

☎=問合せ先

食育セミナー 事前申込制

そうだ、野菜とろう!

手軽にとれる野菜を使って、野菜を1日350g食べる生活を始めてみましょう。

日時 6月5日(水) 10:00~12:30
場所 区総合庁舎3階 栄養指導室
対象 区内在住の方
内容 調理実習と講話「手軽にとれる野菜を使って～そうだ、野菜とろう!～」
 トマトごはん、キャベツの宝袋、きゅうりの香味炒め、夏のとろろ汁、和風プラマンジエ
 ※献立は変更になることがあります。

定員 20名(先着順)
料金 500円
持ち物 筆記用具、エプロン、三角巾、タオル、マスク
申込み 5月20日(月)～31日(金)に電話又は窓口にて
 ☎=健康長寿推進課(健康長寿推進担当) ☎441-2872、2階②番窓口

119番上京消防署です

上京消防団総合査閲を実施!

上京消防団(団長 栗野 利久)では、令和6年度の上京消防団総合査閲を開催します。

日時 5月19日(日) 7:00~9:30
場所 京都御苑富小路グラウンド

また、この査閲の代表消防分団は、6月2日(日)に京都市消防活動総合センターで開催される京都市消防団総合査閲に出場されます。各分団の日頃の訓練成果をぜひご覧ください。
 ☎=上京消防署 ☎431-1371、FAX414-1999

110番上京警察署です

5月は「自転車安全利用推進月間」です

自転車は、子どもから高齢者まで、運転免許証がなくても運転することができる手軽で便利な乗り物ですが、ルール違反などが原因で、重大な事故につながるおそれがあります。自転車は車両ということをお忘れずにルールを守りましょう。

ボリス まるん **ボリス みやこ**

自転車に乗るときは、大切な頭を守るヘルメットをかぶりましょう!

☎=上京警察署 ☎465-0110、FAX465-2263

就任のご挨拶

歴史と伝統のある上京区で勤務させていただき光栄に思っております。地域の方々が真に安心して生活していただける上京区を実現したいと考えておりますので、皆様のご理解とご協力をお願いします。

おのとしむき
 上京警察署長 小野 利幸

上京えんじえる“ぎゅうとど”ひろば 無料 事前申込制

第24回ドリームチルドレン～上京わんぱく広場～

日時 6月18日(火) 10:30~正午(受付10:15~)
場所 区総合庁舎4階 大会議室
対象 乳幼児(おおむね0歳~1歳半)とその保護者
内容 体操、ふれあい遊び、パネルシアター、にこにこトーク(交流会)
 ※動きやすい服装でご参加ください。
 親子合わせて60名(先着順)
申込み 6月3日(月)~17日(月)に申込フォーム、電話又は窓口にて

人形劇で楽しもう!

日時 6月19日(水) 10:30~11:30(受付10:15~)
場所 京都市立京極幼稚園 遊戯室
対象 乳幼児とその保護者
内容 当日のお・た・の・し・み
講師 人形劇・ファミリーひみゃたい
定員 親子合わせて40名(先着順)
申込み 6月3日(月)~18日(火)に申込フォーム、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③番窓口

上京区赤ちゃんお祝い訪問 ~ご誕生おめでとうございます!~

赤ちゃんがお生まれになったご家庭に、「上京えんじえる応援団」の主任児童委員がおつかがいし、お出かけスポットなどの地域の子育て情報をお届けしています。子育ての悩みごととも相談できますので、ぜひお申し込みください。
 ※区役所の新生児訪問時にご案内します。
 ☎=子どもはぐくみ室(子育て相談担当) ☎441-2873、3階③番窓口

手話通訳をご利用ください

上京区役所では、毎週火曜日・金曜日に手話通訳者が勤務しています。聴覚に障害のある方が窓口で手続・相談される際に同席します。また、手話が難しい場合にも、ヒアリングループ、字幕表示システム、筆談などでの対応が可能です。必要な方はお申し出ください。
 ☎=障害保健福祉課 ☎441-5121、3階⑩番窓口

こんにちは 北部土木みどり事務所です

道路陥没を見つけた時は

土木みどり事務所では皆さんが安心安全に道路を通行できるよう、道路の維持補修に努めています。特に道路陥没はそのままにしておくと大きな事故につながるため、すぐに補修します。道路のくぼみや穴を発見された時は至急ご連絡ください。
 ☎=北部土木みどり事務所 ☎492-3111、FAX492-5036

5月は憲法月間です

日々の暮らしの中で、互いに違いを認め合い、多様性を尊重する人権文化の息づくまちをみんなの力を合わせて作っていきましょう。

パネル展示を
開催します

期間 5月31日(金)まで
 場所 区総合庁舎1階 区民交流ロビー
 ☎=地域力推進室(まちづくり推進担当) ☎441-5040

中学生の学習を支援する ボランティアを随時募集しています

ぜひご応募ください!

日時 毎週月曜日17:30~21:00
場所 上京区内
対象 市内在住又は通勤・通学の18歳から30歳までの方(高校生を除く。)

参加した中学生からいただいた声

- 学習会に来るようになって、わかるところが増えてきた。
- 行きたい高校があるので勉強をがんばりたい。

☎=北青少年活動センター ☎451-6700、FAX451-6702

エコまちステーションだより

《移动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
- ① 5月23日 元聚楽小学校西門、上京リサイクルステーション、千本系んま堂入口北側スペース
- ② 5月30日 法輪寺、京都まなびの街生き方探究館
- ③ 6月6日 中村公園、辰巳公園、名和公園
- ④ 6月13日 西町公園、三角広場、メガロコブ西陣1階集塵室前
- ⑤ 6月20日 玄武公園、百々橋ひろば、荒神口ひろば

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] 🔍 検索
 ☎=上京エコまちステーション ☎366-0776、FAX366-1373、1階⑨番窓口

区社協通信

「生活支援員」養成研修

「生活支援員」は、高齢者や知的・精神障害などで、判断能力に不安のある方に福祉サービスの利用援助などを行う「日常生活自立支援事業」に従事いただいています。

【資格要件】

- おおむね20歳~満75歳未満の方
- 社会福祉に関心のある方
- 月1回~週1回程度の活動可能な方

【研修】

日時 6月11日(火)
 ① 9:30~11:50 ビデオ視聴会 ※事前にオンライン視聴される場合は受講不要
 ② 13:20~16:15 講義、グループ別懇談会など

場所 ひと・まち交流館 京都 3階 第4会議室(下・西木屋町通上ノ口上る梅湊町)

申込み 6月4日(火)まで
 ☎=上京区社会福祉協議会 ☎432-9535、FAX432-9536

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	日時など
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(①インターネット予約:先着3名<相談希望日の前週木曜日9:00から日曜日まで予約受付>、②電話窓口予約:先着4名<相談希望週の月曜日9:00から予約受付>) ※閉庁日を除く。 インターネットの予約はこちら
司法書士による登記・法律相談会	6月6日(木)13:30~16:30 定員 12名(先着順) ☎=京都市消費生活総合センター ☎366-2250
暮らしの行政困りごと相談	6月11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	6月20日(木)14:00~16:00 ☎=京都市消費生活総合センター ☎366-2250

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(胸部エックス線検査)

無料 事前申込制

日時 5月22日(水)、6月5日(水)、12日(水)、19日(水)9:00~10:45
場所 区総合庁舎2階の番窓口で受付
対象 40歳以上の市内在住の方
 ※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。
その他 問診が必要と判定された方は、1,000円で肺がんかくたん検査を受けることができます。
 ※70歳以上などで免除制度あり(健康保険証、運転免許証などの本人確認書類が必要)
 ☎=健康長寿推進課(健康長寿推進担当) ☎441-2872、2階②番窓口

成人・妊婦歯科相談(口腔機能相談)

無料 申込み不要

日時 6月5日(水)9:00~10:30
場所 区総合庁舎2階の番窓口で受付
内容 歯科医師・歯科衛生士による 歯科健診・歯科保健指導

対象 18歳以上の市内在住の方
 ☎=健康長寿推進課(健康長寿推進担当) ☎441-2872、2階②番窓口

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。

乳幼児歯科相談 無料 事前申込制

日時 6月12日(水)13:30~14:30
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

対象 区内に住居のある未就学児
定員 10名(先着順)
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③番窓口

乳がん検診(マンモグラフィ検査)

日時 7~8月の平日13:30~15:00
 ※検査日時などは、後日郵便でお知らせします。

場所 区総合庁舎3階
対象 40歳以上の市内在住の女性(2年に1回※)
 ※令和6年12月31日時点で偶数年齢の方(令和5年中に本市の乳がん検診を受診されていない奇数年齢の方は受診可能)

料金 1,300円
 ※70歳以上などで免除制度あり(健康保険証、運転免許証などの本人確認書類が必要)

申込み 6月15日(土)までに市販のはがき又は乳がん巡回検診申込はがきを郵送(当日消印有効)

郵送先 〒604-8491中京区西ノ京左馬寮町28 京都予防医学センター 上京区乳がん検診係

明記事項 住所、氏名(ふりがな)、生年月日、年齢、電話番号、受診希望会場(上京区)、市の乳がん検診受診歴(有無と前回受診会場)

その他 視触診なし、女性技師が撮影。当日申込みで、肺がん検診を同時受診可能(無料)。
 ☎=健康長寿推進課(健康長寿推進担当) ☎441-2872、2階②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

大人のぬり絵 無料 申込み不要

日時 5月30日(木)13:30~15:30
定員 40名(先着順)
持ち物 色鉛筆、スリッパ
 ※定員を超えた場合は入場制限を行います。

5月の展示と貸出

5月のテーマ:「はじめてしんぶんでよむ本」、
 「眺めて楽しむ本」、「観光と京都」

日時 5月31日(金)まで
 平日 9:30~20:00
 土日祝 9:30~17:00

上京区の統計

総人口 83,024人 (前年比/391減)	世帯数 49,392世帯 (前年比/174増)
男 38,124人 女 44,900人	出生 21人 転入 1,468人 死亡 81人 転出 1,409人

※京都市推計人口4月1日現在 異動は3月中

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。
 エメール ホームページから
 京都いつでもコール 🔍 検索