伏見区役所 〒612-8511 鷹匠町39-2 ☎(050)1722-5740(代) FAX611-4716 神川出張所 ☎921-0028 FAX921-2829
深草支所 〒612-0861 深草向畑町93-1 ☎(050)1722-1832(代) FAX643-7719 淀出張所 ☎631-2040 FAX631-4049
醍醐支所 〒601-1366 醍醐大構町28 ☎(050)1722-4895(代) FAX573-1505

本紙に掲載の内容は、変更になる場合があります。

深 女性のための「骨活（ほねかつ）」講座 要申込み・無料

未来のわたしに投資！

子どもの頃から続いている骨の健康。特に20～40代前半の時期は、将来の骨を守るためのゴールデンタイムです！
忙しい日々で、ご自身の健康は後回しになりがちなこの年代。今だからこそ知っておきたい「骨」について学びませんか？

日時 11月11日(火) 13時30分～15時30分(受付:13時～) **場所** 深草支所4階 会議室
内容 骨密度測定、医師の講話、運動実習、食生活の講話
講師 京都医療センター 小児科医 友邊 雄太郎氏、健康運動指導士 川崎 達也氏
深草支所健康長寿推進課 管理栄養士
対象 深草支所管内に在住の20～40歳代の女性 ※キッズスペースあり。
定員 20名(多数抽選、当落は11月4日以降に連絡)
申込み・問合せ 10月31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(深☎642-3876)へ

▲ホームページ

区民が主役のまちづくり活動実施中！

①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9日(日)12時～15時30分 **場所** 京都市立伏見南浜小学校 体育館・運動場
内容 音楽やゆるキャラなどのステージイベント、パーソナルカラー診断や福祉用具の展示・体験、脳トレゲームや野菜やパン、寒天の販売など

②みなネットウォークラリー 要申込み・無料

日時 11月5日(水) 10時～(2時間程度) **場所** 南浜会館集合
内容 南浜学区の歴史ある街並みを、各チェックポイントでクイズに挑戦しシールを集めながら参加者みんなで歩きます。スタッフが付き添うので、歩くのがゆっくりな方も、安心して参加できます。
定員 20名(多数抽選、定員を超える場合は南浜学区にお住まいの方優先)
申込み 10月22日までに以下の問合せ先へ
問合せ ①②みなねっと事務局(☎604-5011 月～金の9～17時)

醍 醍醐 日野岳 山クラブ部員 追加募集！ 要申込み・無料

醍醐の南東にそびえる日野岳を探検する山クラブに参加しませんか？豊かな自然がいっぱいの日野岳を自分の足で歩き、見たこと、感じたことをまとめて、日野岳山MAPを一緒に作成します。
隠れた絶景スポットを見つけたり、面白い生き物にも出会えるかも！？

今年度の予定

	日程	時間	集合場所
第2回探検登山	11月30日(日)	10～15時	日野野外活動施設
第3回探検登山	12月14日(日)		参加者に別途連絡
第4回探検登山	1月18日(日)		
山MAPミーティング	2月11日(水・祝)	10～12時	
第5回探検登山	3月1日(日)	10～15時	

※第3回探検登山のみ雨天の場合は12月21日(日)に順延。その他雨天中止。
※1回のみの参加も可。申込の際に参加される登山日をお知らせください。

対象 醍醐支所管内に在住の小学生以上(要保護者同伴) **定員** 若干名(多数抽選、当選者のみ連絡)
持ち物 筆記用具、軍手、タオル、飲み物、昼食、雨具、必要な方は虫よけ、敷物 など
服装 長袖、長ズボン、帽子、運動靴など(滑りにくいもの)
その他 登山の道中にトイレはありません。
申込み 10月15日～11月14日にホームページから
問合せ 子どもはぐくみ室(醍☎571-6392)

▲ホームページ

今日からはじめる血管いきいき教室 ～ちょっと気になり始めた方へ～ 要申込み

健康長寿のまち・京都

高血圧は、放置していると脳血管疾患や心疾患を引き起こす病気です。
運動や食事などの生活習慣を改善し、高血圧の予防に取り組みませんか？

	開催日	時間	内容
①	11月6日(木)	14時～16時30分	高血圧の病態と予防についての講話、正しい血圧の測り方、生活習慣の振返りと簡単体操
②	11月13日(木)	14時～16時30分	食事と高血圧の関係についての講話、塩分味覚チェック、生活習慣の振返りと簡単体操
③	11月20日(木)※希望制	10時～12時30分	【調理実習】高血圧を防ぐ！ヘルシークッキング

ホームページ▶

場所 醍醐支所3階 会議室(③のみ3階 栄養指導室)
対象者 区内に在住の40歳以上74歳以下の運動制限のない方で、①②両日の参加が可能な方
定員 20名(先着順) **参加費** ①②無料 ③500円
持ち物 ①②筆記用具、飲み物 ③マスク、エプロン、三角巾、手ふきタオル
申込み・問合せ 10月20日以降にホームページまたは電話で健康長寿推進課(醍☎571-6747)へ

深 吉兆くんの健康クッキング ～秋の旬を楽しもう～ 要申込み

「ふかくさ春夏秋冬健康レシピ」を活用し、旬の野菜をたっぷり使ったメニューをご紹介♪おいしいものに囲まれた秋、野菜をたっぷり食べられるコツをお伝えします。

日時 11月5日(水)10時30分～13時(受付:10時15分～) **場所** 深草支所
定員 15名(多数抽選、当落は10月29日以降に連絡)
内容 ◆講話「秋の味覚を味わおう」
◆調理実習「吉兆くんの健康クッキング～秋編～」、試食
対象 深草支所管内に在住の18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
10月28日までにホームページまたは電話で健康長寿推進課(深☎642-3876)へ

献立
◆ごはん
◆鶏肉ときのこのトマト煮
◆れんこんチップスのパリシャキサラダ
◆かぼちゃのスープ
◆揚げずにかんたん大学いも
(献立は変更になることがあります)

ふかくさ春夏秋冬▶ 健康レシピPartⅡ

ホームページ▶

伏見ハイライト

第61回京都市バレーボール祭

8月31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、向島南、久我の体振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。

伏見連続講座 令和７年度 伏見連続講座 要申込み・無料

京都いつでもコールの申込みは、京都いつでもコール(☎661-3755または右の二次元コード)へ。

今年度の講座予定はこちら！▶

問合せ 総務・防災担当((伏)☎611-1293)

日時	内容・講師等	場所	定員・申込先	問合せ
11月22日(土) 13時15分～16時	親子で伏見クッキング☆～老舗の醤油蔵がつくる醤油を使って和テイストのスイーツ作りにチャレンジ!～ 講師 福田 小百合氏(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 6～12歳のお子様と保護者の方(同伴) 申込み 11月1～14日に右記の問合せ先へ その他 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 ・中高生の方が参加希望の場合、お問い合わせください。	京都文教大学・短期大学FRO ☎0774-25-2630 ✉fro@po.kbu.ac.jp
11月22日(土) 14時～15時30分	伏見発・認知症予防に役立つ料理療法 ―料理がつなぐ記憶と地域― 講師 湯川 夏子氏(京都教育大学教育学部 家政科 教授)	京都教育大学 F13講義室	定員 70名(多数抽選・全員に連絡) 申込み 10月15～31日に右記の問合せ先へ 申込方法 ・メール:件名を「公開講演会参加申込」とし、氏名・ふりがな、住所、性別、年齢、職業・学年等、電話番号、メールアドレスを記入して送信してください。 ・郵送:「公開講演会参加申込票」を京都教育大学ホームページからダウンロードし、郵送(ハガキまたは封書)してください。	京都教育大学 総務・企画課 ☎075-644-8125 ✉mosiko@kyokyo-u.ac.jp
11月29日(土) 14時～15時30分	「琵琶湖疏水と地域振興」 講師 小森 千賀子氏(琵琶湖疏水アカデミー代表)	伏見区役所 1階 ホール	定員 150名(多数抽選・当選者のみ11月25日までに郵送で連絡) 申込期間 11月11～18日 申込み 京都いつでもコールへ	伏見城研究会 ✉studygr_fushimijo01@yahoo.co.jp
11月30日(日) 14～16時(開場13時30分)	「深草の 土 物語」 第一部「今に残る深草瓦」 講師 鵜飼 実幸氏(深草アーカイブ実行委員) 第二部「頼むなら、ぜひあの深草土で」 講師 加藤 ゆうこ氏(元京都市まちづくりアドバイザー)	藤森神社 参集殿2階	定員 70名(先着順) 申込期間 10月20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14日(日) 14～16時(開場13時)	欧州に学ぶ持続可能な交通まちづくり:路面電車の可能性 講師 宇都宮 浄人氏(関西大学教授)	伏見区役所 1階 ホール	定員 100名(多数抽選・当選者のみ連絡) 申込期間 10月22日～11月14日 申込み 京都いつでもコールへ その他 ・当選者のみ12月5日までに参加証を郵送	伏見チンチン電車の会 ✉fushimi.chinchindensha@gmail.com

たばこ火災を防ごう！ 消防最前線

伏見消防署☎641-5355
醍醐消防分署☎571-0474

喫煙者は減少していると言われていますが、たばこ火災は減っていません。
自分は大丈夫と思わず喫煙習慣を見直してください。

①歩きたばこはせず、指定場所でマナーを守って吸いましょう。(路上喫煙は禁止されています。通学路などでの喫煙は子どもに危険が及びます。公共の場所での喫煙はやめましょう。)
②たばこは灰皿を使って消し、吸い殻は灰皿に捨てましょう。
③灰皿に水をかけるなど、確実に火が消えたことを確認してから処分しましょう。

喫煙マナーを守ることが火災予防にもつながります。
11月9～15日の1週間、全国一斉に秋の火災予防運動を展開実施しています。
この機会を捉え、皆さん一人一人の心がけで火災を減らしましょう。

深草支所防災ニュース～災害に備えましょう～

みんなで参加しよう！

大地震への備えはできていますか？学区の防災訓練の実施時期に合わせ、能登半島地震の写真パネルを展示します。震災の状況を振り返り、災害の備えに役立ててください。
また学区の防災訓練に積極的に参加し、地域ぐるみで対応できる力を身につけましょう。
①防災パネル展 11月10日(月)～14日(金) 深草支所1階 コミュニティホール
②学区総合防災訓練 ＊砂川学区は、伏見区総合防災訓練(12月14日(日)開催予定)と兼ねます。

実施日時		学区	会場
11月9日(日)	9～12時	藤森	藤ノ森小学校・京都教育大附属高校
		藤城	藤城小学校
11月16日(日)		稲荷・深草(合同)	京都工学院高校

問合せ ①伏見消防署(☎641-5355)
②総務・防災担当(深☎642-3125)

DAIGO防災ラボ！ 無料

㈱近藤防災と消防局が連携し、新たに挑戦する防災フェスタです。体験型防災コーナーをはじめ、学びあり、笑いあり。地元のお店が出るだけでなく、消防の図画の入賞作品展示会や、迫力満点の消防訓練もご覧いただけます！
日時 11月9日(日)10～15時頃(雨天中止) **場所** 醍醐支所駐車場(※車での来場はできません。)
内容 1 体験型防災コーナー 2 消防の図画の入賞作品展示会 3 消防訓練の見学 4 地元のお店出展ブース(※一部有料)
問合せ DAIGO防災ラボ！事務局(㈱近藤防災内☎573-2260)

お知らせ

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
(☎(伏)611-1144 (深)642-3203 (醍)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 10月21日(火)、11月18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 京都行政監視行政相談センター
(☎802-1100)

祝日エコサポ相談会

防鳥用ネット申請・交換、防鳥用ケージ購入助成の申請、コミュニティ回収の申請、ボランティア清掃の登録申請、ごみ分別についての相談。
日時 11月3日(月・祝)10～14時
場所 アル・プラザ醍醐1階 セントラルコート横
問合せ エコまちステーション((醍)☎366-0311)

▲詳細はこちら

胸部(結核・肺がん)検診 要申込み

場所	11月の実施日	時間
伏見区役所	10日(月)、17日(月)、26日(水)	9時～10時30分
深草支所	4日(火)、18日(火)	※26日(水)のみ13時30分～15時
醍醐支所	13日(木)、27日(木)	

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 電話または来所で健康長寿推進課
(☎(伏)611-1162 (深)642-3876 (醍)571-6747)へ

どなたでもご参加いただけます。

健康測定しませんか！～in醍谷祭～ 申込不要・無料

地域包括支援センターによる健康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。
日時 11月2日(日)(受付:10時～14時30分)
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)

深 健康づくりサポーター養成講座やウォーキングのすすめ ～正しく歩けていますか？～ 要申込み・無料

歩くことの重要性を学びませんか？歩行姿勢の測定や実際の歩行について学べます。
また、地域で健康づくりに取り組む「健康づくりサポーター」の活動についてもお話しします。
日時 12月4日(木)13時30分～15時30分(受付:13時15分～)
場所 深草支所4階 第2・3会議室
内容 歩行姿勢の測定、ウォーキングのための運動
対象 深草支所管内に在住の方
定員 15名(先着順)
申込み・問合せ 10月27日～11月7日に健康長寿推進課(深☎642-3876)へ

「チャレンジ♡ウォーク」参加者募集！ 申込不要・無料

アクスせんぽ +1000
健康長寿のまち・京都

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(12/26、12/30、1/2、1/6は休み)※雨天中止
集合時間 10時に近鉄丹波橋駅の改札口前(黄色の旗が目印)
活動内容 休憩しながら約2時間歩きます(6km程度、1万歩目安)
※途中抜けOKですが、必ずサポーターにお声かけください。
問合せ 健康長寿推進課((伏)☎611-1162)

2025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18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、歩行器、車いす、介護ベッド、入浴用品 ほか
問合せ 健康長寿推進課((伏)☎611-2279)

みんなきらきら健康フェスティバル 申込不要・無料

体操や落語などのステージ、血管年齢や歩行姿勢などの健康測定会、スマホの使い方などの相談コーナー、軽食や新鮮野菜などのマルシェコーナーなど楽しいイベントが盛りだくさんです。
みんなで健康的で楽しいひと時を過ごしましょう！
日時 11月7日(金)9時30分～14時30分
場所 深草支所
※お車でのご来庁はご遠慮ください。なお、駐車場のご利用は有料となっております。公共交通機関をご利用ください。
問合せ 深草支所管内地域包括支援センター
(☎北部641-2544 中部642-5155 南部641-9301)

▲詳細はこちら

第20回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26日(日)13時開演
場所 京都市東部文化会館 ホール(山科区椥辻西浦町1-8)
定員 550名 **問合せ** 同ホール(☎502-1012)

ふしみなーとフェスタ開催

伏見港のにぎわいゾーン「ふしみなーと」において、今年も開催します。
伏見の特産品やグルメが集まるマルシェ、ステージ、ライトアップなど、秋の水辺で楽しいひと時をお過ごしください。
日時 11月8日(土)10～19時(小雨決行・荒天中止)
場所 ふしみなーと(伏見港公園)
問合せ 企画担当((伏)☎611-1295)

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5日(水)～7日(金)	醍醐支所2階 ロビー
11月12日(水)～14日(金)	伏見区役所1階 ロビー
11月19日(水)～21日(金)	深草支所1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)

京都コンサートホール 開館30周年記念事業 Kyoto Music Caravan 2025 Special support by 洛和会音羽病院 醍醐寺「オーケストラ&合唱コンサート」 要申込み

京都市内の名所で開催中のクラシック音楽の一大イベント。8公演目は、約10万点以上に及ぶ寺宝を収蔵する「醍醐寺 霊宝館」にて、2台のグランドピアノとオーケストラ、合唱によるコンサートをお楽しみいただきます。
日時 11月23日(日・祝)14時
場所 醍醐寺 霊宝館
出演 海塚 威生・津幡 泰子(指揮)
山本 祐梨子・明石 幸大(ピアノ)
京都市立京都堀川音楽高等学校 オーケストラ&合唱
曲目 ブーランク:2台のピアノのための協奏曲 ビゼー:「アルルの女」組曲より ほか
定員 250名(多数抽選)
料金 入場無料(別途霊宝館拝観料 大人600円・中高生400円が必要)
申込み 10月14～27日に右のホームページまたはFAX(711-2955)、ホール窓口へ
問合せ 京都コンサートホール
(☎707-6430)

▲ホームページ

有害・危険ごみなどの移動式拠点回収

日時・場所 ①11月3日(月・祝)14時～15時30分:藤城小学校第3グラウンド、②11月15日(土)9～11時:久我東第三公園
問合せ 伏見まち美化事務所
(☎601-7161)
エコまちステーション
(☎①(深)366-0198 ②(伏)366-0196)

▲ホームページ

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～ 要申込み・無料

日時 11月17日(月)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 「地域での暮らしを支える制度や支援について学ぼう②～親亡き後の生活を知ろう～」
講師 社会福祉法人 世光福祉会 障がい児・者相談支援センター「いまじん」
相談支援専門員 武田 宏介氏
申込み・問合せ 10月31日～11月14日に電話または来所で障害保健福祉課((伏)☎611-2392)へ

日常生活自立支援事業「生活支援員養成研修 受講者募集」 要申込み・無料

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26日(水)
ビデオ視聴会:9時30分～12時20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5会議室(下京区西木屋町通上ノ口上る梅湊町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、③月1回～週1回程度の活動可能な方(1回1時間程度)
申込み・問合せ 右の申込フォームまたは電話で伏見区社会福祉協議会(☎603-1287)へ

▲申込フォーム

図書館

	お楽しみ会	赤ちゃん絵本の会
向島図書館 ☎622-7001	【読書週間記念】11月1日(土)10時30分～	11月14日(金)10時30分～
醍醐図書館 ☎572-0700	10月25日(土)10時30分～【Autumn Guitar Concert】11月1日(土)10時30分～	【桜木ふれ愛の家による赤ちゃん絵本の会】10月31日(金)10時30分～【大受保育園による赤ちゃん絵本の会】11月7日(金)10時30分～
久我のもり図書館 ☎934-2306	10月25日(土)14時～	11月14日(金)11時～

向島図書館「えのひろば」

向島藤の木小学校児童作品展	10月11日～10月22日
秋の作品展(一般公募)	10月25日～11月19日

京都いつでもコール 8時～21時／年中無休 FAX ☎661-3755 661-5855 ※お掛け間違いにご注意ください。 京都いつでもコール 検索

記号の見方 (伏)=伏見区役所 (深)=深草支所 (醍)=醍醐支所
伏=本所管内(醍醐・深草地域を除く)在住の方のみ対象 深=深草支所管内在住の方のみ対象 醍=醍醐支所管内在住の方のみ対象

伏見区の人口、世帯数 人口269,437人(男 129,169人 女 140,268人) 世帯数 135,963世帯 ＊令和7年9月1日現在

8月中の人口動態
出生 106人 死亡 273人 転入 986人 転出 874人

8月中の件数
火災 7件(前年同月差＋3件) 救急出動 1,957件(前年同月差＋138件) 交通事故 発生38件 死者0人 負傷者46人