

**市長×「西京竹サポ」
おむすびミーティングを開催**

竹エクササイズで
盛り上がる！



12月6日、門川市長が皆さんの活動の場を訪れ、交流する「おむすびミーティング」が、西京保健センターで開催されました。

口腔エクササイズと竹踏みを組み合わせ、音楽にのせて行う「竹エクササイズ」等で健康づくりを進める市民ボランティア「健康づくりサポーター西京竹サポ」のメンバーが、市長を囲んで熱心に意見を交換しました。市長は、メンバーと共に竹エクササイズを体験し、大いに盛り上がりました。



門川市長からは、「こうした取組が健康寿命を延ばすことになる。これからもサポーターの養成や活動を継続して、西京ならではの竹エクササイズを広めてほしい。」との熱いエールが送られました。
※2面に、健康づくりサポーター体験教室のお知らせを掲載しています。



**区市政協力委員と市長との
活発な意見交換会の場
市政懇談会を開催しました**

12月17日、区民と市政とのパイプ役としてご尽力いただいている西京区市政協力委員連絡協議会の各学区・地域の会長の方々と門川大作市長との懇談会を開催しました。
懇談会では、小石玖三主世話人代表から、「地域離れが進みつつあるが、西京区の文化や観光資源を活用して魅力あるまちづくりをしていきたい。」とお話がありました。門川市長からは、「日ごろ自治連合会会長としてもご活躍されている皆さんへ、市政並びに区政の推進へのご尽力に対する感謝の言葉の後、「地域コミュニティの活性化や西京区の地域おこしに取り組み、より活力ある西京区を目指していきたい。」と力強い決意が述べられました。

連載開始から1年を迎えました！
大原野森林公園だより⑬

今月の鳥 ウソ (アトリ科)



見ごろ 11~4月
豆知識 スズメよりやや大きく、雄は頬から喉にかけての部分が高紅色で美しい。鳴き声が口笛に似ており、名前は口笛を意味する古語「うそ」に由来するとの説がある。10羽ほどの群れで行動する。

大原野森林公園
森の案内人
藤井 肇さん



野鳥の観察は冬が一番。木々の葉っぱが落ちて野鳥が見えやすくなります。ほかにも、カラ類やエナガ、カケス、イカル、カシラダカ等の群れをよく見かけます。

ホームページ [大原野公園](#) [問](#) 北部みどり管理事務所 (☎882・7019)

**学習支援NPO
「洛西まなびんぐ」無料学習会**

西京区
地域力
サポート事業

「洛西まなびんぐ」とは

自閉症の子どもたちとの交流を行う団体で、毎月2回、学校の勉強の学習会や読書会を開き、学校の学習で困っている部分をスタッフが丁寧に教えます。また、キャンプや遠足、クリスマス会など、様々な体験ができるイベントを開催しています。ぜひご参加ください。



時 原則第1、第3土曜 午後2時~5時 **所** 西京区大枝西新林町5丁目1-18久栄堂2階202号 **小・中学生** 定各回10人程度 **料** 無料 **開催** の3日前までに **問** まで。 **問** 担当 大谷 (☎050・1490・7648、FAX050・1490・7648、✉rakusai_manabing@hotmail.co.jp)

※ホームページ [洛西まなびんぐ](#)

**祝 京都勢の
歴代最高成績！**

椋原が全国中学校駅伝で2位
12月15日、山口県セミナーパークで開催された第21回全国中学校駅伝の女子で、椋原中学校が見事2位に入りました。これは、京都代表のチームとして、第3回大会の東輝以来の最高成績で、8位入賞の昨年から大きく順位を上げました。
椋原は1区の西川みゆうさんが区間賞の走りを見せ、それを受けて2区以降の選手もしっかりとたすきをつないで、素晴らしい成績を収めました。



＜西京・洛西エコまちステーション＞



エコまちステーションでは、このようなごみ減量推進会議の活動をサポートしています。
問 西京エコまちステーション (☎366・0192)、洛西エコまちステーション (☎366・0194)

ごみ減量推進会議とは
地域住民による自主的なごみの減量やリサイクルの推進等を行う団体です。区内では11の学区・地域で、ごみ減量推進会議が設立されています。今回は、桂東地域ごみ減量推進会議の取組をご紹介します。
今年度、同会議では、「DO YOU KYOTO? クレジット制度」に登録され、CO₂削減に取り組んでおられます。この制度では、削減された量に応じて京都市から奨励金が交付されます。このほか、地域の清掃活動や使用済てんぷら油の回収など、まちの美化やごみの減量リサイクルに関する取組を進めておられます。



◆喫茶コーナー
ゆったりとお茶を飲みながら交流できるスペースです。就労支援のため、障害のある方が接客をしております。



情報掲示板

◆情報掲示板
地域の住民の方による子育て、文化、住民交流、環境などのまちづくり活動をPRできる掲示板です。掲載方法等については、**問**まで。
問 支所総務・防災担当 (☎332・9185)

◆高齢者お悩み相談
高齢者やその家族の支援のため、悩み相談の窓口を設置しています。電話相談も受け付けています。
時 毎週月・木曜 午前10時~正午 **問** 高齢サポート担当 (☎335・2201)、高齢サポート境谷 (☎331・8781)



喫茶コーナー

