

こころ・愛・ふれあいネットワーク講演会

日時 12月10日(水) 13時半～16時
(受付 第1部13時～ 第2部14時半～)

場所 区役所4階 第1会議室

内容 第1部(13時半～14時半)
テーマ：精神保健医療福祉 この20年
ー精神障害者が地域で暮らすためにー
講師：公益財団法人 豊郷病院 精神科
副代表理事・精神科顧問 波床 将材 医師
第2部(14時45分～15時45分)
テーマ：自然な眠りとマインドフルネス
頭の中から少し離れよう
講師：京都大学医学部附属病院 精神科神経科
特定病院助教 安藝 森央 医師
※第1部・第2部どちらかのみの参加も
可能です。

申込方法 10月20日(月)～11月26日(水) に右記
申込フォームまたは電話にて

こころ・愛・ふれあいネットワークとは
こころの病気や障害がある人もない人も、地域の中で安心して自立した生活を送ることができるよう、地域の人々と行政機関・医療機関・福祉施設などの関係機関が、協力して支えあうことを目的として作られた市民参加型のネットワークです。

問合せ 障害保健福祉課(☎812-2594 FAX822-7151)

三条通エリアのめざすまち・みちの姿 ～三条通の交通規制について～

道路空間の利活用を通じた歩きたくなる楽しい道をめざし、昨年度に引き続き、以下の日時に三条通の一部区間を歩行者専用道路とする車両通行規制を行います。皆様のご理解とご協力をお願い申し上げます。

また、中京区「通りの復権プロジェクト※」では、啓発ブースを開設し、「通りの今昔物語」パネルを展示します。ぜひご覧ください。

※歩行者優先の通りづくりの実現に向け、「通りの復権」をキーワードとして道路の利用マナーの向上や美しく安心安全な道路環境の維持に取り組むプロジェクト

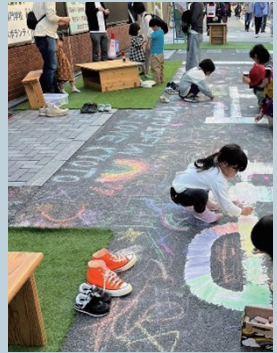
日時 11月2日(日) ①12時～17時
11月8日(土)・9日(日) ③10時～16時
11月15日(土) ②③15時～17時
11月16日(日) ③15時～17時

実施区域 三条通の①両替町通～室町通間、
②東洞院通～烏丸通間、
③富小路通～柳馬場通間

主催 三条通エリアマネジメント検討会議

協力 京の三条まちづくり協議会、通りの復権プロジェクト

問合せ 京の三条まちづくり協議会(担当：辻 ☎090-3277-1234)
まちづくり担当(☎812-2426 FAX841-8182)



お知らせコーナー

秋のみつばちウォーク

日時 11月28日(金) 13時半～16時
(受付13時15分～)

集合場所 区役所4階 第1会議室

内容 中京健康づくりサポーターと一緒に区内のウォーキング(区役所から神泉苑を通過して区役所に戻る約1.2kmのコース)、歩行に関する講話・実技、体操等
※雨天の場合は屋内で実施

参加者には健康長寿のまち・中京オリジナルグッズをプレゼント!

対象 区内在住の18歳以上かつ医師からの運動制限のない方

講師 山本 孝 健康運動指導士

持ち物 運動しやすい服装、飲み物、タオル

申込方法 10月22日(水)～11月7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)

献血にご協力ください

日時 10月25日(土)
10時～12時15分、13時半～16時半

場所 JR二条駅西口BiVi二条前

問合せ 健康長寿推進課 地域支援担当
(☎812-2534 FAX812-0072)

移動式拠点回収を実施します!

日時・場所 ①11月1日(土)
9時～11時 朱三自治会館
13時半～15時半 壬生檜公園

②11月8日(土)
9時～11時 御池中学校南門

問合せ 西部まち美化事務所
(☎882-5787 FAX882-5647)
中京エコまちステーション
(☎366-0180 FAX366-1375)

スターウォッチングin京都市役所

日時 10月31日(金)
18時～20時(受付19時半まで)

場所 京都市役所前広場

内容 月と土星の天体観望会
※曇雨天の場合は中止

問合せ 青少年科学センター
(☎642-1601 FAX642-1605)

日常生活自立支援事業 「生活支援員養成研修」

日時 11月26日(水)
1部<視聴会> 9時半～12時20分
※事前に自宅でのオンライン視聴可
2部<研修> 13時20分～16時15分

場所 ひと・まち交流館 京都(河原町五条下る東側)

対象 ①おおむね20歳～満75歳未満の方
②社会福祉に関心のある方
③月1回～週1回程度の活動可能な方
※1回の活動は1時間程度
※日時は利用者との調整による

申込方法 11月19日(水) までに右記申込フォームまたは電話にて

問合せ 京都市社会福祉協議会 自立支援部
(☎354-8734 FAX354-8737)
中京区社会福祉協議会
(☎822-1011 FAX822-1829)

中京区地域介護予防推進センターの講座

①肩こり改善教室 抽選10名
～肩こり改善に関する体操をお伝えします～
日時 11月20日(木)・11月27日(木)
2回シリーズ 14時45分～15時45分
場所 銅駝会館
対象 区内在住の65歳以上の方で医師からの運動制限のない方

②栄養教室 抽選 各回15名
～管理栄養士による栄養の豆知識が学べます～
日時 12月17日(水)・1月21日(水)・2月18日(水)
3回シリーズ
(1) 13時半～14時半
(2) 14時45分～15時45分
場所 京都アスニー
対象 区内在住の65歳以上の方

申込方法 ①10月31日(金) 12時までに電話にて
②11月21日(金) 12時までに電話にて

問合せ 中京区地域介護予防推進センター
(☎801-0389 FAX801-0352)

古典の日記念事業 図書館寄席

日時 11月16日(日) 14時～14時40分

内容 立命館大学落語研究会による落語の公演と司書による落語をテーマにしたブックトーク

場所・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

日時 10月29日(水)
16時半～17時40分(開場16時～)

場所 花園大学 惺々館100番教室
(西ノ京壺ノ内町8-1)

テーマ 「算数」っておもしろい!～九九の美しさ～

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)
市情報総合案内コールセンター
京都いつでもコール