

中京区文化協議会主催

中京区民文化芸術作品展  
出展作品大募集！

出展無料

展示期間

2月16日(月)～2月20日(金)  
9時～17時 ※最終日は正午まで

展示場所

区役所1階 区民ホール

募集作品数

1人につき1作品のみ(先着60作品)

作品要項

(1)絵画(日本画・洋画・水彩画 他)  
規格:縦100cm×横100cm以内、額装  
(2)写真(モノクロ・カラー※被写体不問)  
規格:縦100cm×横100cm以内、額装またはパネル仕上げ  
(3)書道 規格:縦160cm×横100cm以内、軸または額装  
(4)工芸・陶芸・手芸(題材不問)等 規格:一辺50cm以内  
※規格はすべて、額・軸等を含めたサイズです。

応募資格

区内在住または通勤・通学の方で、2月13日(金)13時～16時に作品の搬入、2月20日(金)の13時～16時に作品の搬出ができる方(代理可)  
※区役所には駐車場がありませんのでご注意ください。

応募方法

申込用紙に必要事項を記入の上、まちづくり担当に提出(申込用紙は区役所4階 まちづくり担当または1階区民ホールにて配架しています。右記の区ホームページからもダウンロードできます。)

応募期間

1月20日(火)～2月3日(火)

その他

作品の取扱いには十分注意しますが、万一の事故に対する責任は負いかねますので、ご了承ください。

問合せ

まちづくり担当(☎812-2426 FAX841-8182)

冬野菜を使ったおすすめレシピ  
「大根の味噌煮」

【材料(2人分)】

大根 …… 300g  
豚もも肉 …… 150g  
青ねぎ …… 10g  
だし汁 …… 1カップ(200ml)  
砂糖 …… 大さじ1(9g)  
味噌 …… 大さじ1(18g)

【作り方】

(1)大根は皮をむき、2cm幅のいちょう切りにする。  
(2)豚もも肉は食べやすい大きさに切る。  
(3)青ねぎは小口切りにする。  
(4)鍋に(1)とだし汁を入れて火にかける。  
大根に火が通ったら、(2)を入れて煮る。  
(5)豚もも肉に火が通ったら、砂糖と味噌を入れて水分がほとんどなくなるまで煮て、最後に(3)を散らす。

【栄養価(1食分)】

エネルギー 188 kcal  
食塩相当量 1.3g

大根が主役の一品♪  
味噌味で、ご飯との  
相性もぴったりです。

他にも様々なレシピが「京・  
けんこうひろば」で掲載さ  
れています。ぜひご覧くだ  
さい！

京・けんこう  
ひろばは  
こちらから▶

中京おいしいヘルシー教室  
「京の朝ごはん健康づくり」

先着40名 無料

朝ごはんのお供、発酵食品「漬物」について、暮らしに根づいた食文化のお話などを聞きながら、美味しい朝ごはんを通じた健康づくりについて考えてみませんか。

日時

2月17日(火) 14時～15時15分(受付13時45分～)

場所

区役所4階 第1会議室

内容

講話 「京の漬物文化と朝ごはん」  
株式会社樹悟 代表取締役社長 宇津 康之 氏  
ミニ講話 「朝ごはん健康づくり」  
中京区役所 管理栄養士

対象

区内在住の方

申込方法

1月20日(火)～2月6日(金)に区ホームページ、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)

各種スポーツ大会の結果報告！

第37回 市民スポーツフェスティバル 中京区チームが大活躍！

令和7年11月16日、第37回市民スポーツフェスティバルが西京極総合運動公園で開催されました。中京区からは、25チームが参加し、リレーカーニバル、ソフトバレーボール、グラウンド・ゴルフの各競技において日頃の練習の成果を発揮しました。

主な競技成績

●リレーカーニバル

優勝(一般男子400mリレー)  
・朱雀第四体育振興会

●ソフトバレーボール

優秀賞(2試合行い、2勝したチーム)  
・本能体育振興会  
・朱雀第一体育振興会  
・朱雀第二体育振興会A  
・朱雀第六体育振興会B  
・朱雀第七体育振興会

●グラウンド・ゴルフ

準優勝  
・朱雀第二体育振興会

リレーカーニバル優勝  
朱雀第四体育振興会

第24回 中京区民グラウンド・ゴルフ大会 乾学区①チーム 優勝！

令和7年11月23日、第24回中京区民グラウンド・ゴルフ大会が朱雀グラウンドで開催されました。晴天の中、26チームが参加し、大会は大いに盛り上がりしました。今年は乾学区①チームが優勝しました！

主な大会結果

優勝 乾学区 ①チーム (169打)  
2位 朱雀第三学区 ①チーム (170打)  
3位 朱雀第五学区 ①チーム (177打)  
ベストスコア賞(個人賞)  
優勝 柴崎 邦寛さん (朱雀第三学区)  
2位 中嶋 利弘さん (本能学区)  
3位 折戸 英夫さん (乾学区)

優勝 乾学区①チーム

大会の様子

こころ・愛・ふれあいマーケット

こころの病気や障害がある方が働いている事業所が出展し、手作り雑貨・野菜などが並びます。市民の皆様との交流が働いている方の励みになります！ぜひ、お立ち寄りください！

日時

2月3日(火)～2月6日(金)  
11時半～14時半

場所

区役所1階 区民ホール

出展予定事業所

2月3日(火)	2月4日(水)	2月5日(木)	2月6日(金)
京都市朱雀工房 (コーヒー)	アトリエとも (雑貨・焼き菓子)	Flower Shop フルレット (ハーバリウム雑貨)	夢花咲塾あけぼの (野菜)
JUJU (プレスレット雑貨)	ぶらす+円町支店 (雑貨)	e-an (雑貨・野菜)	アトリエとも (雑貨・焼き菓子)

※無くなり次第、終了となります。ご了承ください。

問合せ 障害保健福祉課(☎812-2594 FAX822-7151)

中京区役所には一般来庁者用駐車場はありません。ただし、障害のある方などは京都おもいやり駐車場をご利用いただけます。

電話  
FAX  
Eメール(ホームページから)  
※おかけ間違いにご注意ください。  
6661・53875555