



芝生サロンでピラティス!

予約優先・無料

伏見区、竜馬通り商店街のピラティススタジオ、Fem FLORA STUDIO FUSHIMIと連携し、ピラティス教室を開催。自らの呼吸を見直し、心と体をほぐして、毎日をもっと快適に過ごしましょう!

※動きやすい服装でお越しください。
※区役所に更衣室のご用意はございません。
場所 伏見区役所1階 芝生サロンスペース
対象 区内在住または通勤通学の方
講師 Fem FLORA STUDIO FUSHIMI トレーナー
申込み 10月7日までに右上のホームページから
問合せ 企画担当 (☎ ☎366-9066)



▲ホームページ

日 時	内 容	定 員
10月15日 (木)	15時～15時40分 第1部: あなたの呼吸は健康ですか? 呼吸健康ピラティス 15時50分～16時30分 第2部: あなたの足腰は健康ですか? 骨盤健康ピラティス	各回15名 ・予約優先、多数抽選 ・複数枠申込み不可





9月21日は敬老の日!

今年度、伏見区で89名の方が100歳を迎えられます。皆様のご健康とご多幸を心よりお祈り申し上げます。



婚活事業「Back To The Fushimi」

～平安から安土桃山・江戸、そして令和へ～

伏見・宇治川の歴史体感をテーマにした婚活事業を開催! 誰でも気軽に楽しめるEポートで宇治川を下り、伏見で十舟乗船、日本酒の利き酒を体験。歴史と文化のまち、伏見がステキな縁を結びます!

日時 10月3日(土) 11時～15時30分
対象者 20名(25～39歳の独身男女各10名)
申込み 9月30日までに下の申込みへ(多数抽選)
問合せ 企画担当 (☎ ☎366-9066)



▲申込み



▲ホームページ

伏見「伏見区健康づくりサポーター養成講座」受講者大募集

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? 2回の講座を通して健康に関する知識を学べます。ぜひご参加ください。

要申込み・無料



▲ホームページ

日 時	場 所	内 容
① 11月4日(水) 13時30分～15時30分 (受付開始: 13時15分～)	伏見区役所 2階 講堂	保健師、歯科衛生士、管理栄養士による講話 ※筆記用具をご持参ください。
② 11月11日(水) 13時30分～15時30分 (受付開始: 13時15分～)	伏見区役所 2階 講堂	保健師による講話、健康運動指導士による講話・運動、活動中のサポーターとの交流

対象 ①②両日参加でき、健康づくりサポーター活動に関心のある伏見区役所管内(深草・醍醐地域を除く)在住の方
定員 15名(多数抽選) **申込み・問合せ** 10月16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

骨密度チェック&骨トレ教室

要申込み・無料

骨粗しょう症は、骨がもろくなり、骨折しやすくなる病気です。自分の骨密度を知り、栄養・運動などの正しい生活習慣を身につけ、健康長寿を目指しましょう!

日時 10月16日(金) 10～12時 **場所** 醍醐支所3階 会議室
内容 骨密度測定、骨粗しょう症についての講話、ヨガ講師による運動講習
対象 伏見区内在住の40歳以上74歳以下の運動制限のない方
定員 20名(多数抽選) **持ち物** 筆記用具、飲み物
申込み・問合せ 9月30日までに右上のホームページまたは電話で健康長寿推進課 (☎ ☎571-6747) へ
※抽選結果は10月1日以降にお知らせします。昨年度の様子▶



▲ホームページ



伏見魅力発信パートナーをご紹介します。

「伏見魅力発信パートナー」は、伏見の魅力を発信し、多様な学びや体験の機会を提供する個人・団体などです。詳細については、右のホームページからご覧ください。この事業により実施される旧伏見連続講座の内容についてもこちらからご確認いただけます。なお10月16日～11月15日の実施事業は以下のとおり!



の申込みは、
京都いつでもコール
(☎661-3755) へ

日 時	内 容・講師	申込み	問合せ	ホームページ
10月25日(日) 9時30分～12時 (集合: 9時20分)	歴史探訪ウォーキング 「東海道五十七次 深草の大津街道・伏見街道巡り」ガイド 杉田 鈴子 氏(深草古絵図プロジェクト)	申込み 右の問合せ先に電話またはFAXで受付 申込期間 9月24日～10月9日 ※記入事項(1.お名前 2.住所 3.電話番号)	深草古絵図プロジェクト(担当: 杉田) ☎090-2355-5486 FAX075-642-1417	
11月1日(日) 14～16時 (受付: 13時30分)	「二十世紀電気目録」に描かれた明治の伏見 ～作者 結城弘が語る創作秘話～ 講 師 結城 弘 氏(小説家)	申込み 右の申込フォームにて受付 申込期間 9月18日～10月18日	伏見チンチン電車の会 ☎ fushimi.chinchindensha@gmail.com	
11月7日(土) 14～16時 (受付: 13時30分)	横大路の共同墓地で見つかった「餓死諸霊塔」の意義 講 師 吉平 裕美 氏(京都歴史研究会・代表)	申込み 京都いつでもコールにて受付 申込期間 10月17～24日	伏見指月城を考える会(担当: 武内) ☎075-571-6546 ☎ 571mlj@jcom.zaq.ne.jp	
11月8日(日) 13時30分～15時30分 (受付: 13時)	「伏見板橋の尾張御殿で何かあったのか」 講 師 若林 正博 氏(伏見城研究会 伏見史研究者)	申込み 京都いつでもコールにて受付 申込期間 9月29日～10月8日	桃山同窓会(担当: 齋藤) ☎080-5706-2919	

問合せ 地域力推進室 (☎ ☎366-9066 ☎642-3203 ☎571-6135)



▲旧伏見連続講座



▲パートナー制度

伏見 ハイライト

第68回伏見区民男子・女子バレーボール大会

チャンピオン大会(女子バレーボール)伏見区予選

7月5日、12日、26日の3日間にわたり、伏見港公園体育館で開催されました。
女子優勝の桃山体育振興会は、区代表として8月30日開催の市チャンピオン大会に出場!!



【優勝】桃山(男子)
男子 優勝 桃山 準優勝 第3位 住吉、深草

【優勝】桃山(女子)
女子 優勝 桃山 準優勝 第3位 深草、久我

お知らせ

各種相談 (無料)

▼弁護士(京都市民法律相談) 要申込み

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・醍醐支所
定員 区役所14組、各支所7組(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)

▼司法書士 予約優先

日時・場所 伏見区役所: 10月8日(木) 深草支所: 10月13日(火) 醍醐支所: 10月1日(木)
※いずれも13時15分～15時45分(1組30分以内)
定員 区役所8組、各支所4組(予約していない方は先着順)
問合せ 京都司法書士 (☎255-2568)

▼行政書士 申込不要

日時 9月24日(木) 14～16時
場所 伏見区役所4階 第5会議室
問合せ 京都府行政書士会第6支部事務局 (☎692-2500)

▼行政相談委員 申込不要

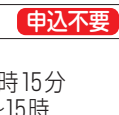
日時 10月20日(火)
伏見区役所: 13時30分～15時15分 深草・醍醐支所: 13時30分～15時
場所 伏見区役所、深草・醍醐支所
問合せ 京都府行政監視行政相談センター (☎802-1100)



▲申込み



▲申込み



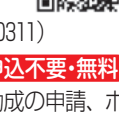
▲申込み

有害・危険ごみなどの移動式拠点回収

日時 10月3日(土) 9～11時
場所 京道公園
問合せ 山科まち美化事務所 ☎573-2457
エコまちステーション(☎ ☎366-0311)

「祝日エコサバ相談会」開催 申込不要・無料
防鳥用ネット貸与、ケージ購入助成の申請、ボランティア袋の給付、コミュニティ回収、使用済てんぷら油回収の助成金交付申請、資源物の回収(小型家電乾電池・リチウムイオン電池・絵本)
日時 10月12日(月・祝) 10～14時
場所 アル・プラザ醍醐
問合せ エコまちステーション (☎ ☎366-0311) 詳細▶

赤い羽根共同募金
期間 10月1日(木)～12月31日(木)
問合せ まちづくり担当 (☎ ☎611-1144 ☎642-3203 ☎571-6135)



▼ホームページ

伏見ふれあいプラザ2026

子ども甲冑着用体験の募集

要申込み・無料

日時 11月29日(日) 10～15時
1名あたり30～40分 **場所** 伏見区役所
対象 区内在住または通学の小学3年生～中学生(小学生は要保護者同伴)
※着付けは男性スタッフが行います。
定員 20名程度(多数抽選) ※当落は10月下旬に連絡 **応募方法** 10月16日までに下のホームページから
問合せ まちづくり担当 (☎ ☎611-1144)



▲ホームページ

伏見医師会市民公開講座

笑顔ではじめる健康ライフ! 今日から見直す脳にいい暮らし方

日時 10月24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」、近鉄「近鉄丹波橋」下車すぐ
内容 ①講演「名前すら言えなかった私が、言葉を取り戻すまでー失語症からの再起と音読体操ー」
フリーアナウンサー・音読トレーナー 沼尾ひろ子氏
②講演「認知症予防のための生活習慣: 今、どこまでわかっていて、何ができるのか」
京都大学大学院 医学研究科 人間健康科学系専攻 教授 木下 彩奈 氏
定員 600名(当日先着順)
※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。
問合せ 伏見医師会 (☎641-3675/開催日前日まで)



申込不要・無料

こころのモヤモヤ、話しに来ませんか?

【京都ユースクリニック】 申込不要・無料

からだ、こころ、性、人間関係など専門のスタッフが相談にのります。何でもお気軽にお話しに来てください。
日時 毎週木曜日 16～19時
場所 伏見青少年活動センター
対象 京都市内在住または通勤・通学の中学生～30歳までの方
問合せ 同センター (☎611-4910)
エンジョイ!深草古兆くん体操
深草オリジナルの体操だよ 申込不要・無料



▲詳細



▲申込み

実施日	時 間	場 所
10月5日(月) 11月2日(月) 12月7日(月) 令和9年 1月4日(月) 2月1日(月) 3月1日(月)	13時45分～14時	深草支所1階 コミュニティホール

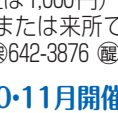
内容 深草古兆くん体操、ラジオ体操
対象 運動制限のない方であればどこからでも
問合せ 健康長寿推進課 (☎ ☎642-3876)

胸部(結核・肺がん)検診

要申込み

10月の実施日	時 間	場 所
5日(月)、19日(月)、28日(水)	9時～10時30分	伏見区役所
6日(火)、20日(火)	※28日(水)のみ13時30分～15時	深草支所
8日(木)、22日(木)		醍醐支所

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 (☎ ☎611-1162 ☎642-3876 ☎571-6747) へ



▲ホームページ

実施日	学 区	会場(予備日)
10/4(日)	砂川	砂川小学校(10/11)
	藤森	藤ノ森小学校(10/11)
	下鳥羽	下鳥羽小学校(予備日なし)
	淀南	美豆小学校(10/11)
	池田東	池田東小学校(10/18)
	日野	日野小学校(予備日なし)
	稲荷	稲荷小学校(10/12)
10/11(日)	深草	深草中学校(予備日なし)
	二の丸北	向島秀蓮小学校(10/12)
10/12(月・祝)	春日野	春日野小学校(予備日なし)
10/18(日)	納所	納所小学校(10/25)
	北醍醐	北醍醐小学校(予備日なし)
10/25(日)	板橋	板橋小学校(予備日なし)
11/1(日)	桃山	桃山小学校(予備日なし)

※中止・変更の可能性あり **問合せ** まちづくり担当 (☎ ☎611-1144 ☎642-3203 ☎571-6135)

図書館

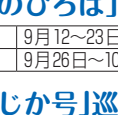
	お楽しみ会	赤ちゃん絵本の会
向島図書館 ☎622-7001	10月3日(土) 10時30分～	10月9日(金) 10時30分～
醍醐図書館 ☎572-0700	【秋のわくわくコンサート】 9月26日(土) 10時30分～ 【新聞工コッパ教室】 10月17日(土) 10時30分～	10月2日(金) 10時30分～
久我のもし図書館 ☎994-2306	9月26日(土) 14時～	10月9日(金) 11時～



▲ホームページ(醍醐支所)

向島図書館「えのひろば」

桃山南小学校作品展 9月12～23日
向島小学校作品展 9月26日～10月7日

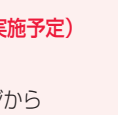


▲ホームページ

移動図書館「こじか号」巡回

801-4196

実施日	時 間	場 所
15日(木)	10時～10時50分	桃山南小学校
19日(月)	11時30分～12時10分	納所小学校
	10時～10時40分	ローソン淀原日店
	11時～11時50分	明観小学校



▲ホームページ

こどものお仕事体験イベント「かいて未来オープンデイ」 出展企業・団体／「こども未来アンバサダー」の募集

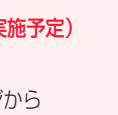
(開催概要)
日時 令和9年1月30日(土) 10～15時
場所 醍醐支所 ※地下鉄「醍醐」徒歩5分
内容 主に小学生・中学生を対象としたお仕事体験イベント
(出展企業募集)
魅力ある仕事や学びの体験を提供いただける企業・団体様を募集!
募集数 15団体程度(応募多数の場合は選考あり)
申込み 10月9日までに右のホームページから



▲ホームページ

こども未来アンバサダー募集

出展者へのインタビューやPR動画の製作など、イベントの広報と一緒に取り組んでくれるこどもたちを募集!
(イベント開催までの休日に3回のワークショップを実施予定)
参加対象 小学4年生～中学生
定員 10名(先着順)
申込み 9月20日から10月9日までに右のホームページから
問合せ まちづくり担当 (☎ ☎571-6135)



▲ホームページ