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

100歳 おめでとうございます

ご長寿をお慶び申し上げます。

百々　佐惠子　様	（成逸）
衣笠　トシヱ　様	（室町）
古川　田鶴子　様	（室町）
北賀　正祐　様	（室町）
山口　清次　様	（室町）
中田　喜三　様	（室町）
石井　喜美子　様	（乾隆）
一本杉　つゑ江　様	（乾隆）
平井　貞子　様	（西陣）
杉本　宗子　様	（西陣）
粟津　貞子　様	（翔鸞）
吉田　八重　様	（翔鸞）
森藤　與八郎　様	（翔鸞）
木谷　光子　様	（翔鸞）
松宮　嘉一郎　様	（嘉楽）
佐藤　登志江　様	（嘉楽）
指田　靜江　様	（嘉楽）
奥田　河い　様	（小川）
谷口　雅子　様	（小川）
鋸屋　美代　様	（京極）
比良　富子　様	（京極）
渡邉　文子　様	（京極）
作本　清子　様	（仁和）
松本　愛子　様	（仁和）
岸　カツ　様	（仁和）
井上　静枝　様	（仁和）
山本　博司　様	（仁和）
津田　こう　様	（仁和）
蟲　悦　様	（正親）
入江　一雄　様	（正親）
辻井　利子　様	（正親）
浅埜　澄子　様	（聚楽）
櫻田　あい　様	（中立）
西村　喜美　様	（中立）
中西　久子　様	（出水）
植村　良子　様	（出水）
加藤　かね子　様	（待賢）
飯嶋　はる　様	（待賢）
細川　きみ子　様	（滋野）
北川　マサ　様	（滋野）
大井　清子　様	（滋野）

※大正11年４月１日～大正12年３月31日にお生まれになった方々です。８月22日（月）現在、ご承諾をいただいている方のみ掲載しています。

※括弧内は学区

問＝健康長寿推進課（健康長寿推進担当）（☎441・2872）

学区民体育祭

日程　10月9日（日）
※仁和は10月8日（土）
※予備日は翌日。ただし、京極は予備日なし。

場所

室町	室町小学校
乾隆	乾隆小学校
小川	みつば幼稚園
京極	京極小学校
仁和	仁和小学校
聚楽	元聚楽小学校
中立	新町小学校
出水	二条城北小学校
待賢	元待賢小学校
滋野	元滋野中学校
春日	鴨沂高等学校北グラウンド

※成逸、西陣、翔鸞、嘉楽、桃薗、正親は**中止**。

※新型コロナウイルス感染症の状況によっては、中止又は変更となる場合があります。

問＝地域力推進室（まちづくり推進担当）（☎441・5040）

上京えんじぇる“ぎゅうっど”ひろば　無料

乳児への語りかけ～「マザリーズ」のお話とレッスン～

「マザリーズ」と呼ばれる赤ちゃんをあやすときの柔らかな語りかけは、赤ちゃんの情緒を安定させ、言葉の発達も促すといわれています。

前回の様子

日　時　10月４日（火）10:30～11:30
場　所　区総合庁舎４階　大会議室
対　象　区内在住の１歳未満の子とその保護者
定　員　親子含めて20名（先着順）
申込み　９月20日（火）～30日（金）電話又は窓口にて
問＝子どもはぐくみ室（子育て相談担当）（☎441−2873、３階㉝番窓口）

食育セミナー

食育指導員作成 たんぱく質補給レシピ 「いつまでも元気に働けるカラダ」のために!

日　時　10月５日（水）10:00～12:00
場　所　区総合庁舎３階　栄養指導室（9:45～２階㉗番窓口にて受付）
内　容　講話「たんぱく質のとり方」
調理実習と試食
献　立　鮭のジャンジャン焼き風、
蒸し鶏と梅のきゅうり和え

対　象　区内在住の18歳以上の方
定　員　12名（先着順）
費　用　500円
持ち物　エプロン、タオル、筆記用具
申込み　９月26日（月）～30日（金）電話又は窓口にて
問＝健康長寿推進課（健康長寿推進担当）（☎441−2872、2階㉗番窓口）

上京区健康づくりサポーター大募集!!

自分自身の健康を見つめ直し、家族や友人、そして上京区民の健康のために活動をするボランティアの養成講座を開催します。

活動の様子

日　時　①10月３日（月）、②10月19日（水）
いずれも14:00～16:00
※両日参加の必要あり
場　所　区総合庁舎４階　大会議室
内　容　健康づくりサポーターの基礎知識
（①運動編、②口腔編・栄養編）
対　象　健康に関するボランティアとして活動できる方
定　員　10名（先着順）
申込み　９月20日（火）～27日（火）電話又は窓口にて
問＝健康長寿推進課（健康長寿推進担当）（☎441−2872、２階㉗番窓口）

温故創新・西陣

お寺で素敵な休日を【ととのふマルシェ vol.10】開催

「動き、緩み、感じ、味わう」をテーマに、飲食や物販のお店の出店に加え、子どもも一緒に参加できるワークショップが実施されます。マイ容器やマイバッグの持参など、同志社大学小谷ゼミと連携した「ゼロウェイスト」（ゴミ減量）の取組も展開！本法寺のお庭で、素敵な休日をお過ごしください♪

開催の様子

日時　10月9日（日）10:00～15:00
場所　本山 叡昌山 本法寺（小川通寺之内上ル本法寺前町617番地）
問＝市プロジェクト推進室（☎222−3992）
にしZINE　検索

上京区役所スマートフォン教室　無料

日　時　10月５日（水）❶10:00～12:00、❷13:30～15:30
場　所　区総合庁舎４階　大会議室
対　象　スマートフォンをこれから使ってみたい方
内　容　❶**スマートフォン体験講座**
スマートフォンの基本操作
❷**スマートライフ体験講座**
ビデオ通話やインターネット動画の視聴体験
定　員　各回20名（先着順、10名に達しない場合は開催中止）
持ち物　筆記用具
申込み　９月22日（木）までに電話、FAX又は窓口にて
※当日はスマートフォンを１人１台貸し出します。
※❶、❷両方とも申込み可能。
※詳細は、区ホームページ又はチラシ（窓口で配架）をご確認ください。
問＝地域力推進室（まちづくり推進担当）
（☎441−5040、FAX441−2895、1階①番窓口）

▲詳細はこちら

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、各イベントに参加される方は、検温、マスク着用、体調管理をお願いします。

問＝問合せ先

赤い羽根共同募金

皆様の善意により、地域の様々な福祉活動を財政面から支えていただいております。今年も10月から全国一斉の募金活動が始まります。ご理解とご協力をよろしくお願いします。

問＝地域力推進室（まちづくり推進担当）（☎441・5040）

おしらせ情報コーナーだよ

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

相　談

内容	日時等
弁護士による京都市民法律相談	**日時**　毎週水曜日13:15～15:35 **定員**　7名（要申込み。相談希望週の月曜日9:00から※電話又は窓口にて受付） ※閉庁日を除く。 問＝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**　10月20日（木）14:00～16:00 問＝府行政書士会第４支部事務局（☎741-3567）
司法書士による登記・法律無料相談	**日時**　10月６日（木）13:30～16:30 **定員**　12名（先着順） 問＝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**　10月11日（火）13:30～15:00 問＝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）

保　健

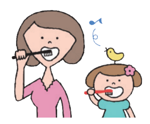
肺がん・結核検診（胸部レントゲン検査）電話予約制

９月24日～30日は結核予防週間です。
この機会に年１回は胸部検診を受けましょう。
日時　９月21日、28日、10月５日、12日
いずれも水曜日　9:00～10:45
場所　区総合庁舎２階㉗番窓口で受付
対象　40歳以上の市民（65歳以上の方は感染症法で年１回の受診が義務付けられています。）
内容　胸部レントゲン検査
なお、問診で必要と判定された方は、かくたん検査（痰の中にがん細胞がないか）を受けることができます。
料金　無料（かくたん検査受診者は1,000円※）
※70歳以上等で無料になります（健康保険証、運転免許証などの本人確認書類が必要）
問＝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　９月21日（水）10:00～11:30、12:30～15:30
場所　正親小学校
問＝健康長寿推進課（地域支援担当）（☎441-2871）

乳幼児歯科相談　無料　事前申込み



日時　10月12日（水）13:30～14:30
場所　区総合庁舎３階
対象　区内に住民票のある未就学児
内容　歯科医師・歯科衛生士による歯科健診・歯科保健指導
定員　10名　**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
問＝子どもはぐくみ室（子育て相談担当）（☎441-2873、３階㉝番窓口）

エコまちステーションだより

《移動式拠点回収のご案内》

●有害・危険ごみを含む22品目の回収
① **９月23日（金・祝）**
14:00～16:00　橘公園
② **10月１日（土）**
9:00～11:00　翔鸞小学校

●有害・危険ごみを含まない18品目の回収
① **９月22日**　中村公園、二条公園、千本ゑんま堂
② **９月29日**　上京リサイクルステーション、上京中学校西グリーンベルト
③ **10月6日**　北町公園、西町公園
④ **10月13日**　橘公園、桜井公園
いずれも木曜日、14:00～15:00、複数か所同時開催

詳細については、チラシ（窓口で配架）や区ホームページをご確認ください。

上京エコまちステーション　検索

問＝上京エコまちステーション（☎366-0776、１階⑨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

介護予防講座「よってや」～楽しく脳トレ～　無料

日時　10月11日（火）14:00～15:30
内容　脳トレで楽しく頭を動かしましょう。
講師　上京区地域介護予防推進センター職員
定員　27名（先着順）
申込み　９月20日（火）9:00から電話又は来所にて

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

９月のおたのしみ会

日時　９月24日（土）11:00～11:30
場所　中央図書館１階
内容　絵本の読み聞かせなど
申込み　電話又は来所にて

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

音楽スタジオあります

楽器の個人練習やバンド練習が可能です。
学園祭や発表会等の練習にご活用ください。

日時　随時予約受付（先着順）
対象　どなたでも
定員　５名程度
料金　１時間あたり730円又は1,570円（年齢等により料金が異なります。）

自治会・町内会に入って住みよいまちに
京都市は、自治会・町内会を応援しています

交通安全ポスター・標語受賞作品展示

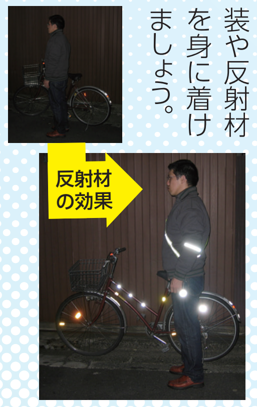
区内の小学校で募集し、応募作品の中から「上京区交通安全会連合会」等による審査を行い、選ばれた標語12点、ポスター６点を展示します。
期間　９月16日（金）～30日（金）
場所　区総合庁舎１階　ロビー

秋の全国交通安全運動
9月21日（水）～30日（金）
スローガン　ゆずりあう　気持ちで深まる　京の秋

問＝地域力推進室（まちづくり推進担当）（☎441−5040）

110番上京警察署です

日暮れ時は、ドライバーから歩行者の姿が見えにくくなります。ドライバーはスピードを控え、安全運転に努めましょう。歩行者は明るい服装や反射材を身に着けましょう。



問＝上京警察署（☎465・0110）

令和5年2月26日（日）開催　市民創造ステージ2023音楽会　「あつまれ!ブラス」出演団体募集!

対　象　北区、上京区及び左京区に居住又は活動拠点があるブラス（管楽器）を含む音楽団体
定　員　６団体（１団体15名程度まで）
※申込み多数の場合は抽選
参加料　１団体5,000円
申込み　９月７日（水）～10月７日（金）必着　郵送又は窓口にて
問＝京都市北文化会館（〒603-8142 北・小山北上総町49-2、☎493−0567、FAX493−0607）

区社協通信

地域支え合い活動入門講座を開催します!　無料

自分の得意なことや経験をいかして地域福祉活動に挑戦してみたい方の地域デビューを応援します！
日時　10月６日（木）14:00～16:00
場所　上京老人福祉センター
問＝上京区社会福祉協議会（☎432−9535）

上京区の統計

総人口　83,438人（前年比／133増）
男38,226人　**女**45,212人
世帯数　48,814世帯（前年比／769増）
出生33人　**転入**528人
死亡80人　**転出**462人
※京都市推計人口8月1日現在 異動は7月中

区総合庁舎の来庁者用駐車場（７台のみ）は、**車いす使用者等のご利用を除き**、**終日有料**コインパーキングとなっています。ご不便をお掛けしますが、**ご来庁の際は公共交通機関をご利用ください。**

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（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