



こちが 東山



5月15日 市民しんぶん東山区版

東山区役所ホームページ
東山区役所

東山区 総人口:34,710人 男性:15,310人
世帯数:20,785世帯 女性:19,400人
令和8年4月1日現在(令和2年国勢調査結果に基づく推計)

今日はどこを歩こうかな?

プラスせんぽ +1000

東山区でプラスせんぽ

健康づくりサポーターの皆さんと一緒に企画・作成したウォーキングマップを活用し、「文化歴史コース」に沿って街角ウォーキングを行いました。

妙法院 智積院 東大路通 京都国立博物館 三十三間堂 耳塚公園 スタート

大きな石碑が立っています。ここを目印に南へ。

静けさが漂う「耳塚公園」から、ウォーキングスタート。ストレッチは入念に。

開けた境内でフィニッシュ。東山のまち並みや文化を感じることができました。

ゴール 東福寺

吹き抜ける風を感じながらここまで来たらゴールはすぐそこ。

耳塚公園 → 東福寺 約2.2km/約3,140歩

京都第一赤十字病院 九条通 東福寺駅 京阪電鉄 鴨川 JR奈良線 七条駅 七条通

東山区ウォーキングマップができました!

コースが5つありますのでマップを手にとりたくさん歩いてみてください♪
二次元コードからもご覧になれます。



〈マップの配架場所〉

- 健康長寿推進課(区総合庁舎地下1階)
- 東山老人福祉センター(南館地下1階)
- 区内の地域包括支援センター
- 東山区地域介護予防推進センター

こちらから



健康づくりサポーターと一緒に歩きますか? **無料**

第3回 建仁寺さんウォーキング

スタンプカードを配布しています。4回参加すると景品をゲットできます!(10・11・12月:建仁寺さんウォーキング、2・3月:街角ウォーキングを開催予定です。)

日時 6月5日(金) 10時~11時

集合場所 建仁寺 勅使門北側 (緑のベストを着た人が目印) ※雨天時 区総合庁舎地下1階 保健指導室

内容 各自のペースで境内をウォーキング ※雨天時は、歩き方のアレンジや正しいフォームについてお伝えします。

持ち物 飲み物、汗拭きタオル、歩数計(スマホアプリ可)、動きやすい服装でお越しください。

対象 区内在住で、医師から運動制限されていない方

申込み 5月25日(月) 9時から電話、FAX または区総合庁舎地下1階窓口にて



地域をもっと楽しくする! あなたのやりたいをカタチにする 活動づくり講座

日時・内容 ☆6～9月の第二土曜日(全4回)、各13時30分～16時開催!

- ① 6月13日: テーマ発見&アイデア整理
- ② 7月11日: 活動プランづくり
- ③ 8月8日: プロジェクト計画づくり
- ④ 9月12日: プロジェクト発表&助成金申請書の書き方

無料

場所 区総合庁舎地下1階 会議室1

対象 区内で何か活動したいと思っている方

申込み 東山いきいき市民活動センターに申し込みフォーム、メールまたは電話にて(1回ごとの申し込みも可能)

問合せ 東山いきいき市民活動センター [申し込みフォームはこちら](#)

(☎541-5151/✉higashiyama.ikisen@machigoto.net)



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。手軽にたくさんの野菜を食べる方法を、調理実習で体験できます。



日時 6月18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番窓口受付)

内容 講話:「つなげよう!京の食文化 そうだ、野菜とろう!」、調理実習、試食

対象 区内在住の18歳以上の方 ☆料理が苦手な方もサポートいたします!

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27日(水)から電話、FAXまたは窓口にて



献立(予定)

- ◇ごはん
- ◇トマト出汁で食べる豚肉冷しゃぶ
- ◇ピーマン・パプリカの塩昆布いため
- ◇野菜と油揚げのゴマ酢和え
- ◇ミルク入り水無月

問合せ 健康長寿推進課 (☎561-9128/FAX531-2869)

資源物の回収事業

	日程	時間	場所	備考
①移動式回収	5月29日(金)	14時～15時	区総合庁舎1階 正面玄関前	-
②有害・危険ごみ	5月30日(土)	9時～11時	地域交流施設あわた(東山区三条通白川橋東入三丁目夷町175番地2)	栗田学区

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

[回収品目・詳細はこちら](#)



4月号の#東山ぐらむクイズの答えは「3. 虹」でした!

輝くあなたが主役!本と仲間とフレイル予防

区内の施設等が連携し、本をテーマにしたイベントを開催します。

日時 5月29日(金) 10時～11時30分(受付 9時45分～)

場所 区総合庁舎地下1階 会議室1

内容 講座「社会参加とフレイル予防」、椅子に座ったままできる体操、みんなでお口の体操、希望者による発表と図書館司書の朗読
※ご参加の方に発声していただく機会があります。

対象 市内在住・在勤・在学中で、医師から運動制限をされていない方

持ち物 飲み物、タオル ※動きやすい服装でお越しください。

定員 30名(先着順) **費用** 無料

申込み 5月16日(土)～5月27日(水)に電話、FAX または東山図書館窓口にて
※朗読などの発表希望者は申し込み時にお伝えください。

問合せ 東山図書館 (☎541-5455/FAX551-9888)



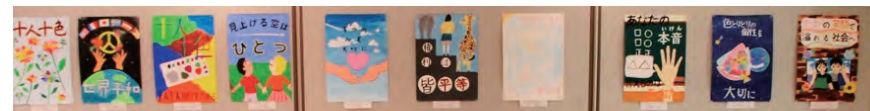
5月は憲法月間 区内小・中学生人権作品展

日時 5月26日(火)～6月5日(金) 8時30分～17時(土・日・祝日除く)

場所 区総合庁舎1階 展示ホール

区内の小・中学生たちが人権について考え、感じたことを、力強い標語や心を込めた絵画、美しい書道作品などで表現しました。

未来を担う子どもたちの真っすぐなメッセージに触れてみてください。



令和7年度 人権作品展の展示作品(一部抜粋)

問合せ 地域力推進室 (☎561-9114/FAX541-7755)

未来の住むまち東山をつくる交流会 「みらひがし」vol.3を開催しました!

東山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るイベント「みらひがし」。今回は、ゲストによる活動紹介を通じて新たな学びを深めることからスタート。その後の交流タイムでは、参加者同士が東山の未来について時間を忘れて語り合いました。



問合せ 地域力推進室 (☎561-9114/FAX541-7755) [開催レポートはこちら↑](#)



献血にご協力ください!

日程	時間	学区	場所
6月4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(東山区本町十五丁目749)

問合せ 健康長寿推進課 (☎561-9127/FAX531-2869)



献血推進キャラクター「けんけつちゃん」



消防団員を募集しています！ ～あなたの声と力が必要です～



- ・自分のまちは自ら守りたい！
- ・地域のために何かをしたい！
- ・世代を超えてつながりあえる仲間に出会いたい！
- ・いざというときに役に立つスキルを学びたい！
- ・就職活動に役立てたい！



出初式の様子

消防団は、地域の方の安心と安全を守るという大切な役割を担っています。

ぜひ、あなたも出会いと学びがあふれる消防団へ。

※消防団員は、特別職の地方公務員(非常勤)です。仕事をしたり、学校に行ったりしながら、地域を守るための活動に従事しています。

入団条件や活動内容は [こちら](#)

京都市消防団募集LINE [検索](#)



申込み・問合せ 東山消防署 (☎541-0191/FAX531-1999)

生活支援員の活動を学ぶ“動画上映会”

郵便物や金銭管理が難しい方の暮らしのお手伝いをする「生活支援員」の活動について学んでみませんか？

日時 5月25日(月) 13時30分～16時30分

場所 やすらぎ・ふれあい館 会議室
(東山区五条通大和大路東入5丁目梅林町576-5)

対象 どなたでも(定員：20名 当日申し込み可)

内容 日常生活自立支援事業「生活支援員養成研修」の動画上映会(6月9日(火) 9時30分～16時15分に京都市社会福祉協議会で開催される午前の研修内容を事前に受講できます！)

☆動画上映会は、他に8月24日(月)、11月6日(金)、2月5日(金)いずれも13時30分～16時30分にも開催予定

申込み・問合せ 区社会福祉協議会
(☎551-4849/FAX551-4858/✉higashi@kcsw.jp)

「日常生活自立支援事業」とは!?



東山区役所

〒605-8511 東山区清水5丁目130-6

☎(050)-1725-5019(代表) FAX 541-9104

開庁時間 9時～17時
(土・日・祝日、年末年始を除く)

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。

京都市いつでもコール [検索](#)

相談(無料)

相談	日時	問合せ
弁護士 (京都市民法律相談)	毎週水曜日(祝日を除く) [予約制] 13時15分～15時35分	地域力推進室 (☎561-9114/FAX541-7755)
	①ネット予約 相談日の前週の木曜日9時～日曜日24時 ②電話予約 相談日の週の月～水曜日9時～17時 (水曜日は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	6/4は区総合庁舎1階 展示ホールで行います! 6月4日(木)、7月2日(木) 各13時30分～15時30分	地域力推進室 (☎561-9114/FAX541-7755)
司法書士	6月19日(金) [予約制] 13時30分～15時30分	京都司法書士会 (☎255-2566)
行政書士	5月21日(木)、6月18日(木)、 7月16日(木) 各14時～16時	京都市消費生活総合センター (☎366-2250/FAX366-2259)

※6/4の行政相談を除き、場所は全て区総合庁舎2階 地域力推進室相談室

保健福祉

■成人歯科相談(口腔機能相談)【無料・申し込み不要】毎月第3金曜日!
歯科健診を受け、ご自身のお口の状態を知りましょう!

日時 6月19日(金)、7月17日(金) 各13時30分～15時

場所 区総合庁舎地下1階(23番窓口にて受け付け)

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

■胸部検診(肺がん・結核)【予約制】

日時 6月1日(月)、6月15日(月)、7月6日(月) 各13時30分～15時

☆6月15日のみ骨密度測定も実施(骨密度測定のみは受け付け不可)

場所 (受付)区総合庁舎地下1階 23番窓口
(撮影)区総合庁舎1階 玄関前 検診車

内容 胸部X線撮影

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 [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/FAX531-2869)

6月4日～10日は
歯と口の健康週間



東山区マスコット
キャラクター
「ひがしちゃん」

東山図書館

区総合庁舎南館2階(☎541-5455/FAX551-9888)

開館: 9時30分～17時(平日の木曜日は11時30分～19時まで) 休館: 毎週火曜日

■6月のテーマ図書の展示と貸し出し

期間 6月1日(月)～29日(月) [テーマ] 「心も体も健康に!」(一般)「雨」(児童)

■おたのしみ会

日時 6月13日(土)、27日(土) 各11時～11時30分 [内容] 絵本の読み聞かせ 他

[出演] 京都女子大学 学生 [対象] 幼児、児童及びその保護者

■ブックリサイクル

不要図書などおひとり10冊まで無償譲渡。 ※なくなり次第終了

期間 6月15日(月)～21日(日)

■あかちゃんのおたのしみ会

日時 6月19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

対象 乳幼児とその保護者



東山青少年活動センター

区総合庁舎2階(☎541-0619/FAX541-0628/✉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

■創作活動できる空間があります!

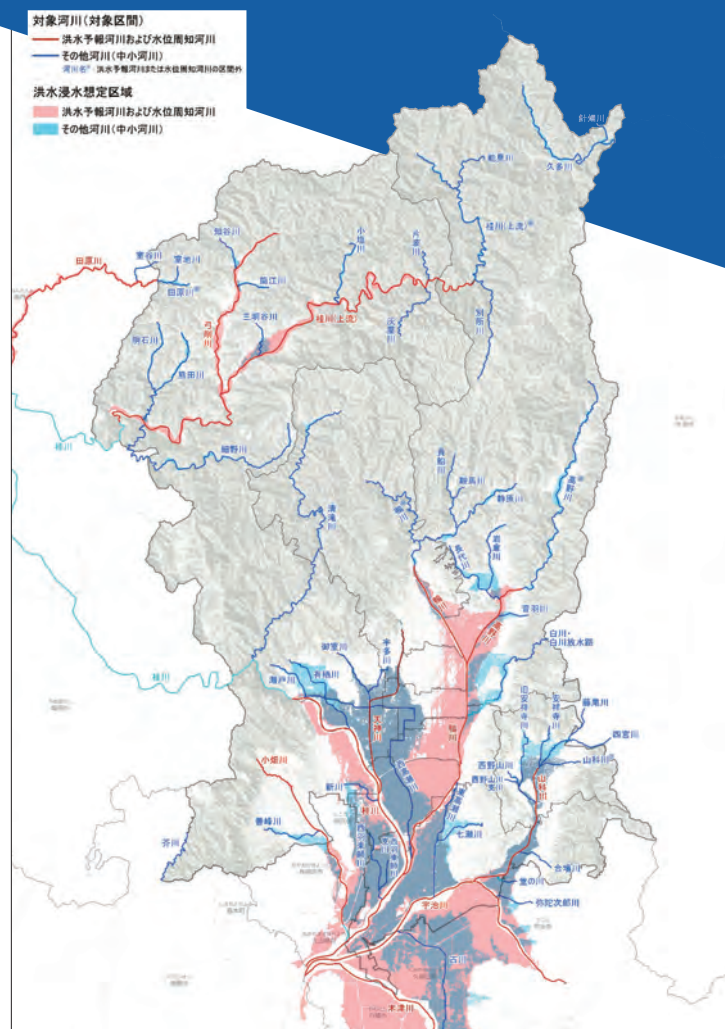
「長期的にアトリエを使いたい!」という方に、陶芸台・木工台や工具・工作道具、荷物を保管できるロッカーの貸し出しを行っています。

展示や発信の機会の相談も受け付けているので、ぜひご利用ください!

[対象] 市内に在住又は通勤・通学先のある13歳～30歳までの方、もしくは前述対象者がおおむね8割以上のグループ

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。

問合せ 京都市行財政局防災危機管理室 TEL 075-222-3210



令和8年6月から運用開始

ハザードマップが変わります

近年、激甚化・頻発化する自然災害に備えるため、水防法が改正され、これまでのハザードマップに、中小河川の洪水と内水氾濫が新たに加わります。

01

中小河川を追加

これまでの洪水予報河川、水位周知河川に加え、新たに中小河川を追加。よりきめ細かな洪水リスクがわかるように。

02

内水氾濫に対応

内水ハザードマップを新たに作成。下水道や水路等の氾濫や、アンダーパス、地下街で発生する浸水リスクに対応。

03

PC・スマホでも

パソコンやスマホで確認できる「京都市防災情報マップ」としてリニューアル。リスク情報の確認や経路検索が容易に。

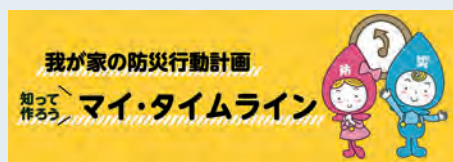
04

6月から運用

紙媒体のハザードマップは、お近くの区役所等に配架するほか、夏ごろまでにかけて、順次お手元に届く予定です。

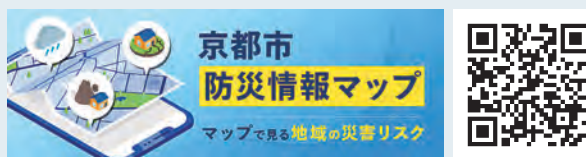
あわせてこちらもチェック

◆マイ・タイムラインをつくりましょう



◆令和8年度から気象庁の防災気象情報も変わります!
新たな防災気象情報の確認はこちら

新たな防災気象情報



※「京都市防災情報マップ」は、6月から上記の二次元コードでご確認いただけます。

