

☎＝問合せ先

ココロとカラダ 整うセミナー

無料

日時 11月12日(日) 10:00～11:30 (受付9:45～)

場所 区総合庁舎4階 大会議室

内容 ●運動実技「姿勢改善ヨガ」
(講師：ハスラボkyoto代表 川島美美 氏)
●保健師講話「血管力を高めよう」
●血管年齢測定、骨密度測定

対象 区内在住又は通勤・通学の運動制限のない18歳以上65歳未満の方
※小学生以上のお子さん同伴可能

持ち物 タオル、飲み物
※運動に適した服装でご参加ください。

定員 20名(多数抽選)

申込み 10月23日(月)～11月2日(木)に申込みフォーム、窓口、電話にて
※抽選結果は11月8日(水)までにメールにて通知します。

☎＝健康長寿推進課(健康長寿推進担当) (☎441-2872、2階⑦番窓口)

申込みは [こちら](#)

ヨガの様子

12月は人権月間

車いすバスケットボールを楽しもう！ ～パラスポーツの視点から考えるSDGs～

無料

日時 12月9日(土) 14:00～16:00 (受付13:30～)

場所 同志社女子大学純正館
(同大学今出川キャンパス内)

内容 講演(手話通訳あり)、実演、体験
300名※うち体験50名(ともに先着順)

定員 300名

持ち物 上履き(体験参加者は体育館シューズ)

申込み 10月20日(金)～12月4日(月)に、申込みフォーム、電話、窓口にて
上京区民会議、上京区地域啓発推進協議会、上京区役所

主催 同志社女子大学

後援 ☎＝地域力推進室(まちづくり推進担当) (☎441-5040、1階①番窓口)

申込みは [こちら](#)

講師 柳本あまね氏
【東京2020パラリンピック車いすバスケットボール女子日本代表選手、(株)コロプラ所属、上京区出身】

110番上京警察署です

119番上京消防署です

火の元チェックを忘れずに!

お出かけの前には、必ず
こんろなどの火の元を確認
するようにしましょう。

また、コンセントとプラグ
の間にほこりが溜まり、そこ
に湿気が加わると、火災の
原因となることがあります。火の元と合わせ
てチェックしましょう。

☎＝上京消防署 (☎431-1371、FAX414-1999)

空き家個別相談会

無料

日時 12月14日(木) 13:30～15:30

場所 区総合庁舎1階①番窓口で受付

定員 3組(1組2名まで、先着順)

申込み 区ホームページ、FAX、メールにて、①氏名、②連絡先、③具体的な相談内容を記載のうえ、11月14日(火)までにお申し込みください。
(申込状況と内容により、相談時間を調整します。)

☎＝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](#)
(45秒の動画)

交通安全標語・ポスター表彰式

9月24日、区総合庁舎で、区内の小学校から募集した、交通安全ポスター5点、標語13点の入賞作品の表彰式が行われました。

終了後、入賞者など約50名が、烏丸今出川交差点で街頭啓発を実施しました。

主催 上京区交通安全会連合会

当日の様子

10月11日(水)～20日(金) 全国地域安全運動

こんにちは 北部土木みどり事務所です

市街灯の不具合をお知らせください

電気が消えているなどの不具合を発見されたら、市街灯下のプレート

照明灯 上〇〇〇〇番 京都市

番号(上〇〇〇〇番)又は場所をお知らせください。

また、新設を要望される場合は、現地を調査し、設置の判断をします。その後、要望者の方が付近の皆様への承諾を得る必要がありますので、ご協力をお願いします。

☎＝北部土木みどり事務所 (☎492-3111、FAX492-5036)

上京区役所スマートフォン教室

無料

日時 11月14日(火) ①10:00～12:00、②13:30～15:30

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 ①スマートフォン体験講座
マップ、カメラ撮影と写真、LINE、音声アシスタント
②スマートライフ体験講座
Zoomでの会議体験、動画閲覧

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 10月20日(金)～11月2日(木)に電話又は窓口にて
※当日はスマートフォンを1人1台貸し出します。
※①、②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。

☎＝地域力推進室(まちづくり推進担当) (☎441-5040、1階①番窓口)

▲詳細は [こちら](#)

交通安全標語・ポスター表彰式

最優秀賞 ブルーム 愛里彩 様 (新町小・2年)

金賞 大事だよ 命を守る ヘルメット
西村 悠紀 様 (御所東小・4年)

銀賞 あぶないな すりぬけ運転 事故のもと
吉田 佳顕 様 (乾隆小・6年)

銅賞 自転車の 逆走とび出し 事故のもと
寛前 奎吾 様 (二条城北小・6年)

☎＝地域力推進室(まちづくり推進担当) (☎441-5040)

重点 ●子どもと女性の犯罪被害防止
●特殊詐欺の被害防止

区社協通信

地域支え合い活動入門講座 「みんなで花を咲かそう」

ボランティア活動体験会開催! 無料

住み慣れた地域で安心して暮らし続けるために、「支え合い活動」を始めませんか?

日時 11月14日(火) 8:30～11:30

場所 区総合庁舎前花壇スペースほか

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名程度(先着順)

申込み 10月13日(金)～前日に電話、FAX、窓口、ホームページにて

☎＝上京区社会福祉協議会 (☎432-9535、FAX432-9536)

▲申込みは [こちら](#)

上京区民まちづくり活動支援対象事業

子育て講習会

学齢期の子どもとその保護者に長年向き合ってきたベテラン支援員が、小学校入学後の遊びや友達関係、親の関わり方などを通して、子育てのヒントをお伝えします。

日時 10月22日(日) 10:00～10:30

場所 新町小学校 ひまわりホール

対象 未就学児又は小学生の子どもを持つ保護者、学童保育所の支援員

講演内容 小学校に入学するとどう変わる? 児童の心身の発達と関わり方

☎＝共同学童保育所 虹の子クラブ (☎432-1439)

上京区体育振興会連合会 創立70周年記念式典・祝賀会を開催

9月1日、京都ブライトンホテルにて、約170名が出席されました。寺林勇会長から「幅広い年代の方々にスポーツを気軽に楽しんでいただき、地域の健康づくりに取り組んでいく」との挨拶がありました。

当日の様子

☎＝地域力推進室(まちづくり推進担当) (☎441-5040)

☎ 11上京警察署
(☎465・0110
FAX 465・2263)

10月1日から インボイス制度が始まりました!

事業者が適格請求書(インボイス)を発行するためには、事前に「適格請求書発行事業者」となるための登録申請が必要です。

上京税務署では、インボイス制度に関する説明会・相談会を実施していますので、登録申請をご検討中の事業者の方は、ぜひご参加ください。

▲制度については [こちら](#)

▲説明会・相談会については [こちら](#)

☎＝上京税務署 (☎441-9357)

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

相 談	
内容	日時等
弁護士による 京都市民 法律相談	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。
	10月19日(木)から、インターネットでも予約できます。 ☎＝地域力推進室(まちづくり推進担当) (☎441-5040) ▲詳細は こちら
司法書士による 登記・法律 相談会	11月2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	11月14日(火)13:30～15:00 ☎＝京都府行政監視行政相談センター (☎802-1100)
行政書士による 相談会	11月16日(木)14:00～16:00 ☎＝府行政書士会第4支部事務局 (☎741-3567)

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

成人・妊婦歯科相談(口腔機能相談)

無料 申込み不要

日時 11月1日(水)、12月6日(水) 9:00～10:30

場所 区総合庁舎2階⑦番窓口にて受付

対象 18歳以上で市内在住の方

内容 歯科医師・歯科衛生士による歯科健診・歯科保健指導

☎＝健康長寿推進課(健康長寿推進担当) (☎441-2872、2階⑦番窓口)

献血にご協力ください

日時 11月10日(金)13:30～16:00

場所 仁和会館(仁和小学校東門)

☎＝健康長寿推進課(地域支援担当) (☎441-2871)

質量計(はかり)の定期検査

正確な計量が行われ、公正な取引が確保されるよう、取引・証明に使用される質量計(はかり)は、2年に1回、定期検査を受けなければなりません。

指定定期検査機関がひょう量500kg以下の質量計の検査を行いますので受検していただくをお願いします。(家庭用のヘルスメーター、キッチンスケールなどは対象外です。)

料金ははかりの種類によって異なります。詳細はお問い合わせください。

☎＝京都府計量協会 (☎415-3166、FAX415-3171)

▲日時や場所などの詳細は [こちら](#)

老人福祉センター

☎464-4889
FAX464-2981

〒602-8383 上・今小路通御前通東入

楽しんで脳トレ!

無料 申込み不要

日時 11月8日(水)13:00～14:00

持ち物 筆記用具

定員 18名(先着順)

定員に達すると、入場制限を行う場合があります。

中央図書館

☎802-3133
FAX812-5816

〒604-8401 中・丸太町通七本松西入

古典の日おたのしみ会

無料 申込み不要

日時 11月4日(土)11:00～11:30

場所 中央図書館 児童図書室

内容 紙芝居の読み聞かせほか
20名程度(先着順)

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

卓球のできるお部屋を貸し出しています

用具も貸し出しています。

日時 随時予約受付(先着順)

対象 どなたでも

内容 多目的ホール:卓球台3台使用可
中会議室:卓球台1台使用可

料金 1時間あたり無料～1,990円
※年齢などにより料金が異なります。

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・危険ごみを含まない18品目の回収

①10月26日(木) 京都まなびの街生き方探究館、元聚楽小学校西門

②10月31日(火) 京都市歴史資料館東通入口

③11月2日(木) 中村公園

④11月9日(木) 橘公園、玄武公園、扇町公園

⑤11月16日(木) 西町公園、鹿垣公園(中京区)

いずれも 14:00～15:00
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 [検索](#) 詳細は [こちら](#)

☎＝上京エコまちステーション (☎366-0776、FAX366-1373、1階⑦番窓口)

上京区の統計

総人口 83,489人 (前年比+101増)	世帯数 49,442世帯 (前年比+623増)
男 38,371人 女 45,118人	出生 35人 転入 441人 死亡 87人 転出 591人

※京都市推計人口9月1日現在 異動は8月中

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

京都いつでもコール

市政情報
総合案内
コールセンター

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 [検索](#)