みつばち体操に参加しよう！

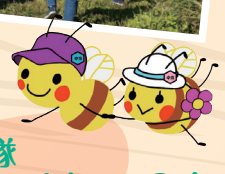
予約不要　無料

中京区の健康づくりの輪を広げるため、区役所と「みつばち健康応援隊」の共催で「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　第２・４金曜日　13時半～14時
※８月と12月の第４金曜日はお休み

場所　区役所屋上庭園または２階　健康指導室
※当日、体操開始前に区役所１階エレベーター前の看板にてお知らせいたします。
※４月10日（金）は、中京区社会福祉協議会２階ふれあいサロン室で実施します。



「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、活力あるまちづくりを目指すボランティアです。
（主な活動内容）みつばち体操、地域への出前教室、ウォーキングイベントなど

みつばち健康応援隊
ウォーキング&ふれあいマップver.1とver.2を配架しています！

- 中京区内の名所を巡りながら、自分のペースで楽しくウォーキングしましょう♪
- 区役所１階　６番窓口で配布。

問合せ　健康長寿推進課　健康長寿推進担当（☎812-2544　FAX812-0072）

朱雀第四小学校制作 SDGsポスター作品展を開催!!

昨年度開催の様子

朱雀第四小学校では、長年、環境教育や人権教育に取り組んでいます。

今回、６年生が総合的な学習の時間で地球温暖化やSDGsについて自分たちができることについて考え、学習してきた成果をポスター作品として展示します。

ぜひご覧いただき、持続可能な未来を将来世代へと引き継ぎ、世界中の人々が笑顔になるためにできることを一緒に考えましょう!!

日　時　３月17日（火）～31日（火）
９時～17時　※土日祝除く

場　所　区役所１階　区民ホール

問合せ　まちづくり担当
（☎ 812-2426　FAX841-8182）

京都市交響楽団 創立70周年 定期演奏会へのご招待

抽選60名　無料

日　　時　５月15日（金）19時～21時

場　　所　京都コンサートホール

公演の詳細はこちらから▶

対　　象　区内在住の小学生以上の方
※小学生は保護者同伴

申込方法　３月23日（月）〈必着〉までに、京都市交響楽団HPのフォームまたは、往復はがきに次の必要事項を明記し、「京都市交響楽団 市民招待担当（〒603-8134　京都市北区出雲路立テ本町86番1）」までお送りください。

必要事項
往信用裏面：①郵便番号②住所③氏名（ふりがな）④年齢⑤電話番号⑥公演名（第711回定期演奏会）
返信用表面：①郵便番号②住所③氏名（ふりがな）

問 合 せ　京都市交響楽団
（☎222-0347　FAX222-0332）

お知らせコーナー

相談

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
（❺は３階会議室、❻は２階健康相談室）
※開催日が祝日の場合は、❶❻は休み、❷、❸、❹、❺は翌週の開催となります。

❶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）
※ウェブ予約は相談日の前週の木曜日９時から日曜日まで可
※相談時間は１名20分まで
問合せ　まちづくり担当
（☎812-2426　FAX841-8182）

❷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
※５月は第２木曜日の14日のみ開催
問合せ　まちづくり担当
（☎812-2426　FAX841-8182）
総務省京都行政監視行政相談センター
（☎802-1100　FAX802-1180）

❸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
問合せ　京都府行政書士会事務局
（☎692-2500　FAX692-3600）

❹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
受　付　電話にて30日前から受付
※相談時間は１名30分程度
問合せ　京都司法書士会事務局
（☎255-2566　FAX222-0466）

❺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
受　付　電話にて（平日10時～16時）
※相談時間は１名20分程度
※既に個人や企業として税理士とご契約・ご相談されている方はご遠慮ください
問合せ　近畿税理士会中京支部
（☎823-5510　FAX823-7760）

❻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・学び

図書の展示と貸出 ４月のテーマ

「『子ども読書の日』関連図書　本のもりへ！」、「ティーンズコーナーへようこそ☆2026」、「京都の風景」

問合せ　中央図書館
（☎802-3133　FAX812-5816）

京都いつでもコール　市政情報総合案内コールセンター
京都いつでもコール
午前8時～午後9時（年中無休）