

▲新型コロナウイルス感染症の影響に伴い、掲載イベントが中止・変更になる場合があります。
各問い合わせ先にご確認ください。
▲イベント参加の際は、マスクの持参・着用をお願いします。体調不良の際は参加をご遠慮ください。

南区健康づくりサポーター養成講座 (2回シリーズ)

南区健康づくりサポーター「みなみ〜す」は、公園や地域のイベントなどで活動する運動ボランティアです。

「身体を動かしたい!」「何か健康づくりを始めたい!」「地域の取組に参加したい!」という方! 私たちと一緒に健康づくりを始めてみませんか?

南区
健康づくり
サポーター
養成講座

日時 (1回目) **10月 9日(金)** 13:30~15:30

(2回目) **10月22日(木)** 13:30~15:00 (両日受付: 13:15~)

場所 保健福祉センター講堂(ヘルスピア21内)

内容 南区の健康事情について、健康づくりサポーターについて、健康運動指導士による講話と実技、サポーターとの交流など

対象 区内在住の18歳から概ね70歳で運動制限がなく、全2回参加できる方
※全ての回に参加が難しい方はご相談ください。

費用 無料 定員 10名(先着順) 申込 **10月2日(金)** までに電話又は窓口で

※当日は運動しやすい服装で、タオル・飲み物を持参してください。

☎・☎＝健康長寿推進課(健康長寿推進担当) (☎681-3573・3階36番窓口)

食育セミナー 「非常時にも役立つクッキング」

災害時や非常時にも役立ちます!

ポリ袋を使用して「ひとつのお鍋で一度に複数の料理を作ることができる話題の調理法」を体験してみませんか? 普段から覚えておくと、非常時にも役立ちます。みなさまのご参加をお待ちしています☆

日時 **10月7日(水)** 10:30~12:30
場所 保健福祉センター1階 栄養指導室(ヘルスピア21内)
(受付: 区役所3階 36番窓口)

内容 調理実習
「非常時にも役立つクッキング」

対象 区内在住の18歳以上の方
料理初心者の方もお気軽にご参加ください。

定員 6名(先着順)

費用 500円

持ち物 エプロン・マスク・三角巾・手ぶきタオル 2枚

申込 **9月15日(火)から10月5日(月)** までに電話又は窓口で

(受付時間: 9:00~17:00)

☎・☎＝健康長寿推進課(健康長寿推進担当) (☎681-3573・3階36番窓口)

※新型コロナウイルス感染拡大防止対策のため、事前に体調などの確認をさせていただきます。



- 献立
- ◆ごはん
- ◆蒸し魚のとろろがけ
- ◆切干大根のカレー煮
- ◆トマトの野菜ドレッシングがけ
- ◆わかめのみそ汁

※献立は変更になる場合があります

9月は「京都市新型コロナウイルス感染症防止徹底月間」です。
新しい生活スタイルの徹底にご協力をお願いします。

第2回南区SNSフォトコンテスト 「みなみなみつけ」

今年も実施します!

●募集期間 令和3年**1月31日(日)**まで

●応募方法

①撮影する

南区で皆さんが見つけた魅力的な「ひと・もの・こと」「市バスの写真」を撮影

②フォローする

Instagram(@minami_online)をフォロー

③投稿する

「#みなみなみつけ」のハッシュタグをつけ、本文に撮影地を入力して写真を投稿

●賞品

優秀な作品を投稿いただいた方には**京都肉**や**京野菜**など豪華賞品をプレゼント!

●共催 交通局

●協賛 イオンモール KYOTO

詳細はこちら! 南区情報ステーション「みなみなみみオンライン」

☎＝地域力推進室(企画担当) (☎681-3417・1階11番窓口)



第25回 参加者募集!

南区企業の“知”活用促進事業

産業精密機械の設計・製造・販売を行う

「(株)西川製作所」で開催!

当日は、「産業精密機械が貢献できること～with コロナ～」をテーマに、講話や工場の見学等を行います。

同社はテレビやスマートフォンなどに不可欠な電子部品を製造するための産業精密機械等を自社で一貫して生産されています。長年培われた技術をぜひご覧ください。

ご参加お待ちしております!



日時 **10月28日(水)** 14:00~15:00 (受付 13:30~)

場所 株式会社西川製作所 ソニック事業部 (上鳥羽清井町37-1)

対象 区内在住又は通勤・通学の方

定員 10名(応募多数の場合は抽選、当選者には後日案内状を送付)

費用 無料

申込 **9月30日(水)**までに、電話、FAX、南区役所ホームページのいずれかで

☎・☎＝地域力推進室(企画担当) (☎681-3417・FAX671-9653・1階11番窓口)

令和2年度 南区民ふれあいまつり 中止のお知らせ

例年、11月に開催しております南区民ふれあいまつりは、新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から中止となりました。

※ステージ(文化芸能まつり)の出演募集も行いません。

☎＝地域力推進室(まちづくり推進担当) (☎681-3417・1階11番窓口)

ウィズコロナ社会におけるまちづくり活動を支援します!

みなみ力で頑張る! 区民応援事業 2次募集!

南区役所では、区内でのまちづくり活動を資金面からサポートする「みなみ力で頑張る! 区民応援事業」を実施しています。このたび、ウィズコロナ社会でもしっかりと区民の皆様の活動を支援するため2次募集を行います。まずはご相談ください。

枠組	対象団体	補助率 (補助上限額)
一般枠	区内で地域力(みなみ力)、子育て、福祉、健康長寿、文化等に関する 新たなまちづくり活動を行う団体・グループ (既存の団体でも、新たに活動始める場合、その活動については補助の対象にできません。)	対象経費の 1/2 (上限100万円) 補助
地域活性枠	区内で 地域間・世代間の交流促進に向けた取組を行う団体・グループ	対象経費の 3/4 (上限10万円) 補助
まちをはぐくむ活動枠	一般枠又は地域活性枠で継続して活動し、 実績のめざましい取組 又はその活動を継続することによって 他の地域団体等へ広がり、南区の更なる発展につながる取組を行う団体	<一般枠からの継続> 対象経費の 1/3 (上限50万円) 補助 <地域活性枠からの継続> 対象経費の 1/3 (上限5万円) 補助

* 府・地域交響プロジェクト交付金との併用ができます。

●応募方法 申請書を区役所窓口へ提出
(申請用紙は区役所ホームページからダウンロードできます)

みなみ力で頑張る! 区民応援事業 **検索**

●応募期間 **9月30日(水)** まで

☎・☎＝地域力推進室(企画担当) (☎681-3417・1階11番窓口)

「スポーツの秋」～スポーツ時も新型コロナウイルス感染症対策を万全に～

家族や友人などと体を動かし「スポーツの秋」を満喫される方もおられるかと思いますが。新型コロナウイルス感染症対策を取ったうえで、楽しく安全にスポーツに取り組んでください。



- 1 スポーツをするときは、みんなの体調を確認しよう!
- 2 複数人で実施する場合は、参加者の氏名、連絡先の確認を!
- 3 運動中以外はマスクを着けよう! 会話は控えめに!
- 4 手洗い、アルコール等でこまめに手指と運動用具の消毒を!
- 5 できるだけ人との距離をとって、屋内施設では換気をしよう!

「京都市体育振興会連合会の事業における新型コロナウイルス感染症予防ガイドライン」を参照

☎＝地域力推進室(まちづくり推進担当) (☎681-3417・1階11番窓口)

こまめに水分も取ろう!



イオン洛南&南区役所 コラボ企画

みなみな元気第26弾!

お気軽「みなみ〜す体操イベント」

日時 **9月29日(火)** ①13:00~ ②14:30~

内容 音楽に合わせた南区健康づくりサポーター「みなみ〜す」オリジナル体操、ラジオ体操など

場所 イオン洛南ショッピングセンター 2F しあわせ広場

対象 どなたでも

費用 無料

定員 各20名(先着順)

※タオル、飲み物をご持参のうえ、動きやすい服装でお越しください。

☎＝健康長寿推進課(健康長寿推進担当) (☎681-3573・3階36番窓口)

☎＝地域力推進室(まちづくり推進担当)
(☎681-3417・1階11番窓口)



東寺五重塔を描く様子

7月18日(土)、南区文化協議会による「親子の写生会と東寺拝観」がな文化財の拝観も楽しめました。
当日は新型コロナウイルス感染症対策を講じて実施し、南区の親子約80組が参加されました。子どもたちは熱心に絵筆を振るい、保護者の方々は子どもたちを温かく見守る傍ら、貴重な文化財の拝観も楽しめました。
子どもたちが描いた作品は10月14日(水)から16日(金)の開庁時間内(最終日は15時まで)に、区役所1階で展示され、優秀作品を発表します。

親子の
写生会と東寺拝観

みなみの
広場

南消防署 だより

例年、住宅火災で亡くなっている方の約7割が65歳以上の高齢者です。誰しも年を重ねることで火災等の発生に気付きにくなり、結果として逃げ遅れてしまうことがあります。火災から命を守るため、高齢者がお住まいのご家庭では、特に次のことに注意してください。

- ☆「**たばこ**」に **注意** (寝たばこや吸い殻の不始末は大変危険です)
- ☆「**放火**」に **注意** (家の周りに燃えやすい物を置かないようにしましょう)
- ☆「**ごんろ**」に **注意** (調理中、その場を離れないようにしましょう)
- ☆「**電気**」に **注意** (たこ足配線やコンセントの周囲のほこりは火事の元です)
- ☆「**暖房器具**」に **注意** (ストーブ等の近くに燃えやすい物を置かないようにしましょう)

また、火災に早く気付いてくれる「住宅用火災警報器」は、電池が切れると作動しません。点検して取り換える等、きちんと作動するように設置しましょう。

☎＝南消防署 (☎681-0711)



市民公開講座

「みなさんの悩みを 解決します!」

日時 **9月26日(土)** 14:00~16:00

場所 からすま京都ホテル 3階 大宴会場「瑞雲」
(下京区烏丸通り四条下ル)

内容 医師や歯科医師からの講話により、健康長寿のための工夫や取り組み方法を学ぶ

費用 無料 対象 どなたでも

定員 90名(先着順) 申込 電話で



☎・☎＝下京区・南区・東山区在宅医療・介護連携支援センター「連携センターベんけい」 (☎693-8677)

赤い羽根 共同募金運動 10月1日(木)~12月31日(木)

皆様からの温かい募金はお年寄りや子ども、障害のある方の福祉に役立てられています。募金の約6割は南区内の福祉事業に還元され、残りは府内の福祉事業に活用されています。運動期間中、地域委員が募金をお願いいたしますので、地域福祉の向上のため、ご理解とご協力をお願いします。

☎＝地域力推進室(まちづくり推進担当) (☎681-3417・1階11番窓口)

秋の全国交通安全運動を実施
9月21日(月)起~30日(水)
「夕暮れにマナーが光る京の秋」
☎＝市くらし安全推進課 (☎222-3193)