

食育セミナー

西山・大原野の食材を使った旬野菜クッキング

からだや環境、家計にやさしい「旬野菜」の魅力を  
知って、毎日の食卓に取り入れてみませんか？地元で  
とれる食材を活かした簡単メニューを楽しく作り、味  
わいましょう。



会場	支所保健福祉センター
日時	3月4日(水) 10時~12時半(受付9時45分~)
内容	●講話「プロに聞く！地元大原野のとれとれ旬野菜の魅力」 講師：大原野地域 農業青年部会員 「地産(知産)地消 ~私たちにできること~」 講師：保健福祉センター 管理栄養士 ●調理実習「大原野の旬を味わうバランス献立」 ●試食・交流
対象・定員	区内在住で18歳以上の方 24名(申込先着順)
問合せ先	支保健康長寿推進課 (☎332・8140)

★保育あります！  
対象：幼児  
(1歳6か月~就学前)  
定員：6名

¥500円(調理材料費)  
要エプロン、三角巾、  
手拭きタオル  
申2月17日(月)  
8時半から問へ。

献立  
◆ごはん  
◆もやし入り豚つくね金ごま風味  
◆旬野菜の彩りスープ  
◆キャベツの酢みそあえ  
◆きなこミルクもち  
※献立は変更することがあります



西京ふれあい吹奏楽祭

西京の将来を担う  
子どもたちによる音  
楽文化の魅力発信と  
して、西京ふれあい  
吹奏楽祭を今年も開  
催します。この1年  
間、日々研鑽を重ね  
てきた区内の小学  
校、中学校、高等学  
校の生徒が、その成  
果を発表しますので、ご家族・ご友人  
など多数お誘いあわせのうえ、ぜひお越しください。



!!お客様による会場内での撮影・録音は、お断りします。

時3月7日(土) 10~16時頃(開場9時半~)

所西文化会館ウエスティ

定448名(当日先着順)

!!満席等により入場制限する場合があります。

出演予定校 小学校(桂)、中学校(洛西・松尾・桂・榎原・桂川・  
大枝・西陵・大原野)、高校(洛西・桂・京都明德)

問区役所まちづくり推進担当 (☎381・7197)

らくさいマルシェ

らくさいマルシェの開催

毎月最終土曜日の恒例イベントを2月は閏  
日に開催！魅力あふれる手作り商品の販売に  
加え、4年に1度しかないこの日を記念して  
閏年にちなんだお楽しみ企画も！また、2月  
の「肉(29)の日」も4年に1度しかないの  
で、マルシェでお肉料理を食べませんか？西  
京区のマスコットキャラクター「たけにょん」  
のステージもあり、ご家族で楽しめますので  
ぜひご来場ください。



時2月29日(土) 10~16時  
所ラクセーナ広場(洛西タカシマヤ 北側)  
主催・問らくさいマルシェ実行委員会  
(☒rakusaimarche01@gmail.com)

4年に1度しか  
ない閏日に開催する  
にょん!



健康づくりサポーター  
西京竹サポと歩く

西京健康ウォーキング

区役所から嵐山渡月橋付近まで桂川沿いを歩くコースです。途中  
小倉百人一首歌碑を巡ります。

時3月4日(水) 9時半~12時頃(受付9時15分~)

集合 区役所大会議室

!!雨天時は区役所大会議室にて体操などを行います。  
※嵐山(中ノ島)公園付近で解散となります。

定50名(申込先着順)

対区内在住で、医師から運動制限をされていない方、  
未舗装路の歩行に不安のない方

要飲み物、タオル

!!ウォーキングに適した服装・靴でお越しください。

申2月17日(月) 8時半から問へ。

問区保健康長寿推進課 (☎381・7643)



亀岡市との住民交流

「かめおかecoマルシェ」オープン!

「サンガスタジアムby KYOCERA」の隣のJ R  
亀岡駅北広場において、亀岡産の野菜やお肉など  
を使ったグルメを堪能できる「かめおかeco  
マルシェ」を開催します。

京都サンガのホームゲームのある日は、「かめ  
おかecoマルシェ」へお越  
しいいただき、  
食やイベント、  
そして京都サ  
ンガの試合な  
ど1日楽しんで  
ください。



1月11日に完成した  
サンガスタジアムby KYOCERA(府立京都スタジアム)

時京都サンガのホームゲーム日の11時から開催  
(初回は、3月1日(日) V・ファーレン長崎戦)  
所JR亀岡駅北側の広場(駅隣接)  
!!駐車場はありませんので、公共交通機関でご来  
場ください。  
問亀岡コンベンションビューロー  
(☎0771・22・0282)

自然がいっぱい!

洛西  
ニュー  
タウン



Photo: 三上祥子さん

今月の植物 アセビ(馬酔木)(ツツジ科)

見ごろ 2~4月

生育地 新林池公園他

豆知識 日本特産の常緑低木で、茶庭や庭園、  
公園に植栽される。2~4月に、枝先に壺形の  
小さくて白い花が多数垂れ下がって咲く。花冠  
は浅く5つに裂ける。有毒成分を含み、誤食に  
は注意が必要である。奈良公園ではシカが食  
べなかつたために多く見られる。園芸品種ア  
ケボノアセビは薄紅色の花をつける。  
(解説: 神戸教育短期大学 片山雅男教授)

西京区民デー

京都ハンナリーズ VS  
レバンガ北海道

区内在住・在学・在  
勤の方は、区民デーに  
開催される試合の当日  
券に特別割引が適用さ  
れます。

ハンナリーズを  
応援しに来てね!

時2月29日(土)

18時5分試合開始予定

3月1日(日)

14時5分試合開始予定

所ハンナリーズアリーナ  
(右京区西京極新明町1)

要区内在住・在学・在勤のい  
ずれかを証明できるもの

¥当日券2階ベンチ自由席・2階ゴー  
ルエンド席

大人1,500円(通常2,500円)

小・中・高500円(通常1,000円)

問京都ハンナリーズ

(☎050・5533・5588)

