「南区役所ホームページ」
トップページにバナー広告を掲載しませんか？ 月額3,000円

京・食（きょう・しょく）クッキング ～秋の食育セミナー～

減塩

9月は食生活改善普及運動月間です。家庭で手軽に減塩できるレシピをお伝えしますので、ぜひご参加ください！

日時 **9月18日（水）10:00～12:30**（受付：9:45～）
場所 保健福祉センター栄養指導室（区役所別館1階）（受付：区役所3階㊱番窓口）
内容 講　話 「おいしく減塩かしこく減塩」 講師：管理栄養士
調理実習 「いろどり野菜の減塩クッキング」
対象 区内在住の18歳以上の方
定員 15名（先着順） 費用 500円
持ち物 エプロン・三角巾・手ふきタオル・マスク
申込 8月15日（木）～9月4日（水）に電話または窓口で
問・申 健康長寿推進課（健康長寿推進担当）（☎681-3573・3階㊱番窓口）

献立
- 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

※変更になる場合があります。

特殊詐欺被害防止
通話録音装置を無償で貸し出します。

特殊詐欺被害の約80%は電話がきっかけ！ 電話に対策を！
これまで正しく装置を取り付けた家庭での被害は0件です！

貸出期間 180日間
※返却時に簡単なアンケートにご協力をお願いします。

通話録音装置は、
- **お使いの電話機に取付可能**
- **通話内容を録音する機能**
- **相手に警告する機能**
- **難しい設定や操作は不要**

で詐欺犯人からの電話を撃退します。

問・申 南警察署（☎682-0110）

調理場からの出火にご用心！

火災件数が増えてます！

（7月4日現在）

	火災件数（昨年比）	死者
京都市	129件（＋26件）	6人（±0人）
南区	14件（＋4件）	2人（＋2人）

- **安全装置のついた調理器具を使用する**
- **調理の際は火の元から離れない**
- **調理後は確実に火を消す**

などの火災予防をお願いします。

問 南消防署（☎681-0711）

全3回開催！ 知って、実践！高血圧予防

高血圧予防をテーマに、全3回にわたりセミナーを開催します。
講話や実践を通して、毎日の生活の中で実践できることを見つけましょう！

日時 ①**9月9日（月）** ②**11月29日（金）** ③**12月3日（火）**
いずれも**14:00～16:15**（受付：13:30～）
場所 イオンモールKYOTO　Sakura館　4階　Kotoホール
内容
①知識編 「高血圧症とは？」 講師 康生会クリニック 医師　桝田 出 氏
「生活習慣を見直そう①」 講話・実技指導 健康運動指導士　山本 孝 氏
②栄養編 「美味しく出汁を活用」 講師 京都鰹節株式会社　案納 正幸 氏
「家庭用血圧計の正しい使い方」 講師 オムロン ヘルスケア株式会社
③運動・歯科編 「高血圧とお口の関係」 講師 区役所　歯科衛生士
「生活習慣を見直そう②」 講話・実技指導 健康運動指導士　山本 孝 氏
★①③は動きやすい服装、運動靴、飲み物持参　★各回、血圧測定を実施します！
対象 区内在住の、血圧が気になる・循環器疾患に関心のある18歳以上の方
※医師による運動制限がない方
定員 30名（先着順）　※3回全てに参加できる方優先 費用 無料
申込 8月15日（木）～9月4日（水）に電話または窓口で
問・申 健康長寿推進課（健康長寿推進担当）（☎681-3573・3階㊱番窓口）

南区 下京区 合同開催!!

第74回 社会を明るくする運動 標語入賞作品

犯罪や非行のない明るい社会を目指す運動が全国的に取り組まれています。「**ゆうき／勇気**」をテーマに標語を区内中学生から募集し、次の作品が入選しました。（敬称略・順不同）

いじめの芽　勇気をだして　つみとろう	洛南高附属中	岡井 綾音
僕たちの　世界は勇気で　変えられる	洛南高附属中	山田 智士
頑張ろう　その一言が　背中押す	九条中	前山 心晴
決めた事　守っていこうと　言う勇気	九条中	笹岡 祐汰
勇気ある　行動一つで　変えられる	八条中	狩野 天佑
いやなこと　ちゃんと「いやだ」と　言う力	八条中	小谷 康太
ふみだそう　私の未来は　無限大	凌風学園	安友 真虹
勇気だせ　友達みんな　味方だよ	凌風学園	池田 真菜
気付かれぬ　小さな勇気も　報われる	久世中	溝口 希美
ありふれた　小さな勇気　「ありがとう」	久世中	麻井 凛花
日常は　小さな勇気で　変えられる	洛南中	久世 絢葉
その言葉　一歩踏み出す　道しるべ	洛南中	中尾 和奏

モラ手芸で楽しく袋を作ろう！

日時 **10月8日（火）、22日（火）（全2回）**いずれも**14:00～16:00**
場所 A・B会議室（区役所別館内）　講師 富永 淑子 氏（中山手芸研究所）
定員 20名（先着順）　費用 2,000円
申込 8月15日（木）～9月2日（月）に電話または窓口で
問・申 地域力推進室（まちづくり推進担当）（☎681-3417・1階⑪番窓口）

みなみの広場

「出張型地域包括支援センター」おたっしゃ広場

「美味しく食べて健康長寿を目指そう」

日時 **8月20日（火）10:10～10:50、11:10～11:50、13:20～14:00、14:20～15:00**
場所 イオンモール京都桂川　1階　竹の広場
内容 栄養士による健康講話、相談
定員 各回30名（先着順）　費用 無料
申込 8月15日（木）～8月19日（月）に電話で
問・申 久世地域包括支援センター（☎933-5787）

「あつまれ！みんなのカフェ」を開催

6月22日（土）、南区役所と京都中小企業家同友会南支部の共催による「あつまれ！みんなのカフェ」を開催しました。

当日は、地域で子育て支援活動をされている方など、約50名が参加し、「子育て」をテーマに、地域の企業の取組を紹介するゲストトークの後、子育てしやすい環境について熱く語り合いました。

南区民ソフトボール大会

7月7日（日）、第68回南区民ソフトボール大会が殿田公園グラウンドで開催され、各学区代表の7チームが白熱した試合を繰り広げ、久世体振が優勝を果たしました。

優　勝	久世 体振
準優勝	祥豊 体振
第三位	塔南 体振
第三位	唐橋 体振

優勝した久世体振の皆さん

精神障害者家族懇談会

日時 **8月21日（水）14:00～16:00**（受付：13:30～）
場所 保健福祉センター講堂（区役所別館内）
内容 「自分自身の生活をみつめて」～家族からの自立に向けて～
講師 京都文教大学 臨床心理学部 准教授 松田 美枝 氏
精神に障がいのある当事者
対象 精神に障害がある方の家族
定員 なし　費用 無料
申込 当日までに電話で
問・申 障害保健福祉課（☎681-3282・保健福祉センター（区役所別館内）①番窓口）

お知らせコーナー

問＝問い合わせ先、申＝申し込み先

区役所
南区西九条南田町1-3
☎681-3111（代）　FAX681-5513

- 閉庁日　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（区役所別館内）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（区役所別館内）に手話通訳者が配置されています。
問 障害保健福祉課（☎681-3282・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
ネット予約 相談日の前週の木曜日9:00～日曜日 予約はこちらから➡（京都市情報館 京都市民法律相談）
電話・窓口予約 相談日の週の月曜日～水曜日（月・火）9:00～17:00、（水）9:00～15:05 予約専用電話（☎632-8171）または窓口で
定員 各7組（1組20分以内）
問 地域力推進室（☎681-3417・1階⑪番窓口）

行政書士による困りごと相談

日時 8月22日（木）14:00～16:00
場所 区役所1階 地域力推進室 相談室
問 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 8月28日（水）13:30～15:30
場所 京都アバンティ1階特設会場
問 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 9月19日（木）13:15～15:45
場所 区役所1階 地域力推進室 相談室
申込 開催日の30日前から電話またはネット予約で　予約はこちらから➡
問・申 京都司法書士会（☎255-2566）

子どもはぐくみ

乳幼児歯科相談

日時 8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）
内容 歯科医、歯科衛生士による未就学児の相談
定員 10名（先着順）　費用 無料
申込 前日までに電話で

乳幼児健康相談

日時 9月5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）
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 5名（先着順）　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
8月22日（木）	13:30～15:30
8月30日（金）、9月4日（水）、9月13日（金）	10:00～12:00

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 なし（申込不要）　費用 無料
※利用者多数の場合は、お待ちいただくことがあります。
問・申 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
定員 なし（申込不要）　費用 無料

日時	場所（雨天時）	問合せ先
9月2日（月）10:30～11:30	明田公園（中止）	希望の家児童館（☎681-9951）山王児童館（☎671-7376）
9月4日（水）10:30～12:00	西ノ庄公園（祥豊児童館）	祥豊児童館（☎693-9208）
9月18日（水）10:30～12:00	唐橋西寺公園（唐橋児童館）	唐橋児童館（☎644-5066）

健康長寿

みなみな元気

①第42弾！「見て元気！ 習って動いてもっと元気！ part3」
②第43弾！「みなみ～ず体操イベント」
日時 ①8月29日（木）14:00～15:00
②9月5日（木）13:00～13:45、14:00～14:45
場所 イオン京都洛南ショッピングセンター 2階 しあわせ広場
定員 各回20名（当日先着順）　費用 無料
※タオル、飲み物をご持参のうえ、動きやすい服装でご参加ください。

成人・妊婦歯科相談

日時 8月28日（水）9:00～10:30
場所 保健福祉センター（区役所別館内）
内容 歯科医師、歯科衛生士による相談
対象 18歳以上の方、妊産婦の方
定員 なし（申込不要）　費用 無料
※妊産婦の方は母子健康手帳をご持参ください。

肺がん・結核検診（胸部エックス線検査）

日時 8月28日（水）、9月11日（水）9:00～10:30
場所 受付：区役所3階㊱番窓口隣
費用 無料（喀痰検査が必要な方は1,000円）
対象 市内在住の40歳以上の方（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）
申込 前日までに電話または窓口で
問・申 いずれも健康長寿推進課（健康長寿推進担当）（☎681-3573・3階㊱番窓口）

献血会～愛の献血にご協力を～

日時 9月16日（月・祝）10:00～11:45、13:00～16:00
場所 イオン京都洛南ショッピングセンター
問 健康長寿推進課（地域支援担当）（☎681-3167・3階㊲番窓口）

その他

日常生活自立支援事業「生活支援員養成研修」

日時 9月11日（水）
〈ビデオ視聴会〉9:30～11:50（オンライン視聴可）
〈講義・グループ別懇談会〉13:20～16:15
場所 ひと・まち交流館京都 2階 第5会議室（河原町通五条下る東側）
資格要件 ①おおむね20歳～満75歳未満の方
②最低月1回、実際に活動可能な方
③本研修の講座をすべて受講した方
定員 65名（先着順）
申込 9月4日（水）までに応募フォーム、電話またはFAXで
問・申 京都市社会福祉協議会（☎354-8734　FAX354-8737）申込はこちらから➡

「移動式拠点回収事業」を実施（無料）

日時 ①9月7日（土）9:00～11:00
②9月16日（月・祝）14:00～16:00
場所 ①八条公園（八条町）
②九条中学校（西九条南小路町）
資源物回収（18品目）＋有害・危険ごみ4品目
詳細はこちらから➡
問 南部まち美化事務所（☎681-0456）
南エコまちステーション（☎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
☎691-6888　FAX672-9181
- おたのしみ会（絵本の読み聞かせなど）9月14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
- 怖いおはなし会（絵本の読み聞かせなど）8月22日（木）18:00～18:40

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）8月26日（月）、9月9日（月）10:30～11:00
- おたのしみ会（絵本の読み聞かせなど）9月15日（日）15:00～15:30

みなみなみなみ オンライン

南区役所では、南区で暮らす「南区 区民レポーター」が、区内のまちづくり活動やおすすめスポットを取材し、更なる魅力を発信する取組を行っています。

記事の閲覧はこちらから⬆