

## みつばち体操に参加しよう!

中京区の健康づくりの輪をひろげるため、「みつばち健康応援隊」と区役所で「みつばち体操」を実施しています。青空の下、屋上に咲く花を見ながら、楽しく体を動かしましょう!

**日時** 毎月第2・4金曜日  
13時半～14時  
※夏季(7月～9月)、冬季(12月～2月)及び雨天時は中止  
**場所** 区役所屋上庭園  
(区役所4階から階段でお上がり下さい。)



予約不要 無料

## 「みつばち健康応援隊(中京健康づくりサポーター)」とは?

健康づくりについて考え、区民が中心となって活力あるまちづくりを目指すボランティア団体です。

- 主な活動内容
- みつばち体操
  - 地域への出前教室
  - ウォーキング など



問合せ 健康長寿推進課 健康長寿推進担当(☎812-2544)

## 引越しのご連絡はお早めに!

引越し等で水道の使用を開始又は中止される時は、あらかじめ(およそ1週間前までに)ご連絡をお願いします。

問合せ 上下水道局北部営業所(☎722-7700)



## 未就園児ママ集まれー!子育てあれこれシェアタイム★ Baby's Support Market / オンラインベビサポ広場

**日時** 4月14日、28日(木) 10時～(1時間程度)

**内容**

- ★前半★ 「ちょっと聞きたいあれこれ」や「オススメの息抜き方法」、「時短家事テクニック」、「月齢別おうち遊び」などを、参加者同士でシェア♪
- ★後半★ インストラクターによる赤ちゃんエクササイズやママのストレッチ! 心身共にリフレッシュできるおやこ時間を一緒にしましょう♪

どなたでもお気軽にご参加ください★



### \*参加方法\*

1. 事前に右記の申込フォームから申込みをお願いします。
2. あらかじめZoomアプリをスマートフォンやPCにダウンロードしてください。
3. 当日、時間になりましたら、開催前にメールにて区役所から送られてきた参加URLとID・パスコードを入力すると、参加いただけます。



問合せ 企画担当(☎812-2421)

## 愛犬の登録と狂犬病予防注射のお知らせ

犬の飼い主は、狂犬病予防法により、飼い犬に年1回の狂犬病予防注射と生涯1回の登録を受けさせることが義務付けられています。必ずお近くの動物病院で狂犬病予防注射を受けさせてください。

※例年、4月に小学校等の会場で実施している「狂犬病予防集合注射」については、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止とさせていただきます。

問合せ 医療衛生センター 中部方面担当(☎746-7212)



## 日曜日にも区役所で転入・転出等の手続きができます

※いずれの窓口でも証明書を請求される際には、運転免許証等の本人確認書類をお持ちください。印鑑登録証明書の請求の場合は、印鑑登録証(カード)が必要です。

開所日時 3月27日、4月3日、いずれも午前9時～正午

| 窓口    | 業務   |
|-------|--|
| 市民窓口課 | 住所異動<br>転入・転出・転居届など<br>[転出届については、郵送による届出が可能です。]<br>(詳しくはホームページをご覧ください。)<br>京都市 郵便 転出届 検索 |
|       | 戸籍届出<br>出生・死亡・婚姻届など  |
|       | 印鑑登録<br>印鑑登録・抹消など  |
|       | 証明書発行<br>住民票の写し、戸籍関係証明書、印鑑登録証明書など  |

※一部取り扱わない業務(税関係証明書の発行など)があります。また、上記取扱業務でも、他機関が閉庁している等の理由で、その場で対応できない場合がございます。

問合せ 市民窓口課(☎812-2437)

### こちらでもご利用ください 証明書発行コーナー(主要5駅)

**場所** 地下鉄京都市役所前(ゼスト御池)・竹田・山科・北大路駅、阪急桂駅  
**時間** 平日 9時～19時  
土・日曜日 9時～17時  
(祝日、振替休日、国民の休日、年末年始を除く)

### 取扱証明書

- ①住民票の写し、②住民票記載事項証明書、③印鑑登録証明書、④税関係証明書、⑤戸籍(除籍)全部(個人)事項証明書及び除籍謄抄本、⑥戸籍の附票の写し、⑦独身証明書、⑧身分証明書

※④が即日発行ができるのは、平日9時～17時のみです。

問合せ 地域自治推進室 市民窓口企画担当(☎222-3085)

## 3・4月は地域力アップキャンペーン月間です!

転入手続きに来られた皆さまは、区役所4階まちづくり推進担当までお越しください! お住まいの学区の地域活動の紹介や、自治会・町内会への加入等のご相談などを承っております。

ご近所づきあい  
新生活を安心に!!



問合せ まちづくり推進担当(☎812-2426)

中止・延期になる場合があります。詳しくは問合せ先にご確認ください。