



こちが 東山



市民しんぶん東山区版
5月15日 東山区役所ホームページ
 東山区役所 [Q検索](#)
東山区 総人口:35,101人 男性:15,436人
 世帯数:20,745世帯 女性:19,665人
令和7年4月1日現在(令和2年国勢調査結果に基づく推計)

「いろいろな人と一緒に活動する」「誰かに言われたからではなく、やりたいからやる」「面白いかどうか」をコンセプトに活動しています。

皆さんの最初の一步を小さく提案し、一緒に面白い東山を作っていきたいです。

東山いきいき市民活動センター
岡本卓也氏

住む場所と仕事をする場所がひとつとなった「職住一体型」物件の提供を目指し、活動しています。

入居者に限らない地域のつながりづくりや、まちに開かれた「にぎわいの場」となればうれしいです。

株式会社 KOMOCHIYA
石田 聡一郎氏

未来の住むまち 東山をつくる交流会 ~みらひがし~

「図書館でいきいき」「図書館を楽しむ場所に」をテーマにさまざまな企画を行っています。

利用者の「居場所」、演者の「活動の場」、図書館の「利用増」となるようこれからも活動していきます。

東山図書館
吉田明弘氏

京都に来た人が「ただ住む」のではなく「地域で暮らす」という経験ができる場所を作りたいと考えています。

自身が移住者であるからこそ地域の方と固定観念なくお付き合いができています。

シチサン/ 栗田まちづくり協議会
高橋 健太氏

東山区では、人口減少を食い止め、さらに暮らしやすいまちにするために、区民みんなで「住んでこそ!東山プロジェクト」を進めています

東山区で新たな取り組みや事業にチャレンジする人たちがつながり、互いに応援し合えるコミュニティを築くための交流会を半兵衛麩 五条ビルで開催しました。4名のプレゼンターと参加者が、地域とのつながりをキーワードに共感し、温かい雰囲気の中、互いに刺激を受け合った会となりました。

当日(3月10日開催)の詳細はこちらの記事から



区がHub(結節点)となり、地域でさまざまな活動を行う皆さまのつながり・結びつきを促進し、多様なコミュニティの形成を支援します★

活動の一部を2面でご紹介





東山まちづくり交流会 ～ひがしやましゃべり大作戦～



まちづくり活動に関心のある方や区内で活動を進めている人たちが、「出会い」と「気づき」を得られる交流イベントを開催★

日時 6月7日(土) 10時30分～12時30分(予定)

場所 区総合庁舎1階 展示ホール

内容 参加者の交流、自分の活動PR

定員 40名(先着順)

申込み 5月21日(水) からメールまたは
二次元コードにて

✉higashiyama.ikisen@machigoto.net

運営/主催 東山いきいき市民活動センター、
東山くらしよし(京都市定住・移住応援団)、東山区役所

問合せ 東山いきいき市民活動センター(☎541-5151/FAX531-4971)



申し込み用

京(きょう)・食(しょく)クッキング ～初夏の食育セミナー～

6月は「食育月間」です。旬の野菜を味わい、栄養バランスの良い献立を立てる方法をお伝えします。

日時 6月5日(木) 10時～12時30分

場所 区総合庁舎 地下1階

栄養調理室(23番窓口受け付け)

内容 管理栄養士の講話、調理実習、試食

対象 区内在住の18歳以上の方

定員 16名(先着順) **費用** 500円

持ち物 エプロン、三角巾、手拭きタオル、マスク、筆記用具

申込み 5月21日(水) から電話、FAXまたは窓口にて

問合せ 健康長寿推進課(☎561-9128/FAX531-2869)



1日の野菜摂取
目標量(350g)の
6割以上も
とれる♪



献立
◇ごはん
◇ふわふわ肉団子とたっぷり野菜炒め
◇わかめと香味野菜のきんぴら
◇夏野菜のジュレ寄せ
◇牛乳わらびもち
※写真はイメージです。
変更になる場合があります。

献血にご協力ください



献血推進
キャラクター
「けんけつちゃん」

日程	時間	学区	場所
6月5日 (木)	10時～11時30分 12時45分～16時30分	月輪	京都第一赤十字病院 (東山区本町15丁目749)

問合せ 健康長寿推進課(☎561-9127/FAX531-2869)

東山区つなげるマルシェ



区内に拠点のある福祉施設や健康・環境活動に取り組まれている団体に出店いただくマルシェを開催!

日時 5月20日(火)

12時～14時30分

※商品が無くなり次第終了

場所 区総合庁舎1階 展示ホール

内容 製菓・陶芸・織物等の
販売や古着のお譲り会
(※回収無し)、

血管年齢測定や口腔機能測定等の
健康チェック会

出店・協力団体 ・工房ソラ(社会福祉法人新明塾)
・なづな学園(社会福祉法人なづな学園)
・東山区地域介護予防推進センター
・京都工芸繊維大学KIT環境サークル「あーす」

運営/主催 東山区民生児童委員会、東山保健協議会連合会

問合せ 健康長寿推進課(☎561-9128/FAX531-2869)

場をつくり、
人と人を「つなげる」
健康意識の向上に「つなげる」
環境に配慮した生活に「つなげる」
売上アップに「つなげる」
そんな、「つなげる」想いを一杯
詰め込んだマルシェです。



歩く姿勢を知るための ウォーキングスタイルチェック

無料

歩く姿勢からさまざまな身体機能の状態を知ることができます。この機会にご自身の歩く姿勢をチェックしてみませんか?

日時 6月7日(土) 13時～14時30分

※まちづくり交流会に続いて同会場で実施

場所 区総合庁舎1階 展示ホール

内容 歩行姿勢測定システムを用いた測定会のほか、
血管年齢測定(予約不要)も同時に実施

対象 区内在住の65歳以上の方

定員 18名(先着順)

申込み 5月28日(水) から電話、FAX、窓口
または申し込みフォームにて

問合せ 健康長寿推進課(☎561-9128/FAX531-2869)



プラスせんぼ
+1000



申し込み用

～こころの病をお持ちの方のご家族の皆さまへ～ 家族懇談会

日頃感じていることや他の家庭ではどうしているかなど、聞きたいことをこの機会に集まってお話をしてみませんか?

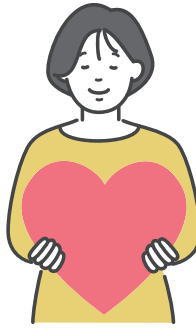
日時 6月13日(金) 13時30分～15時

場所 区総合庁舎地下1階 A会議室

対象 区内在住のこころの病をお持ちの方のご家族

申込み 6月6日(金) までに電話またはFAXにて

問合せ 障害保健福祉課(☎561-9130/FAX531-2869)





5月は憲法月間 区内小・中学生人権作品展

日時 5月27日(火)～6月6日(金) 8時30分～17時(土・日除く)

場所 区総合庁舎1階 展示ホール
この作品展は、区内の小・中学生が人権について考え、感じたことを、力強い標語・心を込めた絵画・美しい書道などを通して表現した作品を展示します。



子どもの純粋な視点から生まれた、表現力豊かな作品の数々。そこに込められた温かいメッセージを感じに、ぜひ、作品展へお越しください。

問合せ 地域力推進室 (☎561-9114/FAX 541-7755)

4月の#東山ぐらむワイズの答えは、**2. ぼけ封じ**でした！

紙面に掲載している催しなどは中止・変更になる場合があります。
念のため各問い合わせ先へのご確認をお願いします。



東山区役所

〒605-8511 東山区清水5丁目130-6

☎561-1191 (代表) FAX 541-9104

開庁時間 9時～17時
(土・日・祝日、年末年始を除く)

相談(無料)

■ 弁護士による京都市民法律相談 予約制

日時 毎週水曜日(祝日を除く) 13時15分～15時35分

受付 ①インターネットにて

相談日の前週の木曜日9時～日曜日24時
予約先(京都市民法律相談ホームページ)



②窓口または電話にて

相談日の週の月曜日～相談日(祝日を除く) 9時～17時
※相談日当日の受け付けは15時5分まで

定員 7組(1組につき20分以内)

■ 行政相談委員による行政相談

国の行政に関する苦情や意見・要望について行政相談委員が相談に応じます。

日時 6月5日(木)、7月3日(木) 各13時30分～15時30分

問合せ 地域力推進室 (☎561-9114/FAX 541-7755)

■ 司法書士による登記・法律相談 予約制

日時 6月20日(金) 13時30分～15時30分

受付 相談日の30日前から2日前まで

①インターネットにて 予約先(京都司法書士会ホームページ)
②電話にて 平日9時～17時 土曜日9時～12時



定員 4名 **問合せ** 京都司法書士会 (☎255-2566)

■ 行政書士による困りごと相談

日時 6月19日(木)、7月17日(木) 各14時～16時

問合せ 京都市消費生活総合センター (☎366-2250/FAX 366-2259)

※場所は全て区総合庁舎2階 地域力推進室相談室

東山青少年活動センター

区総合庁舎2階 (☎541-0619/FAX 541-0628) ✉higashiyama@ys-kyoto.org

開館：10時～21時(日・祝日は18時まで) **休館**：毎週水曜日

■ バンドや楽器の個人練習、合唱練習に音楽スタジオが使えます

アンプ・キーボード・ドラムセットを完備しています。バンドや合唱練習、発声練習など幅広い活動にご利用ください。詳しくはお問い合わせください。

1. 環境フェスタ

※当日回収無し

無料

使わなくなって捨てられないままになりがちな陶磁器製の食器をリユース・リサイクルする「もっぺん陶器東山」を開催！子ども服のリユース会やエコブースなど多数出展★

日時 6月14日(土) 10時～12時

場所 区総合庁舎1階 展示ホール



2. 移動式拠点回収事業

日程	時間	学区	場所
5月30日(金)	14時～15時	清水	区総合庁舎 正面玄関前

問合せ 1. 2：東山エコまちステーション (☎366-0182/FAX 366-1376)
2：南部まち美化事務所 (☎681-0456/FAX 681-8294)



市の手続きや制度、施設、催しに関する申込み・問合せにお答えする窓口(年中無休)

☎661-3755

☎：8時～21時 FAX・メール：24時間

FAX 661-5855 メール(ホームページから)

※おかけ間違いにご注意ください。

京都いつでもコール

検索

保健福祉

■ 成人・妊婦歯科相談(口腔機能相談)【無料】【申し込み不要】

日時 6月20日(金)、7月18日(金) 各13時30分～15時

場所 区総合庁舎地下1階(23番窓口受け付け)

内容 歯科医師による健診、歯科衛生士による保健指導等

対象 18歳以上の方、妊産婦の方

■ 胸部検診(肺がん・結核)【毎月第2・第4月曜日実施】

日時 6月9日、23日、7月14日、28日 各9時～11時

場所 区総合庁舎地下1階(23番窓口受け付け)

内容 胸部X線撮影(問診の結果で検査が必要とされた方は喀痰検査を受診可能)

対象 市内在住の40歳(受診年の12月31日時点)以上の方
65歳以上の方は年1回の受診が義務付けられています。

費用 無料(喀痰検査受診者のみ1,000円※)

※70歳以上等で減免措置あり(保険証などの身分証明書が必要)

申込み 電話、FAXまたは窓口にて

問合せ 健康長寿推進課 (☎561-9128/FAX 531-2869)

6月4日～10日は
歯と口の健康週間



東山図書館

区総合庁舎南館2階 (☎541-5455/FAX 551-9888)

開館：9時30分～17時(平日の木曜日は11時30分から19時まで)

休館：毎週火曜日(火曜日が祝日のときはその翌平日)

■ 6月のテーマ図書の展示と貸し出し

期間 6月1日(日)～30日(月) **テーマ** 「おうち時間」(一般)「雨」(児童)

■ あかちゃんのおたのしみ会

日時 6月20日(金) 11時～11時30分 **内容** 絵本の読み聞かせ、ふれあい遊び 他

■ おたのしみ会

日時 6月28日(土) 11時～11時40分 **内容** 絵本の読み聞かせ 他

■ ブックリサイクル

毎回人気の企画！図書館で不要になった本を一人10冊までお持ち帰りいただけます！

期間 6月15日(日)～21日(土)



➤ お申込みのお忘れはございませんか? ➤

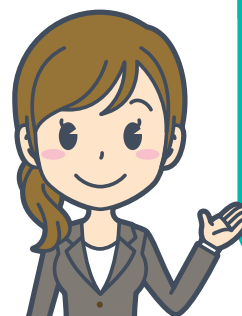
昭和28年(1953年)10月1日以前にお生まれの方は 敬老乗車証の対象です!



まだお申込みいただいていない方は、この機会にぜひ!
まずはお気軽に
ご相談ください!



制度の詳細はこちら▶



申込み、問合せ先

敬老乗車証交付事務センター
TEL: 050-5443-6647
FAX: 075-222-3416
受付時間: 平日8時45分~17時30分

【担当課】保健福祉局健康長寿のまち・京都推進室
健康長寿企画課

今からでも
申請OK!

1年(10月~翌年9月)に1回申請できます!

バスに少しでも乗るなら「敬老バス回数券」がお得!

普段お使いの市内バス路線で使える回数券(最大1万円分)を、**半額**でご利用できます!

【券種と使える路線】

① 共通券

市バスほか民営バス8社の
市内路線

券種: 150円~270円(10種類)

② 単独券 (近鉄バス)

近鉄バス市内路線

券種: 170円、260円

③ 単独券 (醍醐コミュニティバス)

醍醐コミュニティバス路線

券種: 210円

①~③は自由に組み合わせ可能!

※①~③で利用できるバスが異なりますのでご注意ください。

※申請は10月~翌年9月の1年の期間内に1回限りです。(すでに敬老乗車証をご利用いただいている方は、重ねてお申込みはできません。)

※利用できるのは、交付を受けた本人に限ります。

※所得により、交付対象外となることがあります。(合計所得金額700万円以上の方は対象外)

期限なしで使いやすい!

- 有効期限がないので、ご自身のペースでご利用できます。
- 通常の回数券と同じく運賃に対応する券を切り離して運賃箱へ入れてください。

簡単お申込み!

- パソコン、スマートフォンから24時間365日お申込みが可能です。(ご家族からのお申込みもOK!)
詳細はこちら▶
- 郵送でもお申込み可能です。



フリーパス証もお得!

利用回数が多い方は、所得に応じて年額9,000円~45,000円で市バス・地下鉄等路線に乗り放題のフリーパス証もご選択いただけます。
(回数券と両方を選択はできません。)