



6月は食育月間です
京・食クッキング
～初夏の食育セミナー～

各回
先着
12名



京都市では「そうだ、野菜とろう！」キャンペーンを実施しています。京・食クッキングでは、手軽にたくさんの野菜を食べる方法を調理実習で体験できます。ご参加お待ちしております！

- 【実習献立】**
- ごはん
 - トマト出汁で食べる豚肉冷しゃぶ
 - ピーマンとパプリカの塩昆布いため
 - 野菜と油揚げのごま酢和え
 - 米粉で作る水無月
- ※写真はイメージです。
変更になる場合があります。

日時 ①6月12日(金) ②6月19日(金)
時間はいずれも10時～12時半(受付9時45分～)

受付場所 区役所1階 5番窓口
(受付後は区役所2階 栄養調理室へ移動していただきます。)

内容 **講話** 「つなげよう！京の食文化 そうだ、野菜とろう！」
講師：管理栄養士
調理実習
「暑い夏を乗り切ろう！夏野菜で“さっぱり”クッキング」
試食・交流

料金 500円

対象 区内在住で18歳以上の方

持ち物 エプロン、三角巾、手ふきタオル、マスク
(調理中はマスクの着用をお願いします。)

申込方法 5月20日(水)から6月5日(金)までに電話または区役所1階6番窓口にて
※定員になり次第締め切ります。

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



消防訓練

中京消防団員募集中！

中京消防団では、杉下 浩教 第12代団長のもと、23分団、396名の消防団員(うち女性団員81名)が、日々、中京区民の皆様の安心安全のため、防火・防災活動に取り組んでいます。

● **消防団に入団するには？**

区内在住または通勤・通学の18歳以上の方は、中京消防団に入団していただくことができます。
全国的に消防団員数が減少傾向にあり、消防団員の確保は地域防災力の重要な課題となっております。一方でかつての消防団のイメージから変化し、最近では女性消防団員の入団が増加傾向にあり、様々な活動でご活躍いただいております。

LINE 公式アカウント



詳しくは、中京消防署総務課までお問い合わせください。皆様の入団をお待ちしております。また、右記LINE公式アカウントから、入団に伴う相談ができますので、ご利用ください。

● **消防団の活動内容は？**

地域の災害対応力を向上させるための指導をはじめ、火の用心の夜回り、また、災害現場では、警戒区域の設定と群衆整理、人命救助と避難誘導、消火活動の支援、鎮火後の警戒などを行います。



通常点検

● **お知らせ**

消防団員の結束力や技術錬磨を図るため、来る6月7日(日)京都市消防学校において実施される「京都市消防団総合査閲」に中京消防団の代表として、初音分団(分団長 赤木 五郎)が出場されます。

中京区体育振興会連合会
令和8年度各種スポーツ大会
開催予定日



中京区体育振興会連合会では、毎年区民を対象とした様々なスポーツ大会を開催しています。
学区ごとの体育振興会の活動をもとに、中京区スポーツ推進委員会と連携しながら、地域の賑わいづくりを進めています。

問合せ まちづくり担当(☎812-2426 FAX 841-8182)

開催予定日	大会名	会場
6月21日(日)	第72回 中京区民バレーボール大会	にしんでんきアリーナ京都 京都市市民スポーツ会館
11月22日(日)	第25回 中京区民グラウンド・ゴルフ大会	朱雀グラウンド
令和9年 1月17日(日)	第35回 中京区民ボウリング大会	MKボウル上賀茂
2月14日(日)	第27回 中京区民卓球大会	京都市武道センター

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。

6611-538755