

市政情報総合案内コールセンター
「京都いつでもコール」
受付時間 午前8時～午後9時(年中無休)

電話 **661-3755**(みなここ)
FAX **661-5855**(ごようはここ)
※おかけ間違いにご注意ください。
Eメール **ホームページから** 京都いつでもコール **検索**

おしらせ
情報コーナー 

上京区の統計

総人口 85,034人	世帯数 47,086世帯
男 39,132人	出生 41人 転入 463人
女 45,902人	死亡 77人 転出 490人

※京都市推計人口6月1日現在 異動は5月分

☎=問合せ先 =関西元気文化圏参加事業

区役所 ☎441-0111(代) FAX432-0566
〒602-8511 上・今出川通室町西入堀出シ町285番地

保健

胸部(結核・肺がん)検診、大腸がん検診を受けましょう

対象年齢 胸部(結核15歳以上、肺がん40歳以上)、大腸がん40歳以上
日時・会場 7月25日(月) 北総合支援学校
※受付は14:00～15:30
料金 胸部は無料(問診の結果、喀痰検査が必要な場合は1,000円)、大腸がんは300円
当日、大腸がん検診の受付と検体容器の配布、胃がん検診の予約も受け付けています。
☎=健康づくり推進課成人保健・医療担当 (☎441-2872)

献血にご協力ください

8月3日(水) 10:00～11:30、12:30～15:45 上京区役所
8月8日(月) 10:00～11:30、12:30～15:30 乾隆小学校
8月10日(水) 14:00～16:00 堀川病院
☎=健康づくり推進課管理担当 (☎441-2871)

乳幼児歯科相談 **無料・予約制**

お子さんのお口の健康について心配なことがある方はご相談ください。
対象 区内在住の小学校就学前までのお子さん
定員 10名(先着順)
日時 8月10日(水) 受付時間13:30～14:30
※2か月ごと。次回は10月12日(水)。
場所 上京保健センター(区総合庁舎3階)
内容 歯科医師、歯科衛生士による健診や保健指導
持ち物 母子健康手帳、歯ブラシ
予約方法 前日までに電話又は来所にて受付。
☎=健康づくり推進課母子・精神保健担当 (☎441-2873、3階③番窓口)



相談

弁護士による京都市民法律相談
日時 毎週水曜日13:15～15:30(閉庁日を除く)
定員 7名(先着順。12:00から整理券配布)
☎=地域力推進室(広聴担当)(☎441-5040)

行政書士による無料相談
日時 毎月第3木曜日14:00～16:00
(7月21日、8月18日)
☎=府行政書士会第4支部事務局 (☎762-0505)

司法書士による登記・法律無料相談
日時 8月4日(木) 13:30～16:30
定員 6名(先着順)
☎=京都司法書士会事務局 (☎241-2666)

暮らしの行政困りごと相談
日時 8月9日(火) 13:30～15:00
☎=京都行政評価事務所 (☎802-1100)
※上記の相談の場所は、いずれも地域力推進室(広聴担当)(1階①番窓口)

老人福祉センター ☎464-4889 FAX464-2981
〒602-8383 上・今小路通御前通東入

すこやか体操サロン
日時 月～土曜日(祝日を除く) 9:00～10:15
体操は10:00～
場所 当センターホール
※参加費無料、申込み不要。

教養講座「スポンジフラワー」
日時 7月29日(金) 13:30～15:00
場所 当センタールーム
講師 黒田園子氏
参加費 500円(事前徴収)
持ち物 はさみ、鉛筆、定規(30cm程度)
定員 20名
申込み 7月15日(金)から電話又は来所にて受付。
※上記の催しは60歳以上の市民の方が対象です。

資源物の回収
京都市の資源物回収BOXを設置しています

(日曜・祝日・年末年始を除く。)
場所 当センター玄関横 駐輪場入口
回収物品 てんぷら油、一升びん、ビールびん、乾電池、紙パック、蛍光管

北青少年活動センター ☎451-6700 FAX451-6702
〒603-8165 北・紫野西御所田町56北区総合庁舎西庁舎内

涼しいところでお勉強! 自習室あります
グループ活動室などを自習室として開放しています。涼しいところでお勉強もはかどります♪
日時 平日10:00～21:00、日曜・祝日10:00～18:00、水曜休館
※利用時間は変更する場合があります。詳しくは、当センターホームページ内の「施設空き情報」をご覧ください。
場所 当センターグループ活動室など
対象 市内在住又は通勤・通学の中学生～30歳の方
定員 なし
申込み 不要



中央図書館 ☎802-3133 FAX812-5816
〒604-8401 中・丸太町通七本松西入

図書の展示と貸出し ～7月31日(日)
今月のテーマ…「調べ学習+自由研究の本」「いきもの大集合」「京都の企業」

歴史資料館 ☎241-4312 FAX241-4012
〒602-0867 上・寺町通荒神口下の松蔭町138-1

特別展「よみがえる伏見城」展示解説
伏見城に関する文書や絵図、発掘調査で出土した金箔瓦などについて解説します。
日時 8月17日(水) 14:00から30分程度
場所 当館展示室
※無料、申込み不要。

消防よもやまばなし

熱中症に注意しましょう

昨年、京都市では823名の方が熱中症により救急車で搬送されました。
熱中症とは、炎天下の屋外や室温・湿度が高くなった室内で、体温の調節がきかなくなってしまった状態を言います。症状には、めまい、頭痛、吐き気、脱力など様々なものがあります。特に、お年寄りや小さなお子さんは注意が必要です。

予防するには

- 1 外出時は、帽子や日傘を使用し、直射日光に当たらないようにしましょう。
- 2 炎天下での激しい運動や長時間の作業は避けましょう。
- 3 適度な休憩をとり、のどが渇く前からこまめな水分補給をしましょう。

- 4 体調がすぐれないときは、無理をせず十分休養をとりましょう。
- 5 室内でも温度計等で温度管理を行い、こまめに水分補給を心掛けましょう。

応急手当の方法

- 1 日陰等の涼しい場所に移動しましょう。
- 2 衣服をゆるめ、うちわ等で風を送り、濡れタオル等で体を冷やしましょう。
- 3 スポーツドリンク等で水分と塩分を補給しましょう。
- 4 おう吐して水分が補給できないときは、医療機関で受診しましょう。
- 5 意識がない時や反応がおかしい時は、ためらわずに119番通報し、救急車を呼びましょう。



上京消防署 ☎431-1371 FAX414-1999
〒602-8031 上・釜座通下立売下る東裏辻町398 **上京消防署** **検索**

「世界一安心安全・おもてなしのまち京都 市民ぐるみ推進運動」

毎月 **25日**は **上京の安心安全点検日**

5月25日(水)の『上京の安心安全点検日』に、同志社大学 少林寺拳法部の学生たちが「自転車運転マナーの向上」と「自転車盗被害防止」の街頭啓発を烏丸今出川交差点付近で実施しました。

併せて、「思いやりのある交通安全運動」を推進するための車輛広報活動と**青色防犯パトロール**を実施しました。

☎=地域力推進室 まちづくり推進担当 (☎441-5040)


