





食育セミナー 「手軽に簡単★いきいき健康クッキング」

栄養バランスを考えた食事や調理は難しそうという方でも実践できる、お惣菜を健康的に活用した食事についてお伝えします。

日時 7月12日(水) 10:00～12:30
場所 区役所別館 1階 栄養指導室 (受付: 区役所3階 ⑥番窓口)
内容 講話
「栄養バランスを考えた食事の選び方」
調理実習
「野菜もしっかり食べよう! アジフライ定食」
対象 区内在住の18歳以上の方
費用 500円
持ち物 マスク・エプロン・三角巾・手ふきタオル
定員 15名(先着順)
申込 6月15日(木)～7月5日(水)に電話又は窓口で
☎・㊟＝いずれも 健康長寿推進課(健康長寿推進担当) (☎681-3573・3階⑥番窓口)

メニュー

- ◆ごはん
- ◆アジフライ
- ◆オクラもずく酢
- ◆具たくさん豚汁
- ◆アップルスティック

※メニューは変更になる場合があります。



「チャレンジキッズクッキング☆じぶんでつくるおひるごはん」

楽しみいっぱい夏休み、親子でクッキングに参加してみませんか?
「自分で作ったよ!」と満足感を得られるように、保護者の方には子どもたちの頑張る姿を見守っていただきます。これをきっかけにお料理に目覚めるかも?
道具の使い方や調理等、ひとつずつ説明しながら進めますので、クッキングが初めてのお子様もお気軽にご参加ください!

日時 8月2日(水) 10:00～12:30
場所 区役所別館 1階 栄養指導室 (受付: 区役所3階 ⑥番窓口)
内容 講話「だしをつかっておひるごはんをつくらう」
調理実習
「やさいたっぷりおひるごはんをつくらう」
対象 区内在住の小学1～3年生
※保護者の方も一緒にご参加ください。
1人500円(保護者・お子様同額)
費用 1人500円(保護者・お子様同額)
持ち物 マスク・エプロン・三角巾・手ふきタオル・お子様の上履きとお箸
定員 18名(先着順)
申込 6月15日(木)～7月26日(水)に電話又は窓口で

メニュー

- ◆ラップおにぎり
- ◆とんべいやき
- ◆やさしいたまご
- ◆きゅうりのこぶちゃづけ
- ◆みそしる
- ◆オレンジゼリー

※メニューは変更になる場合があります。



「出張型地域包括支援センター」おたっしゃ広場 「歩き方測定会」

腰に装着したスマートフォンにより歩き方を分析し、理学療法士がアドバイスします。

日時 6月20日(火)
① 10:00～10:30 ② 10:30～11:00
③ 11:00～11:30 ④ 11:30～12:00
⑤ 13:30～14:30
※ イオンモール内をウォーキングします。
場所 イオンモール京都桂川 1階 竹の広場
費用 無料 **定員** ①～④ 10名 ⑤ 20名
申込 前日までに電話で
☎・㊟＝久世地域包括支援センター (☎933-5787)



「親と子の写生会と東寺拝観」 の開催案内

日時 7月22日(土) 8:45～12:30 (雨天の場合、翌日順延)
場所 東寺境内
内容 南区が誇る世界文化遺産の東寺で、写生会を開催します。子どもたちには写生を通して、保護者の方には東寺境内の拝観を通して、文化財の魅力を感じていただけます。
費用 無料 **定員** 区内の小学生と保護者約150組(先着順)
申込方法 6月23日(金)までに「京都いつでもコール」へ電話・FAX 又はホームページで (詳細は紙面下部  をご覧ください。)
●お申し込みの際は、①氏名(ふりがな) ②電話番号 ③郵便番号・住所 ④学校名・学年 ⑤同伴代表者氏名
※ 兄弟姉妹の幼稚園・保育園児が参加の場合、⑥氏名(ふりがな) ⑦年齢 ⑧幼稚園・保育園名 をご連絡ください。
●当選者の方には、7月上旬に、当選はがきでご連絡いたします。
㊟＝地域力推進室(まちづくり推進担当) (☎681-3417・1階①番窓口)



まちライブラリー 併設カフェがオープン!

八条市営住宅の再整備事業に伴い建てられた分譲マンションの一角に、まちライブラリー*を併設したカフェ「and happiness.」がこのほどオープンし、地域の方が集える憩いの場が新たに設けられました。
*まちライブラリー … カフェ等に設置した本棚に、利用者が本を持ち寄ってつくる私設図書館。

☎＝市・すまいまちづくり課(☎222-4018)、and happiness.(☎050-5218-9179)



市民憲章の推進者を表彰 南区から、区長表彰 10名1団体

このほど、令和5年京都市南区市民憲章推進者の表彰式を開催しました。
京都市市民憲章は、京都を美しく豊かにするために守るべき規範として制定され、日本で最初にできた市民憲章と言われています。
市と区では毎年、清掃活動や、地域活動など、憲章の推進に率先して取り組んでおられる方々や団体を表彰しています。



4年ぶり! 「令和5年度南消防団総合査閲」を開催

5月21日(日)京都市消防活動総合センターにて、南消防団が日頃の訓練成果を発揮する「令和5年度南消防団総合査閲」が開催されました。
当日は、区内12消防分団159名が、規律正しい行進訓練、消防団員の服装や諸動作の点検のほか、小型動力ポンプを活用した操法訓練を行いました。



お知らせコーナー

㊟＝問い合わせ、㊟＝申し込み

区役所

南区西九条南田町1-3
☎681-3111(代) F☎681-5513
●開庁日 土・日・祝日・年末年始 ●市バス 南区総合庁舎前、東寺南門前
●保健福祉センター(区役所別館)は区役所の東隣です。

毎週月・木曜日は障害保健福祉課の窓口 (保健福祉センター内)に手話通訳者が 配置されています。(FAX691-1397)



相談

【弁護士による京都市民法律相談(事前予約制)】

日時 毎水曜(祝日を除く) 13:15～15:35
場所 区役所1階 地域力推進室 相談室
定員 14名(先着順)
申込 相談日の前々日～当日(祝日を除く) 9:00～17:00 (当日15:05まで) 予約専用電話(☎632-8171)又は窓口で
㊟・㊟＝地域力推進室(☎681-3417・1階①番窓口)

【行政書士による困りごと相談】

日時 6月22日(木) 14:00～16:00
場所 区役所1階 地域力推進室 相談室
㊟＝京都府行政書士会事務局(☎692-2500)

【行政相談委員による行政相談】

日時 6月28日(水) 13:30～15:30
場所 京都アバンティ1階特設会場
㊟＝京都行政監視行政相談センター(☎802-1100)

【司法書士による登記・法律無料相談(事前予約制)】

日時 7月20日(木) 13:15～15:45
場所 区役所1階 地域力推進室 相談室
申込 当日までに電話で
㊟・㊟＝京都司法書士会(☎255-2566)

【乳幼児健康相談】

日時 7月6日(木) 10:30～11:00(受付時間)
場所 保健福祉センター(区役所別館)
内容 小児科医師、保健師、管理栄養士による未就学児の相談
定員 8名 **費用** 無料 **申込** 前日までに電話で

【乳幼児歯科相談】

日時 6月27日(火) 13:30～14:30(受付時間)
場所 保健福祉センター(区役所別館)
内容 歯科医師、歯科衛生士による未就学児の相談
定員 10名 **費用** 無料 **申込** 前日までに電話で

子育て支援ルーム「すくすくみなみ」

日程	時間
6月28日(水)、7月5日(水)、7月21日(金)、7月26日(水)	10:00～12:00
7月13日(木)	13:30～15:30

場所 保健福祉センター(区役所別館) 2階
内容 親子同士の交流
対象 乳幼児とその保護者
定員 5組10名(抽選) **費用** 無料
申込 参加希望日の1週間前までにメールで。題名「すくすくみなみ〇月〇日申込」、お子様の氏名・生年月日・保護者氏名・住所・電話番号を記入。
メールアドレス: minami-hagumi@city.kyoto.lg.jp
こちらからも送信いただけます → 
定員に達していない場合、当日参加可能
㊟・㊟＝いずれも 子どもはぐくみ室(☎681-3574・保健福祉センター内②番窓口)

公園であそび隊

内容 地域子育て支援ステーションの職員等による様々な遊びの提供
対象 乳幼児とその保護者 **費用** 無料

日時	場所(雨天時)	定員・申込	申込・問合せ先
6月30日(金) 10:30～12:00	中唐戸児童館 ※室内遊び(中唐戸児童館)	定員なし 申込みなし	山ノ本児童館(☎662-1695)
7月12日(水) 10:30～12:00	唐橋西寺公園(唐橋児童館)	定員なし 申込みなし	唐橋児童館(☎644-5066)

健康長寿

【成人・妊婦歯科相談】

日時 6月28日(水) 9:00～10:30
場所 保健福祉センター(区役所別館)
内容 歯科医師、歯科衛生士による相談
対象 18歳以上の方、妊娠婦の方
費用 無料(申込不要)
※妊娠婦の方は母子健康手帳をご持参ください。
㊟＝健康長寿推進課(☎681-3573・3階⑥番窓口)

【献血会 ～愛の献血にご協力を～】

日時 7月8日(土) 10:00～11:45
場所 イオン洛南ショッピングセンター
㊟＝健康長寿推進課(☎681-3167・3階⑦番窓口)



その他

【「移动式拠点回収事業」を実施(無料)】

資源物(18品目) + 有害・危険ごみ(4品目)
日時 6月24日(土) 9:00～11:00
場所 宮ノ森公園(吉祥院宮ノ東町) 詳しくはこちら → 
㊟＝南部まち美化事務所(☎681-0456)
南エコマチステーション(☎366-0188)



図書館

● 休館日 毎週火曜日(火曜日が祝日の場合は翌平日)、年末年始

南図書館

南区東九条南山王町5-5 市バス 大石橋
☎91-6888 FAX672-9181

●おたのしみ会(絵本の読み聞かせなど)
7月8日(土) 11:00～11:30

吉祥院図書館

南区吉祥院池田町1 市バス 吉祥院前田町
☎681-1281 FAX681-3202

●赤ちゃん絵本の会(赤ちゃん向け絵本の読み聞かせ、手遊び、育児相談など)
6月25日(日)、7月10日(月)、7月17日(月・祝)
10:30～11:00

久世ふれあいセンター図書館

南区久世築山町328 市バス 築山
☎931-0035 FAX931-0026

●ちいさなおはなし会(赤ちゃん向け絵本の読み聞かせ、ふれあい遊びなど)
6月26日(月)、7月10日(月) 10:30～11:00

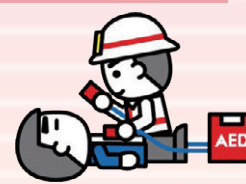
●おたのしみ会(大型絵本の読み聞かせなど)
7月16日(日) 15:00～15:30



南消防署だより

普通救命講習 参加者募集

およそ7.9万人。
この数字は日本で一年間に心臓突然死が原因で命を失った人の数です。
心肺停止から1分以内に救命処置(心肺蘇生)が実施されると救命率が95%ですが、3分以内だと75%、5分以内で25%、7分以内で10%まで下がるというデータがあります。
京都市内では119番通報から救急車が到着するまで7分程かかります。
そのため、命を救うためにはその場に居合わせた皆さん方の力が必要です。
京都市消防局では普通救命講習を実施し、AEDを使用した心肺蘇生法の普及、救命率の向上に努めており、南消防署では講師がこれまでに現場等で経験したことを踏まえ指導しております。
救える命を救うため、ぜひご参加ください。
なお、京都市消防局では救命講習会の受付をLINEでも開始しましたので、こちらから友達追加をお申し込みください。
㊟＝南消防署(☎681-0711)



市政情報総合案内センター 京都いつでもコール

受付時間 午前8時～午後9時(年中無休)
おかけ間違いは「1」を押すと
5分以内でオペレーターが対応します

ホームページ 京都いつでもコール 検索

FAX ☎ 075-661-3755
075-661-5855