



西京極スタジアムで 京都サンガF.C.を応援しよう!



日時 7月7日(土)
18:00 キックオフ
会場 西京極総合運動公園
陸上競技場兼球技場
対戦チーム
アビスパ福岡



FW 13 岩崎悠人選手

アビスパ福岡戦は、上京区民デー

今シーズンのスローガンは「団結心」です。サンガに関係する全ての人々が、心から強く結びつき、ぜひとも勝利を勝ち取りましょう!

企画① 無料ご招待 (50組100名様)

席種 SB自由席
申込み 京都サンガF.C.ホームページ又は往復はがき(上京区民デー・住所・氏名・電話番号を明記で、〒610-0102 城陽市久世上大谷89-1 京都サンガF.C. 上京区民デー招待係)にて受付
締切 6月27日(水) 必着 (多数抽選)



→応募はこちら

上京区PRブースにも来てね!



昨年の様子

キックオフ前はサンガフレンズスクエアでお楽しみください。

企画② ご優待 (チケット料金)

席種 SB自由席
料金 大人 2,570円→**1,500円**
小中高生 1,280円→**700円**

※当日に上京区民とわかるものをチケット総合センター引換窓口②に提示してチケットを購入してください。
②=京都サンガF.C. ホームタウン推進課 (☎0774-55-7603)

サンガ 区民デー 🔍 検索

おしらせ 情報コーナーだよ



かみぎゅうくん

区役所 ☎441-0111(代) FAX432-0566
〒602-8511 上・今出川通室町西入

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
*65歳以上は受診義務有り
日時・場所 6月26日(火) 正親小学校
7月2日(月) 室町小学校
(いずれも受付は14:00~15:30)

費用 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をしています。

成人・妊婦歯科相談

歯科医師と歯科衛生士による歯科健診、相談を行っています。
対象 市内在住の18歳以上の方及び妊産婦
日時 7月4日(水) 受付は9:00~10:30
※次回は8月1日(水)
場所(受付) 区総合庁舎2階⑦番窓口
☎=上記のいずれも健康長寿推進課(健康長寿推進担当) (☎441-2872)

献血にご協力ください

日時 7月10日(火)
10:00~11:30、12:30~15:30
場所 第二赤十字病院(榎木町通)
☎=健康長寿推進課(地域支援担当) (☎441-2871)

相談

弁護士による京都市民法律相談

日時 毎週水曜日※13:15~15:15
定員 6名(予約制。電話又は来庁にて相談希望週の月曜日※から受付8:30~17:00)
※閉庁日を除く。
☎=地域力推進室まちづくり推進担当(☎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
(6月21日、7月19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 7月5日(木) 13:30~16:30
定員 12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 7月10日(火) 13:30~15:00
☎=京都行政監視行政相談センター (☎802-1100)
※上記の相談の場所は、いずれも地域力推進室まちづくり推進担当(1階①番窓口)

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

岩倉で夏野菜を育てよう

日時 6月24日から毎週日曜10:00~16:00
場所 岩倉長谷地区(地下鉄国際会館駅からバス・徒歩で約15分)
費用 無料(交通費・保険代は実費)
※対象は市内在住又は通勤・通学している中学生~30歳の方、申込みは電話、来所又はメール(kita@ys-kyoto.org)にて受付。



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

多世代交流事業「折紙サロン~七夕~」

日時 6月29日(金) 13:30~15:30
対象 どなたでも(年齢不問)
内容 七夕の笹飾りをワイワイ楽しく折り紙で作ります。
※無料、定員なし、場所は当センター、申込み不要。

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** FAX **661-5855** 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

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

図書館の展示と貸出し

7月のテーマ:「地面の上、地面の下」「調べ学習と自由研究の本」「京の自然」
※7月と8月の毎週土曜日は19:00まで開館(祝日を除く)



消防よもやまばなし

熱中症にご注意を

熱中症とは、体温の調節機能が失われた状態をいい、めまい、頭痛、吐き気などの様々な症状が現れます。真夏の時期だけではなく、暑くなり始める今の時期から注意が必要です。特に、高齢者は汗をかきにくく、のどの渇きや暑さも感じにくい特徴があります。また、発見が遅れると重篤になる場合が多いので注意しましょう。

熱中症予防4つのポイント

- ①水分補給 こまめに水分補給をしましょう。また、大量に汗をかいたときは塩分も補いましょう。
- ②服装 直射日光を帽子や日傘で防止しましょう。衣類は吸汗・速乾素材のものがオススメです。
- ③食事と休養 バランスのよい食事と十分な睡眠・休息をとりましょう。
- ④体づくり 日ごろから暑さに負けない体づくりを実践しましょう。

上京消防署 (☎431-1371、FAX414-1999)
〒602-8031 上・釜座通下立売下る
上京消防署 🔍 検索

上京区の統計
総人口 84,995人 (前年比/148減)
男39,045人 女45,950人
世帯数 47,843世帯 (前年比/298増)
出生29人 転入1,155人
死亡67人 転出669人
※京都市推計人口5月1日現在 異動は4月中
☎=問合せ先 関西元気文化圏参加事業