

おこしやす上京Season2「食の上京」

教えて！
みんなの食の上京
📷 **フォトコンテスト**
投稿期間：8月1日～12月15日
テーマ：食と食空間
優秀作品には素敵なプレゼントも！
応募方法、プレゼント情報や注意事項等詳しくはこちら
☎＝地域力推進室（まちづくり推進担当）（☎441-5040、1階①番窓口）

上京区民まちづくり会議「上京！MOW」開催

日時 9月30日（月）18:00～20:00
場所 区総合庁舎4階 大会議室
対象 区内在住、通勤、通学の方、区内でまちづくり活動中又は区内でのまちづくり活動に興味のある方
内容 「上京区基本計画2025」に関する意見交換など
定員 50名（先着順）
申込み 8月13日（火）～9月6日（金）に電話、FAX、メール又は窓口にて
上京区民まちづくり活動支援事業「上京！MOW部門」を大募集
「上京！MOW」でつながった団体が行う区内のまちづくり活動を支援します。
募集期間 8月5日（月）～10月18日（金）
補助金額 上限10万円
採択方法 書類審査のうえ、採択事業を決定します。
申請をお考えの方は必ず事前にご相談ください。
☎＝地域力推進室（企画担当）（☎441-5029、FAX432-0566、
✉ kamigy@city.kyoto.lg.jp、2階②番窓口）

食生活改善普及運動（9月）

秋の食育セミナー
おいしく減塩、かしこく減塩
日時 9月4日（水）10:00～12:30
場所 区総合庁舎3階 栄養指導室
内容 講話「おいしく減塩、かしこく減塩」
調理実習「いろいろ野菜の減塩クッキング」
ごはん、鶏むね肉のやわらかハニーマスタード焼き、野菜ときのこのきんぴら、ヨーグルト白和え、かぼちゃのキャラメリゼ
献立 ※献立は変更になることがあります。
対象 区内在住の方
定員 24名（先着順、申込みは1回につき1名のみ）
費用 500円
持ち物 マスク、エプロン、バンダナ、手拭きタオル、筆記用具
申込み 8月21日（水）9:00～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）

7月7日開催
第70回上京区ソフトボール大会結果報告
☎＝地域力推進室まちづくり推進担当（☎441-5040）
1部優勝の出水体振チームの皆さん

大河ドラマ「光る君へ」連動企画「上京が誇る食の有職文化」
日時 9月8日（日）14:00～
場所 北野天満宮（御前通今出川上る）
内容 ①生間流三十代目家元 生間正保氏（萬亀楼店主）による式庖丁の披露
②太田達氏（有職菓子御調進所老松当主）による講演、『源氏物語』にも登場する「椿餅」の試食
対象 小学生以上 参加料 2,000円
定員 70名（先着順）
申込み 8月19日（月）～9月5日（木）に申込フォーム又は窓口にて
※定員に達し次第受付終了
生間正保氏
太田達氏
▲申込みはこちら

京都市×ソフトバンク株式会社連携事業
上京区役所スマートフォン教室
無料 事前申込制
日時 9月17日（火）①10:30～12:00 ②13:30～15:00
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【初心者向け】楽しく学べるスマホ体験
LINE、ニュース、Google、天気、防災など
②防災アプリ体験講座
LINE、防災速報、運行情報、音声アシスタントなど
各回20名（先着順、10名に達しない場合は開催中止）
8月20日（火）～9月10日（火）に窓口、電話又はFAX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（窓口で配布）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）

上京えんじえる“ぎゅうっと”ひろば
無料 事前申込制
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。
一緒に楽しみながら身につけていきましょう！
日時 9月3日（火）10:30～11:30（受付10:15～）
場所 区総合庁舎4階 大会議室
対象 1歳未満の子とその保護者
定員 親子合わせて20名
申込み 8月19日（月）～9月2日（月）に二次元コード又は電話、窓口にて
親子で学ぶ応急手当
日時 9月13日（金）10:30～11:30（受付10:15～）
場所 区総合庁舎4階 大会議室
内容 誤飲など乳幼児の救急要請の多いものについて対処法を紹介
対象 未就園児の子どもとその保護者
定員 親子合わせて30名
申込み 8月26日（月）～9月12日（木）に二次元コード又は電話、窓口にて
※動きやすい服装でご参加ください。
☎＝子どもはぐくみ室（子育て相談担当）（☎441-2873、3階③番窓口）

完成！東陣ゆかりの地 説明板
6月17日、応仁の乱東陣プロジェクト実行委員会が、真如堂縁起絵巻に描かれた応仁の乱を紹介する説明板を設置しました。
場所 元真如堂町（上京区税務署前）
☎＝地域力推進室（企画担当）（☎441-5029）

119番上京消防署です
応急手当を身につけよう！
市消防局では、心肺蘇生、AEDの使い方、気道異物除去、止血法などの応急手当を習得していただけるよう、市民の皆様や事業所などを対象として救命講習を実施しています。万が一に備えて適切な応急手当を学び、身につけておきましょう。
☎＝上京消防署（☎431-1371、FAX 414-1999）

110番上京警察署です
テロ対策にご協力を！
来年は、大阪・関西万博が開催されます。万博は国際的な注目を集める大規模イベントでテロの格好の攻撃対象となり、国際観光都市である京都市もテロの例外ではありません。
上京警察署は、テロの未然防止に向けて官民が連携したテロ対策を推進し「安全・安心のまち京都」を実現してまいります。皆様のご協力をお願いします。
☎＝上京警察署（☎465-0110、FAX465-2263）

エコまちステーションだより
不要になった資源物ございませんか？
●上京区役所内での資源物回収
①1階 西側入口付近 常設BOX
乾電池、二次電池（充電式電池）、蛍光管、牛乳パック、インカートリッジ
②「窓口」
磁気テープ類（ビデオテープ、カセットテープなど）、小型家電（30cm×40cm×40cm以内の大きさのもの）、使い捨てライター、水銀体温計・血圧計、使用済てんぷら油、ボタン電池、リユース瓶（一升瓶・ビール瓶）
毎週 水曜日 9:00～12:00のみ
古紙類（段ボール、新聞、雑誌、雑がみ）
小型金属類・スプレー缶
●有害・危険ごみを含まない18品目の移動式拠点回収
①9月12日（木） 中村公園・二条公園・メガロコープ西陣1階集塵室前
②9月19日（木） 橘公園・桜井公園・千本ゑんま堂入口北側スペース
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）

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▲ ☎＝地域力推進室（まちづくり推進担当）（☎441-5040）
	9月5日（木）13:30～16:30 定員 12名（先着順） ☎＝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	9月10日（火）13:30～15:00 ☎＝京都行政監視行政相談センター（☎802-1100）
行政書士による 相談会	9月19日（木）14:00～16:00 ☎＝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

成人・妊婦歯科相談（65歳以上の方には口腔機能相談） 無料 申込み不要

日時 9月4日（水）9:00～10:30
場所 区総合庁舎2階の番窓口で受付
内容 歯科医師と歯科衛生士による歯科健診・歯科保健指導・歯科相談
対象 市内在住の18歳以上の方
☎＝健康長寿推進課（健康長寿推進担当）（☎441-2872、2階②番窓口）

区社協通信
「ちょっとおしえてください」アンケートにご協力をお願いします
「楽しかった、印象に残っている地域の取組（地域行事）はありますか?」、「あなたにとって、身近に感じる福祉の課題は何ですか?」といったこととお聞きし、「第5期上京区地域福祉活動指針」（令和7年～11年）の策定に活かしていきます。
ご協力よろしくお願いいたします。
対象 区内在住の方（年齢不問）
方法 二次元コードを読み取ってアンケートにご回答ください。
締切り 9月30日（月）まで
☎＝上京区社会福祉協議会（☎432-9535、FAX432-9536）

肺がん・結核検診（胸部エックス線検査）
無料 電話予約制
日時 8月21日（水）※、28日（水）※、9月4日（水）、11日（水）
9:00～10:45
※ご希望される方に血管年齢測定を実施します。
場所 区総合庁舎2階の番窓口で受付
対象 40歳以上で市内在住の方
※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 問診で必要と判定された方は、1,000円で肺がんかくたん検査が受検可能
※70歳以上などで免除制度あり。（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）

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「油断大敵！感染症！～感染症から身を守るには～」 無料

日時 9月10日（火）14:00～15:00
講師 近畿中央ヤクルト販売㈱ 管理栄養士 小寺美望
持ち物 スリッパ
定員 40名（先着順）
申込み ※場所は当センター
8月22日（木）9:00～電話・来所で受付

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

8月の展示と貸出

8月のテーマ:「平和を考える」、「本で旅してみよう」、「史跡をめぐる」
日時 8月31日（土）まで
平日9:30～20:00
土9:30～19:00
※31日（土）のみ9:30～17:00
日祝9:30～17:00

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

ロビー（フリースペース）があります

漫画やボードゲームなども置いているので、夏休みに遊びにきませんか？

日時 開館時間内はいつでも
対象 どなたでも

上京区の統計
総人口 83,450人（前年比/294減）
男38,271人 女45,179人
世帯数 49,935世帯（前年比/296増）
出生17人 転入402人
死亡65人 転出419人
※京都市推計人口7月1日現在 異動は6月中

区総合庁舎の来庁者用駐車場（7台のみ）は、重い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）
みなここ
電話 661-3755
ごようはここ
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