



65歳からの栄養改善教室

皆で楽しく作って、おいしく食べられる中華風の献立を紹介します！普段あまり調理をされていない方、この頃食事づくりが面倒に感じておられる方向きの内容です。

日時 ①7月18日(金) ②7月25日(金)
いずれも10時～12時半(受付9時45分～)
受付場所 区役所1階 5番窓口
内容 調理実習「お手軽！中華献立」
対象 区内在住の65歳以上の方
料金 500円
持ち物 エプロン、三角巾、手拭きタオル、マスク(調理中着用)
申込方法 6月16日(月)～7月11日(金)に電話または区役所1階6番窓口にて
問合せ 健康長寿推進課 健康長寿推進担当 (☎812-2544 FAX812-0072)

各回12名(先着)



- 【献立】
・さつまいもごはん
・包まないシュウマイ
・中華風 卵とじ
・人参のごま和え
・簡単！バナナアイス
※変更になる場合があります。

※画像はイメージです

第71回 中京区民ソフトボール大会 開催結果

5月11日(日)、朱雀グラウンドにおいて「第71回中京区民ソフトボール大会」が開催され、熱戦が繰り広げられました。

「1部」・「壮年の部」の優勝チームは、11月3日(月・祝)に岩倉東グラウンドで開催される「京都市ソフトボール大会」に中京区代表チームとして出場します。



Table with 3 columns: Division, Rank, and Winning Team. Rows include 1部 (優勝: 朱雀第二学区, 準優勝: 朱雀第五学区), 壮年の部 (優勝: 朱雀第二学区, 準優勝: 朱雀第三学区), and 2部優秀チーム (龍池学区, 朱雀第四学区, 朱雀第七学区).



1部優勝・準優勝チーム (朱二・朱五学区)



壮年の部優勝・準優勝チーム (朱二・朱三学区)

問合せ まちづくり担当(☎812-2426 FAX841-8182)

お知らせコーナー

献血にご協力ください

日時 6月27日(金) 14時～16時
場所 献血ルーム四条
問合せ 健康長寿推進課 地域支援担当 (☎812-2534 FAX812-0072)



献血バス運行スケジュールはこちら▲

困ったら一人で悩まず行政相談 各種相談のご案内

無料

- 場所 区役所1階 特別相談室 (5は3階会議室、6は2階健康相談室)
1 弁護士による市民法律相談(予約制)
日時 毎週水曜日 13時15分～15時35分
受付 相談日の週の月曜日から電話、窓口(1階まちづくり担当)にて予約(平日9時～17時)
2 行政相談委員による行政相談
日時 毎月第1木曜日 13時半～15時半
3 行政書士による困りごと相談
日時 毎月第3火曜日 14時～16時
4 司法書士による登記・法律相談(予約制)
日時 奇数月の第3木曜日 9時半～11時半
5 税理士による税務相談(予約制)
日時 毎月第1水曜日 13時半～15時半

- 2 行政相談委員による行政相談
日時 毎月第1木曜日 13時半～15時半
3 行政書士による困りごと相談
日時 毎月第3火曜日 14時～16時
4 司法書士による登記・法律相談(予約制)
日時 奇数月の第3木曜日 9時半～11時半
5 税理士による税務相談(予約制)
日時 毎月第1水曜日 13時半～15時半

- 6 こころの健康相談
日時 毎月第1～4金曜日 14時～15時半
受付 当日、区役所2階 障害保健福祉課まで
問合せ 障害保健福祉課 (☎812-2594 FAX822-7151)

図書館の展示と貸出 7月のテーマ

「調べ学習と自由研究の本」
「2025年日本国際博覧会」 「京の水」
問合せ 中央図書館 (☎802-3133 FAX812-5816)

花園大学地域連携講座 まなび庵

申込不要 無料

日時 6月25日(水) 16時半～17時40分(開場16時～)
場所 花園大学 せいせいかん 100番教室
テーマ 楠木正成の虚像と実像
問合せ 花園大学地域連携教育センター (☎811-5181 FAX811-9664)



午前8時～午後9時(年中無休) 京都市政情報総合案内コールセンター