

お知らせ

問=問い合わせ、申=申し込み

北区役所 紫野東御所田町33-1

☎ 432-1181 (代表) Fax 432-0388

開庁 午前8時30分～午後5時
(土・日・祝日、年末年始を除く)

ご来庁の際は、環境にやさしい公共交通機関で！

相談 (無料)

①弁護士による法律相談 (要予約)

日時 毎週水曜日(祝日・年末年始除く)午後1時15分～3時15分(相談時間:相談者1組につき20分)

場所 区役所3階会議室

予約方法 相談日の週の月曜日～水曜日の午前8時30分～午後5時(水曜日は午後2時30分まで)に、地域力推進室にお電話又はご来庁にてご予約を。
*閉庁日を除く

定員 12名(先着順で定員になり次第受付終了)

問 地域力推進室広聴担当 ☎432-1208

②行政書士会による相談(予約不要)

日時 1月23日(木)午後2時～4時

場所 区役所2階会議室

問 京都府行政書士会第4支部事務局 ☎762-0505

③空き家相談員による不動産(空き家等)相談窓口(予約不要) 注目!

日時 2月1日(土)午前11時～午後1時

場所 区役所1階ロビー

問 都市計画局まち再生・創造推進室空き家対策担当 ☎222-3503

④こころの健康相談(予約不要)

精神科医師と精神保健福祉相談員が相談をお受けします。ひきこもりについての相談もできます。

日時 第1～4木曜日 午後1時30分～3時

場所 北区役所西庁舎2階 相談室

問 障害保健福祉課 ☎432-1285

保健・福祉

国民健康保険からのお知らせ

介護保険適用除外施設に入所の方は介護分保険料がかかりません

40～64歳で対象施設に入退所された場合、14日以内の届出をお願いします。

問 保険年金課資格担当 ☎432-1257

キタエちゃん体操☆ひろば(無料・申込不要)

手軽に始められる体操やストレッチで健康(けんこう)に！

日時 1月27日(月)午前10時～11時

場所 北区役所西庁舎2階 講堂

対象 医師から運動制限をされていない方

持ち物等 手ぬぐい又はタオル、

水分補給ができるもの、動きやすい服装

問 健康長寿推進課健康長寿推進担当 ☎432-1438

その他

1月22日、29日は 京都ハンナリーズ北区民デー

日時 1月22日(水)、29日(水)

両日とも午後7時5分～

対戦相手 22日:琉球ゴールデンキングス

29日:島根サノオマジック

会場 ハンナリーズアリーナ

(右京区西京極新明町1番地)

対象 北区に在住・在学・通勤されている方

費用 大人 1,500円 小中高生 500円

申 当日お越しいただき、身分証を呈示

問 京都ハンナリーズ ☎050-5533-5588

京都セシリア合唱団演奏会 申込不要 たのしい たのしい音楽会 無料

～見て！きいて！つくて！歌って！～を開催します！
合唱の鑑賞、音楽の基礎となるリズムを体感できる遊び、指揮者体験等、児童～大人まで参加可能な体験学習型演奏会です。

日時 2月9日(日)午後2時～4時(予定)

会場 北文化会館 ホール

問 北文化会館 ☎493-0567

北区の子ども食堂一覧

子ども食堂の開催日時、場所を

ホームページに公開中。

「北区子どもはぐくみ室 子ども食堂」で検索！

こちらのQRコードからもご覧いただけます。

問 子どもはぐくみ室子育て相談担当 ☎432-1454

北青少年活動センター

紫野西御所田町56 北区役所西庁舎3階

☎451-6700 Fax451-6702 休館日 毎週水曜日

開館 平日・土・日・祝日 午前10時～午後9時

日・祝日 午前10時～午後6時

料理室でクッキング♪

北青少年活動センターには、コンロ、ガスオープンが3つずつある料理室があります！料金等詳細はお問い合わせください。
詳しくは、[北青少年活動センター](#) で検索。

こんにちは 北部土木事務所です

道路にスロープ等の設置はできません。

道路に、鉄板やプラスチック板のスロープを置くと、道路排水や通行の妨げになります。車の出入りのために、歩道の切り下げ工事等が必要な場合は、土木事務所で許可を受けてください。

誰もが安全に道路を利用できるよう、皆様のご協力をお願いします。

写真のようなスロープは×

北老人福祉センター

紫野雲林院町44-1(北図書館の上3階)

市バス「北大路堀川」又は「大徳寺前」下車

☎492-8845 Fax492-8845 休所日 日曜・祝日

開所 平日:午前9時～午後5時

4月からの同好会新規会員を募集します！

同好会名	曜日	時間
色えんぴつ画	第1金曜日	午前10時～正午
楽しい体操A	第1・3金曜日	午前10時～11時30分
楽しい体操B	第2・4水曜日	午前10時～11時30分
フレッシュダンス	第1・3水曜日	午前9時50分～11時10分
太極拳・入門	第2・4火曜日	午後2時50分～4時
雑学クラブ	第1木曜日	午前10時～正午
随時募集		お茶、五行歌、健康歌謡舞踊、フォークダンス、ゆかいな運動、健康ストレッチ *その他募集のある同好会もあります。詳しくは、お問い合わせください。

対象 市内在住の60歳以上の方

会費 半年3,000円上限(材料費を除く)

申 1月21日(火)～2月19日(水)に窓口にてお申し込みください(応募多数の場合は抽選)。

北図書館

紫野雲林院町44-1 市バス「大徳寺前」又は「北大路堀川」

☎492-8810 Fax491-5033 休館日 毎週火曜日

開館 平日:午前9時30分～午後7時30分

土・日・祝日:午前9時30分～午後5時

①おたのしみ会(おりがみ) 1月25日(土)

②赤ちゃん絵本読み聞かせ会 2月3日(月)

③小さなおはなしの会 1月20日(月)

*いずれも午前11時から(無料・申込不要)

■コーナー別展示図書

コーナー	期間	1/16～1/31	2/1～2/15
絵本ミニ展示	さむ～いえほん	鳥のえほん	
ミニ展示①	時代小説がおもしろい	テレビの世界	
ミニ展示②	冬を楽しむ	手づくりを楽しもう	
児童ミニ展示	ドキドキ！恋愛小説	妖怪	

移動図書館「こじか号」巡回(☎801-4196)

月日	時間	場所
2/6(木)	午前10時～10時40分	岩戸落葉神社氏子会館
	午前11時～11時40分	中川出張所前
2/13(木)	午前10時～10時40分	雲ヶ畑小・中学校
	午前11時20分～11時50分	大宮小学校
	午後1時～1時30分	原谷苑東門前

市政情報総合案内コールセンター
京都いつでもコール
☎661-3755 FAX661-5855
*番号のお間違いがないようご注意ください
Eメール (ホームページから) 京都いつでもコール 検索

2月・3月は「滞納整理強化期間」です。

特別な事情により、市税の納付が困難な場合は、納税相談を受け付けておりますので、お早めにご相談ください。

問合せ

市税事務所納税室納税第1担当(北区担当) ☎222-3441
*令和元年10月15日から納税相談窓口が、市役所分庁舎に変更となりました。

U-23
応援制
対象者

京都マラソン2020
～出場者インタビュー～ 2/16開催

今年は、北区在住の大学3年生、田中寿幸さんにお話を伺いました。完走目指して頑張ってください！

夢の実現に向け初挑戦！

なぜ京都マラソンに？

「人の夢を支える人になる」。そんな子どもの頃からの夢を実現するための第一歩として、京都マラソンへの出場を決めました。現在、教育系の仕事を目指して勉強中。京都マラソンをはじめ様々なことに挑戦し、多様な経験を積むことで、子ども達の夢を支えてあげられるようにしたいと思っています。

▶普段はどんな練習を？

2日に1回のペースで、1時間ランを。また、体幹を鍛えることと、体を温めるという意味も含めて、走る前には30分ほどの筋トレをしています。

▶京都マラソン2020への意気込みをお願いします。

昔から走ることは得意ではないのですが、夢の実現に一歩でも近づくよう、必ず完走します！

練習中の様子。景色のいい賀茂川がランニングコース！

北区つながるワークショップ
～第4回参加者を募集！～

無料

今年度もユニークなアイデアがたくさん飛び出した「令和元年度北区つながるワークショップ」。この度、今年度の最終回となる第4回を開催します。今まで参加された方はもちろん、これから一緒にやっていきたいという方も、ぜひご参加ください！

取組アイデアを皆の力で実現！

(例)「北区隠れ家サイト」を創設する！
●北区の知られざる絶景！
●居酒屋ならココ！
●北区の遊び場！

1人では難しくても皆となら！

日時

1月26日(日)午前9時30分～午後0時30分

場所

北区役所2階 北区民交流スペース

定員

約40名

申込み

当日までに電話又はメールにてお申し込みください。(氏名、年齢、連絡先をお伝えください。) *当日参加可！

問合せ

地域力推進室企画担当 ☎432-1199
メール:kita-ku@city.kyoto.lg.jp

北区はオレの庭！

北区の名店知ってるよ！

サイト作りは任せて！

点字教室の受講者を募集！ 無料

「難しい！」と思われがちな点字。でも、初歩的なことを学ぶだけで、簡単な手紙のやりとりができるようになります。本教室では、視覚障害者の日常の様子もお伝えしますので、普段の生活で必要なサポート等を学ぶことも。ぜひ、ご参加ください。

日時

2月15日(土)、29日(土)、3月7日(土) 午後2時～4時(全3回)

場所

京都ライトハウス 地下研修室1(北区紫野花ノ坊町11、千本北大路下る西側)

対象

点字や視覚障害者との交流に関心があり、原則として全講座参加できる中学生以上の方

定員

20名

申込み

2月10日(月)必着
下記の連絡先にはがき、FAX、メールにて
<①「点字教室受講希望」②氏名③年齢④住所⑤電話番号>
北区社会福祉協議会(〒603-8143 北区小山上総町3)
☎441-1900 FAX 441-8941 メール info@kitaku-syakyō-kyoto.jp

細街路走行に要注意！

北区内で起こる交通事故は、近年減少傾向。しかし、住宅地など細街路ではまだまだ多いのが現状です。細街路は見通しが悪く、駐車車両の死角から自転車、歩行者が飛び出すおそれ。また、生活道路として頻繁に利用されるうえ、信号の少ない裏道を急ぐ車もあって、交通事故発生のリスクは高くなります。地元の普段通り慣れた道を通行する時でも油断することなく、速度を十分に落とし、安全確認をしっかりとるよう、心掛けてください。

問合せ

北警察署 ☎493-0110

船岡山山頂に、桜をご寄付いただきました！

北区役所では、船岡山と周辺エリアを元気にする取組を地域の皆様と展開中！
この度、渡文(株)代表取締役社長・渡邊隆夫様から、船岡山の一層の魅力向上にと、桜の木と命名プレート、管理経費をご寄付いただきました。この桜は、府立植物園のご協力もあり、この度「文七かすみ桜」と命名。これからの成長に期待ください。

植樹式(12/9)の様子

文七桜

京(きょう)・食(しょく)のクッキング
嬉しいこと尽くめの地産地消！

「新鮮な食材を食べられる！」「地産だから安心！」。今回は地産地消のメリットをご紹介します。講話の後には調理実習も。ぜひ、ご参加ください。

日時

2月14日(金)午前10時～午後0時30分(受付:午前9時45分～)

場所

北区役所2階 栄養実習室(受付:本庁舎1階12番窓口)

内容

講話「適切に食品を選択する力をつけよう～地産地消の魅力～」
講師:北区役所の管理栄養士
調理実習「冬の食材を利用したバランスクッキング」

対象

区内在住の13歳以上の方
料理初心者の方、男性の方もお気軽にご参加ください。

定員

24名(先着順)

費用

500円

持ち物

エプロン・三角巾(バンダナ等)・手ふきタオル

申込み

1月22日(水)～2月12日(水)に電話又は窓口にてお申し込みください。

問合せ

健康長寿推進課健康長寿推進担当 ☎432-1438

献立

●ごはん(京都市内産のお米を使用します♪)
●魚のムニエルカレー風味 旬の野菜ソースあん
●王生菜とあけの炊いたん
●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

男性限定
はじめての栄養塾

「料理を始めてみようかな？」という男性は必見！お米を炊く、だしをとる等の料理の基本を学び、おかずの定番「鶏の照り焼き」に挑戦します！ぜひ、ご参加ください。

日時

2月7日(金)午前10時～午後1時(受付:午前9時45分～)

場所

北区役所西庁舎2階 栄養実習室(受付:本庁舎1階12番窓口)

内容

講話:「料理の基本」 講師:北区役所の管理栄養士
調理実習:「料理の基本に挑戦！鶏の照り焼きを作ろう！」

対象

北区在住の18歳以上の男性の方
料理初心者の方、ぜひお気軽にご参加ください。

定員

18名(先着順)

費用

500円(当日、本庁舎12番窓口でお支払いください。)

持ち物

エプロン・三角巾(バンダナ等)・手ふきタオル

申込み

1月20日(月)～2月5日(水)に電話又は窓口にてお申し込みください。

問合せ

健康長寿推進課健康長寿推進担当 ☎432-1438

