」[GROW-大地と風と ひとつしょに]

子ども向けシアターデビュー企画として、赤ちゃんや小さな子どもと一緒に楽しむダンスパフォーマンス作品がデンマークからやってきます。柔らかな音楽や触れることができる美術や衣装、自然のリズムからインスパイアされたダンスから、成長すること、変化することをえがくパフォーマンス。
日時 7月23日(水)①11時～ ②14時～ ①②ともに40分
場所 東部文化会館 創造活動室
対象 1～5歳がおすすめ ※要保護者同伴
定員 各回60名
参加費 子ども(0～18歳)300円 大人1,000円
 5月24日よりチケット発売中
問合せ 同会館(☎502-1012)



©Maho Harada

和音 なつのおんがくかい

申込不要・無料

京・伏見音楽サークル和音による子どもを対象とした吹奏楽の音楽会
日時 7月10日(木)10時20分～(1時間)
場所 呉竹文化センター
内容 ドラゴンクエストによるコンサート・セレクション
 ぼよん行進曲 台所用品による変奏曲
定員 600名(当日先着順) **問合せ** 同センター(☎603-2463)



お知らせ

相談会

①弁護士による京都市民法律相談

要申込み・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
問合せ まちづくり担当
 (☎611-1144 ☎642-3203 ☎571-6135)



▲予約ページ

②行政相談委員による無料行政相談

申込不要

日時 6月17日(火)、7月15日(火)
 伏見区役所・深草支所: 13時30分～15時30分
 醍醐支所: 13時30分～15時
 ※毎月第3火曜日に実施
場所 伏見区役所・深草・醍醐支所
問合せ 京都府行政監視行政相談センター(☎802-1100)

健康

胸部(結核・肺がん)検診

要申込み

場所	7月の実施日	時間
伏見区役所	7日(月)、14日(月)、23日(水)	9時～10時30分 ※23日(水)のみ13時30分～15時
深草支所	1日(火)、15日(火)	
醍醐支所	10日(木)、24日(木)	

伏見川柳

今回のテーマ「つなぐ」 峯 裕見子 選

ご町内つなぐ言葉はおはようさん	古崎 徳造
知恵しぼり世界を丸くパビリオン	八田 栄美子
伏水から伏見に繋ぐ酒の香よ	中元 宏式
町の名につなぐ伏見のヒストリー	岡村 欣一
青春は肩組み合って労働歌	佐々木 義雄
黒電話誰が取るかにかけた夜	大内田 恵子
手をつなぎ互いを思い合い二人	矢野 志麻
暖簾継ぐ子に将来の夢託す	豊岡 孝子
明日会える保障はないけど指切りを	本西 一代
ねむれぬ夜心をつなぐラジオかな	神社 知子

特選
 指だけがフォークダンスを覚えている 宮本 博男

※敬称略

(評)
 特選の宮本さん、気になるあの子の順が回ってくると思うだけでドキドキ。「指だけが」がいいです。佐々木さんは昭和という時代の一面を端的に表現。大内田さんの句はダイヤル式の黒い電話機にまつわる記憶。スマホなど思いもしない時代でした。※掲載作品は、選者により一部表記の訂正・添削がされています。
問合せ 企画担当(☎611-1295)

里親制度説明会(里親基礎研修)

要申込み・無料

様々な事情により家庭で暮らせない子どもたちを、正しい理解と愛情を持って育てていただく里親制度。その登録に必要な基礎研修を兼ねて説明会を実施します。
日時 7月18日(金)10～16時
場所 醍醐支所
対象 市内に在住の里親制度に興味のある方
定員 30名(申込先着順)
申込み・問合せ 6月15日～7月17日に電話またはFAXで市児童相談所(☎950-0748 FAX950-1618)へ
 ※記載事項: 氏名、ふりがな、電話番号

交通安全伏見区民大会

～みんなあつまれ ふしみっ子～

交通事故防止を呼びかける大会です。
日時 6月28日(土)14時～15時40分
場所 伏見区役所1階 ホール
問合せ まちづくり担当(☎611-1144)

図書館

	お楽しみ会	赤ちゃん絵本の会
向島図書館 ☎622-7001	7月5日(土) 10時30分～	7月11日(金) 10時30分～
醍醐図書館 ☎572-0700	6月21日(土) 10時30分～	桜木ふれ愛の家による赤ちゃん絵本の会 7月4日(金) 10時30分～
久我のり図書館 ☎934-2306	6月28日(土) 14時～	

その他

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、または市ホームページをご覧ください。
日時・場所 7月5日(土)9～11時: 明親小学校
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)

国勢調査の調査員を募集

人口や世帯の実態を把握するため、国勢調査を10月1日に実施します。国勢調査員として調査業務に携わっていただける方を、一部の地域で募集します。(報酬あり)
任期 9月1日～10月31日
対象 原則、20歳以上で警察・選挙などに直接関係のない方
申込み・問合せ 電話で統計担当(☎611-1295 ☎642-3125 ☎571-6105)へ

京都いつでもコール
 8時～21時/年中無休
 FAX ☎6611-5855
 ☎6611-3755
 ☎6611-3755
 ☎6611-5855