

2019-2020 シーズン
上京区民デー



京都ハンナリーズ vs サンロッカーズ渋谷

日時 2月8日(土) 18:05 TIP OFF、
2月9日(日) 14:05 TIP OFF

3月28日(土)、29日(日)には、
琉球ゴールデンキングスと対戦

場所 ハンナリーズアリーナ
(右・西京極新明町)

対象 区内在住・在学・在勤の方

特別価格 大人1,500円、小中高生500円
※申込み不要。当日、区内在住・在学・在勤を証明できるものをお持ちください。

2020 京都ハンナリーズ 区民デー 

☎=京都ハンナリーズ (☎050-5533-5588)

地元ラジオ局から上京情報を発信 /
「上京×RadioMix」
～絆でつなぐコミュニティ～

放送エリアは
上京区と北区

安心安全にまつわる「リレートーク」を放送します。
是非チャンネルをFM87.0に合わせてください。

【番組一覧表】

放送日	放送内容(予定)
2月15日	上京警察署からのお知らせ
2月29日	上京消防署からのお知らせ
3月14日	外国人女性の会パルヨンからのお知らせ

※土曜日(放送日は【番組一覧表】のとおり) 14:00～14:15
※また、毎月25日の「上京の安心安全点検日」に合わせて、同局番組「GLOCAL KYOTO」内において防犯、防災、交通安全に関する情報をお伝えします。

☎=NPOコミュニティラジオ京都 (☎432-5805、FAX432-5806、✉fm870@radiomix.kyoto)

ウェブならいつでも聴けます! 

冬の食育セミナー
きょう 上京区 京・食クッキング
～冬の食育セミナー～

日時 ①1月29日(水) 10:00～12:30
②2月4日(火) 10:00～12:30

場所 区総合庁舎3階栄養指導室(受付2階26番窓口)

内容 講話「適切に食品を選択する力をつけましょう～地産地消の魅力～」
調理実習「冬の食材を利用したバランスクッキング」

..... 献立
ごはん、魚のムニエルカレー風味 旬の野菜ソースあん、青菜とあげの炊いたん、かぶと白菜の柚子みそ和え、ココアプリン
※変更になる場合があります

対象 ①区内在住の18歳以上の方
②料理初心者の方、男性の方

定員 ①24名 ②15名(いずれも先着順)

参加費 500円

持ち物 エプロン・三角巾・手ふきタオル

申込み 1月17日(金)～1月27日(月) 8:30から17:00まで。電話又は窓口にて。

☎=健康長寿推進課(健康長寿推進担当)
(☎441-2872、2階26番窓口)

おしらせ
情報コーナーだよ



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

保健

乳幼児歯科相談

対象 区内在住の小学校就学前までのお子様

定員 15名(無料、要予約、先着順)

日時 2月12日(水)
受付時間13:30～14:30
※次回は4月8日(水)



場所 区総合庁舎3階

内容 歯科医師・歯科衛生士による歯科健診・
歯科保健指導

持ち物 母子健康手帳

申込み 前日までに電話又は窓口にて

☎=子どもはぐくみ室(子育て相談担当)
(☎441-2873、3階33番窓口)

献血にご協力ください

日時・場所 2月12日(水)
14:00～16:00 堀川病院

☎=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(要申込み。相談希望週の月曜日*から電話又は窓口にて受付*
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

(2月20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 2月6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 2月18日(火)13:30～15:00

☎=京都行政監視行政相談センター(☎802-1100)
※上記の相談は、いずれも無料で、場所は地域力推進室まちづくり推進担当(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

健康講話とマッサージ体験

日時 1月30日(木)13:30～16:00

場所 当センター

内容 健康づくりに役立つ講話と鍼灸師による
マッサージの体験。(講師:京都府鍼灸マッ
サージ師会の先生)

対象 市内在住60歳以上の方

定員 35名(先着順)

申込み 1月9日(木)より電話・来所にて

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

2月のテーマ:「あったかい本」「おにとまめ」
文化力「京都はじめての一步」

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 8:00～21:00(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** 

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

料理室でクッキング

当センターには、コンロ、ガスオーブンが3つ
ずつある料理室があります。どなたでもご利用い
ただけます。

日時 随時(10:00～21:00。ただし日・祝日は、
10:00～18:00。水曜日は休館)

対象 どなたでも(年齢により料金が変わりま
す。13～22歳までの方は無料。)

費用 1時間当たり830円～1,670円

申込み 電話又は窓口にて受付。(先着順)

歴史資料館 ☎241-4312
FAX241-4012
〒602-0867 上・寺町通荒神口下る

(1)上京区・下京区140周年記念事業
**特別展「上京と下京一京都の成り立ち
と町衆」ギャラリートーク**

日時 1月23日(木)14:00～14:40
※展示は、2月2日(日)まで開催

(2)大河ドラマ「麒麟がくる」の主人公
明智光秀
**テーマ「光秀と京～信長、義昭、そして
町の人びと～」**

日時 2月8日(土)14:00～14:40
※展示は、2月7日(金)から4月5日(日)
まで開催
※いずれも申込み不要

上京区の統計

総人口 84,462人
(前年比/151減)

世帯数 48,032世帯
(前年比/261増)

男 38,817人 **女** 45,645人

出生 30人 **転入** 374人
死亡 83人 **転出** 410人

※京都市推計人口12月1日現在 異動は11月中

☎=問合せ先  =関西元気文化圏参加事業