



70th Anniversary

きょうと、京都、ひょうごを彩りにする。  
一歩を駆るなら  
らくたび らくたび

# キタクイズ!!

北区制70周年を記念し、毎月、北区にまつわるクイズを出題。全問正解された方の中から抽選で、北区で作られたお野菜の詰め合わせ（毎月1名）※1と図書カード1,000円（毎月15名）をプレゼント！※2

※1 発送は11月頃を予定 ※2 抽選結果は、商品の発送をもってかえさせていただきます。

あなたの  
北区愛をチェック

解答締切  
5月31日(土)

## 今月のクイズはこちら

**Q1** 京野菜の1つである賀茂なすは、〇〇年前に上賀茂、西賀茂及びその付近特産の大型ナス品種として栽培されるようになった。

①50年前 ②100年前 ③300年前



◆解説 らくたび 代表取締役 若村 亮 様

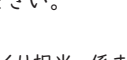
**Q2** モグラを意味する方言で、西賀茂の一部の地区に伝わり、田畑を荒らすモグラを追い出して豊作を祈る節分の風習を何というか。

ひらがな6文字 お〇〇〇〇ち

**応募方法**

ハガキまたはWEBにて  
①お名前 ②住所 ③電話番号 ④解答を明記し、応募ください。

〈ハガキ〉  
〒603-8511  
「北区役所 地域力推進室 まちづくり担当」係まで  
〈WEB〉 右の二次元コードよりご応募ください。



問合せ 地域力推進室 まちづくり担当 ☎432-1208

**令和7年度版「インターバル速歩手帳」を発行!** ← **北区制70周年記念企画つき**

「**インターバル速歩®**」は「ゆっくり歩き」と「さっさと歩き」を3分間ずつ繰り返すトレーニング方法です。北区では、今年も「**インターバル速歩手帳**」を発行。

①**インターバル速歩☆ひろば**    ②**キタエちゃん体操☆ひろば**    ③**公園などの活動**  
に参加してスタンプをゲット(1回参加で1スタンプ)しよう!スタンプを**8個以上**集めた方には、北区オリジナルグッズをプレゼントします(先着順)!  
※インターバル速歩®は、NPO法人熟年体育大学リサーチセンターの登録商標です。

|                                   |                           |
|-----------------------------------|---------------------------|
| <b>配布時期</b> 5月26日(月)~令和8年5月29日(金) | <b>配布場所</b> 区役所本庁舎1階13番窓口 |
| <b>対象</b> 区内在住の方                  |                           |

**北区制70周年記念企画「インターバル速歩スタンプラリー」** **無料**

①②③の活動拠点を巡ってスタンプを集めると、豪華記念品が当たります!  
**(景品例)**・スタンプ3つ以上 → くみひもミニホルダー(100名、先着順)  
・スタンプ5つ以上 → ハンディマッサージ(1名)、  
                                体組成計(2名)ほか(抽選)

|                                 |
|---------------------------------|
| <b>期間</b> 5月26日(月)~令和8年2月27日(金) |
|---------------------------------|

**決回のひろばは情報~さわやかな季節に楽しもう!~**

|                               |                          |
|-------------------------------|--------------------------|
| <b>①キタエちゃん体操☆ひろば</b>          | <b>②インターバル速歩☆ひろば</b>     |
| <b>日時</b> 5月26日(月)10時~11時     | <b>日時</b> 6月9日(月)10時~11時 |
| <b>会場</b> 船岡山公園広場(グラウンド)      | <b>会場</b> 北大路橋西詰北側       |
| <b>内容</b> Happyキタエちゃん体操、ストレッチ | <b>内容</b> インターバル速歩       |

**対象**    医師から運動制限をされていない方  
**持ち物等**    手ぬぐいまたはタオル、水分補給できるもの、動きやすい服装  
**その他**    当日午前9時の時点で雨天、気象警報発令の場合やグラウンドなどの状態が悪い場合は中止します。  
**問合せ**    健康長寿推進担当 ☎432-1438

キタエちゃん体操  
(中級編) 動画

地域支え合い活動創出事業講座

「人生いきいき<sup>くらん</sup>さん談話室」への  
お誘い

この集いでは、参加者一人ひとりが主役で、自分を語り、自分を見つけ、自分の“これから”を設計していきます。「やってみたい」と感じながら一歩を踏みだすという方、人との出会いをとおして、自分に何ができるか新しい自分を見つけてみませんか？

日時 6月11日(水) 13時30分～15時30分  
会場 北老人福祉センター  
〒603-8214 紫野雲林院町44-1  
(北図書館の上3階)  
定員 20名程度(先着順)  
申込・問合せ  
北老人福祉センター ☎492-8845  
地域支え合い活動創出事業  
講座修了生の集い「紫の色」  
北区地域支え合い活動創出コーディネーター共催

## 第31回北区民グラウンド・ゴルフ大会 柏野体振Cチーム優勝

3月23日(日)、終野運動公園で北区民グラウンド・ゴルフ大会が開催されました。15学区38チームが参加され、熱戦の末、以上の結果となりました。

参加された選手の皆様、大変お疲れ様でした。

### <団体の部>

優勝 柏野体振Cチーム  
準優勝 柏野体振Bチーム  
第3位 柏野体振Dチーム

### <個人の部> (敬称略)

優勝 吉田 父佐男 (鷹峯A)  
準優勝 藤田 妙子 (柏野C)  
第3位 中川 鉄夫 (柏野B)

#### 団体の部 優勝

柏野体振Cチーム

#### 団体の部 準優勝

柏野体振Bチーム

#### 団体の部 第3位

柏野体振Dチーム

問合せ 地域力推進室 まちづくり担当

☎432-1038



## 京・食クッキング

～初夏の食育セミナー～

要申込

定員18名  
(先着順)

6月は「食育月間」。京都市では「そうだ、野菜とろう!」キャンペーンを実施しています。

旬の野菜を使いつけ、栄養バランスのよい献立を立てるコツを学んでみませんか?

**日時** 6月11日(水)10時～12時30分

**会場** 北区役所 西庁舎2階 栄養実習室

**内容** 講話「そうだ、野菜とろう!」  
(講師：管理栄養士)  
調理実習「旬野菜たっぷりクッキング」

**対象** 区内在住の18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。)

**参加費** 500円

**持ち物** エプロン、三角巾、手ふきタオル、マスク

**申込** 5月21日(水)～6月6日(金)  
(受付時間：9時～17時)に電話または  
区役所本庁舎1階13番窓口にて

**問合せ** 健康長寿推進担当 ☎432-1438



**献立**

- ・ふわふわ肉団子となつぷり野菜炒め
- ・わかめと香味野菜のきんぴら
- ・夏野菜のジュレ寄せ
- ・牛乳わらびもち

※写真はイメージです。

変更になる場合があります。







**翔鷲小学校と柏野小学校の統合式を実施**

子どもたちの健やかな成長を願う地域・保護者のあたたかい支援のもと、翔鷲小学校と柏野小学校が統合し、4月7日に統合式を開催しました。代表児童は「お世話になっている皆様への感謝の気持ちをお忘れず。みんながみんなを思いやれる学校を築いていくことをここに誓います」と決意を述べました。



**問合せ** 教育委員会 学校統合推進室 ☎371-2009

無料・要申込

定員 各20名(多数抽選)

## 区役所でスマートフォン教室開催!

### ①楽しく学べるスマホ体験講座

価格差を  
解消!

スマートフォンを使ったことのない方や、使い慣れていない方を対象とした講座です。

### ②LINEとスマホ決済講座

スマホデビューから  
もう一歩!

既にスマートフォンをお持ちで、「LINE」アプリの使い方や「スマホ決済」を体験してみたい方向けの講座です。

日時 6月9日(月) ①10時～11時30分  
②13時30分～15時

会場 区役所西庁舎2階 講堂  
持ち物 筆記用具

※スマートフォンは貸出機を使用します。

申込 5月26日(月)必着で、往復はがきに参加者氏名(2名まで)、住所、電話番号、希望講座を明記し、お申し込みください。

〒603-8511

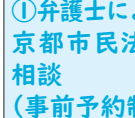
『区役所 地域力推進室 庶務担当』係まで

※結果は、6月上旬に返送します。

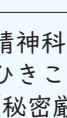
問合せ 地域力推進室 庶務担当 ☎432-1197



# お知らせ



## 相談（無料）

| 内容                                                                                                                            | 日時                                             | 問合せ先                                   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|----------------------------------------|
| <b>①弁護士による<br/>京都市民法法律<br/>相談<br/>（事前予約制）</b>                                                                                 | 毎週水曜日<br>（閉庁日を除く）<br>13時15分～<br>15時35分         | 地域力推進室<br>まちづくり担当<br><b>☎432-1208</b>  |
| 予約ページ→                                     |                                                |                                        |
| <b>申込【インターネット】</b><br>相談日の前週の木曜日9時～日曜日<br><b>【電話・来庁】</b> 相談日の週の月曜日・火曜日<br>9時～17時、相談日当日9時～14時45分<br><b>定員</b> 各7組（1組20分まで）※先着順 |                                                |                                        |
| <b>②行政書士に<br/>よる相談</b>                                                                                                        | 毎月第4木曜日<br>（閉庁日を除く）<br>14時～16時                 | 京都市消費生活<br>総合センター<br><b>☎366-2250</b>  |
| <b>③行政相談<br/>委員による<br/>行政相談</b>                                                                                               | 毎月第3木曜日<br>（閉庁日を除く）<br>13時30分～15時              | 京都行政監視行政<br>相談センター<br><b>☎802-1100</b> |
| <b>④精神科医師<br/>によるこころ<br/>の相談</b>                                                                                              | 精神科医師と相談員が対応します。<br>ひきこもりの相談にも対応します。<br>（秘密厳守） |                                        |
|                                                                                                                               | 第1～4木曜日<br>13時30分～<br>（受付は13時～<br>15時）         | 障害保健福祉課<br><b>☎432-1285</b>            |

①～③の会場は、区役所本庁舎3階 会議室  
④の会場は、区役所西庁舎2階 相談室

**■ここに病気がある方の家族懇談会のご案内**  
ここに病気がある方や長期間ひきこもっておられる方のご家族の悩みや不安について一緒に考えます。  
精神科医師と一緒にお話しませんか。

日時 5月29日(木) 13時30分～15時30分  
会場 区役所西庁舎2階 講堂  
内容 精神科医師との交流  
対象 ここに病気がある方のご家族、長期間ひきこもっておられる方のご家族

申込 5月27日(火)まで  
問合せ 障害保健福祉課 ☎432-1285



**参加無料**

「京都産業大学神山天文台」×「北区役所」

## 天体展望会の参加者を募集します！

北区お住まいの方を対象に、天体展望会のお席を確保いただきました。ぜひ、お申込みください。

※曇天・雨天の場合は、宇宙の3D映像上映や光の実験などを実施いたします。

**日時** 5月17日（土）19時～、19時30分～、20時～  
5月31日（土）、6月14日（土）  
19時30分～、20時～、20時30分～

**会場** 京都産業大学 神山天文台

**申込** 右下の二次元コードから  
（定員各回5名、申込多数の場合は抽選）

結果はメールでお知らせします！

**問合せ** 地域力推進室 まちづくり担当

**☎432-1208**



申込みはこちら↓

# 北区役所

紫野東御所田町3丁目

近隣の方の迷惑になりますので、お車でご利用ください。

にきた！

エコまち

通信

■ 区役所における資源物回収事業

回収品目

「古紙類」「古着類」「小型金属類・スプレー缶」

※スプレー缶は中身を使い切った物

日時

毎週水曜日8時30分～11時30分

(祝日・年末年始は除く)

会場 保健福祉センター駐車場

■ リユース品の回収

子ども服(140cmまで)、絵本、おもちゃ(ぬいぐるみは不可)

※回収したリユース品は、イベントなどで提供されます。

日時

区役所開庁時の8時30分～17時

回収窓口 区役所本庁舎2階 24番窓口

問合せ 北エコまちステーション ☎366-0155



## 北青少年活動センター

紫野西御所田町56 区役所西庁舎3階・4階  
☎451-6700 Fax451-6702 休館日 毎週水曜日

■学習支援のボランティア募集

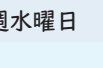
主に中学生を対象にした学習支援のボランティアスタッフを募集しています。

少し年上のお兄さん・お姉さんとして、中学生たちの学習サポートをしませんか。

**日時** 毎週水曜日17時～21時※祝日は休み

**対象** 京都市内に在住または  
通勤・通学先のある大学生・年代  
から30歳までの方

詳しくはこちら→





# 北 消 防 署

## ■北消防団総合査閲を実施します

北消防団では、本年も「北消防団総合査閲」を実施します。消防団員として必要な規律や礼式、小型動力ポンプを使用した消防訓練などを披露します。

ぜひ、会場にお越しください。

日時 5月25日(日) 7時～9時

会場 府立鴨川公園 終野グラウンド

問合せ 北消防署 ☎491-4148

小雨決行



デザイン・音楽・美術など様々なアートを楽しみ、体験できる

**立命館大学 アートヴィレッジ フェスティバル**

日時 6月1日(日) 10時～17時(予定)

会場 立命館大学衣笠キャンパスおよび周辺エリア

申込 一部要事前申込み

※一部、受付を終了している場合があります。

～70周年を記念して、北区の皆様に素敵なプレゼント～  
本紙(市民しんぶん北区版5月15日号)をご持参いただく

■京都市立堂本印象美術館入館料  
の特別割引(20%OFF)

■ポストカード(先着100名)

をプレゼント **6月1日**限り

詳しくはこちら

問合せ 地域力推進室 まちづくり担当 ☎432-1208



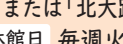
北図書館  
キャラクター  
「にゃんまる」

# 北 図 書 館

紫野雲林院町44-1 市バス「大徳寺前」または「北大路堀川」  
**☎ 492-8810 Fax 491-5033** 休館日 毎週火曜日

**■赤ちゃん絵本の会**  
 日時 6月14日(土) 11時～11時30分  
 対象 乳幼児とその保護者  
 内容 絵本の読み聞かせ、手あそび ほか

**■特別展示**  
 期間 6月1日(日)～6月30日(月)  
 テーマ 「環境月間」



ごみ問題から地球温暖化など、世界規模の課題まで



## 移動図書館「こじか号」

☎ 801-4196

移動図書館こじか号は動くバスの図書館です。

■ 巡回(予定)




こじか号についてはこちら↑

| 月日          | 時間            | 会場         |
|-------------|---------------|------------|
| 6/5<br>(木)  | 10時～10時40分    | 岩戸落葉神社氏子会館 |
|             | 11時～11時40分    | 中川出張所前     |
| 6/12<br>(木) | 10時～10時30分    | 雲ヶ畑小・中学校   |
|             | 11時10分～11時50分 | 大宮小学校      |
|             | 13時20分～13時50分 | 原谷苑東門前     |



## 保健・福祉

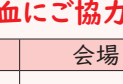
■「あなたに救える命がある」献血にご協力を！

| 月日      | 時間            | 会場   |
|---------|---------------|------|
| 6/12(木) | 10時30分～13時    | 佛教大学 |
|         | 14時20分～16時20分 |      |

※平日休日問わず、献血ルームでも献血いただけます。  
ぜひご予約ください。

- ・献血ルーム四条（四条柳馬場西入）  
☎0120-640-388
- ・献血ルーム京都市駅前（烏丸七条下る）  
☎0120-569-356

問合せ 健康長寿推進課 地域支援担当  
☎432-1306





## 北 警 察 署

### ■5月は「自転車安全利用推進月間」です

自転車安全利用五則

- ①車道が原則、左側を通行  
歩道は例外、歩行者を優先
- ②交差点では信号と一時停止を守って、安全確認
- ③夜間はライトを点灯
- ④飲酒運転は禁止
- ⑤ヘルメットを着用



自転車の交通ルール  
詳しくはこちら→



問合せ 北警察署 ☎493-0110

**FUNAOKA**  
船岡山魅力発信  
船岡山とその周辺  
エリアの魅力を余す  
ところなくご紹介！

こちら  
から→

