



地域環境美化功績者表彰伝達式が行われました

環境省では、環境保全、地域環境保全および地域環境美化に関して、顕著な功績があった個人や団体に対し、毎年度、環境大臣による表彰を行っています。

この度、桂東学区の平野安彦氏が令和5年度地域環境美化功績者表彰を受賞され、6月23日に区役所で伝達式が行われました。

平野安彦氏は、地域美化活動に取り組むだけでなく、地域の花や緑を育てる活動にも尽力され、その功績が評価され受賞につながりました。おめでとうございます。



平野安彦氏(写真中央)

洛西支所は、日本元気グループおよび京都市住宅供給公社と包括連携に関する協定を締結しました

日本元気グループ、市住宅供給公社および洛西支所は、洛西地域の医療・介護などの区民サービスの向上を図り、安心・安全の地域づくり、ひいては洛西地域の活性化に向けて相互の連携を強化することについて、包括連携協定を締結しました。

今後、三者で連携し、医療・介護などの環境整備の推進、ICT・DXを活用した洛西地域の医療・介護ネットワークの構築などに取り組んでいきます。

リニューアル後のラクセーナには、令和6年10月ごろ、日本元気グループ傘下の西京都病院が医療モールを開設する予定です。

問支所総務・防災担当 ☎332-9185



秋の京・食クッキング「秋の旬の食材を利用した減塩クッキング」

9月は食生活改善普及月間です。
塩分控えめでもおいしく食べられるコツをお伝えします。

【献立】 ※変更の場合あり
ごはん あんかけやわらか豆腐ハンバーグ
主菜 きこの梅しそ和え
副菜 おいものだしスープ
汁物 季節のフルーツのごま和え
冷菜



西京区役所		洛西支所	
時	①9月28日(木) ②10月12日(木) いずれも10時～12時半(受付9時45分～)	③9月22日(金) ④9月26日(火) いずれも10時半～12時半(受付10時10分～)	
所	区別栄養実習室	区栄養実習室	
問	区健康長寿推進課 ☎381-7643	区健康長寿推進課 ☎332-8140	

内ミニ講話(講師:管理栄養士)、調理実習および試食
¥1人500円 要エプロン、三角巾、手ふきタオル、筆記用具、マスク
定各日12名(申込先着順) 申8月21日(月)から開催日の1週間前までに問へ

らくさい健康長寿プロジェクト コラボ講演会 歩いてのばそう健幸寿命!

健幸の達人?!



講話「今日からできる!フレイル予防」
京都女子大学家政学部食物栄養学科 教授
京都女子大学栄養クリニック長 宮脇尚志氏

文化浴の達人



講話「ウォーキング&文化を楽しむ
洛西健康さんぽ」
一般社団法人文化浴の森 代表理事
澤野ともえ氏

運動実技もあります!

講師:フィットネスクラブピノス洛西口



自称「ウォーキングマニア」
コーディネーター
京都市西京区在宅医療・
介護連携支援センター長
土井たかし 医師

時10月10日(火) 13時半～16時

所支所2階大会議室

対・定実施日時点で40歳以上の方、80名(申込先着順)

申9月7日(木) 9時から問へ

問区健康長寿推進課 ☎332-8140

区ホームページ▶



区民バドミントン祭・区民ソフトバレーボール祭(7月2日開催)

第4回区民バドミントン祭 優秀賞

桂東チーム
川岡チーム
川岡東チーム
松尾チーム



第20回区民ソフトバレーボール祭 優秀賞

桂Aチーム
桂Bチーム
松尾Aチーム
桂坂チーム



区民ボウリング大会(6月18日開催)

【団体】 優勝 桂坂体育振興会
準優勝 大原野体育振興会
第3位 松尾体育振興会

【個人】 男優勝 東郷 勇(川岡)
準優勝 松本 博美(松尾)
第3位 中村 光孝(大原野)
女優勝 村井 聡子(大枝)
準優勝 石田 エリアノア(樫原)
第3位 長谷川 幸子(桂坂)



桂坂
体育振興会

情報コーナー

定期

各種無料相談のご案内

行政書士(当日先着順)

時9月19日(火) 13時半～16時

所区役所2階小会議室

問京都府行政書士会 ☎692-2500

司法書士(予約優先)

時8月28日(月) 13時半～16時

所区役所2階小会議室

申8月25日(金) 17時までに問へ

問京都司法書士会 ☎255-2566

西京老人福祉センター ☎392-4705

●すこやか講座「骨粗しょう症に関するお話」

時9月14日(木) 14～15時

時8月28日(月)から来所または電話で

洛西老人福祉センター ☎335-0766

●同好会作品展

「水彩画同好会」

時9月1日(金)～9月12日(火)

「水墨画同好会」

時9月14日(木)～9月27日(水)

※初日12時から最終日14時まで

●敬老の日スペシャル!

ものづくり講座「タイル張りコースター」

時9月16日(土) 9時半～11時半

講師京都府職業能力開発協会

「ものづくりマイスター」

¥100円

(中学生以下の同伴可。中学生以下は無料)

申8月26日(土)から9月8日(金)までに

来所または電話で(申込先着順)

西京図書館 ☎392-5558

・保育士によるあかちゃん絵本の会

時9月9日(土) 11時～

・たんぽぽの会による絵本の読み聞かせ

時9月16日(土) 15時～

洛西図書館 ☎333-0577

・赤ちゃん絵本をひらく会

時8月24日(木) 11時～

・おたのしみ会

時9月2日(土) 14時～

移動図書館「にじか号」巡回 ☎801-4196

	10時～10時40分	桂東小
8月31日(木)	11時20分～11時50分	右京の里自治会館北側
	13時～13時半	大原野小
9月6日(水)	10時～10時半	松尾小
	10時50分～11時50分	嵐山東小

子育て

らくさいきのひろば

(支所1階ロビー 子育て支援スペース)

・えほんとふれあおう!

時9月14日(木) 14時～15時半

申・問支所総務・防災担当 ☎332-9185

・ぐんぐん☆ぶらす

時8月21日(月) 10時15分～11時半

9月11日(月) 10時15分～11時半

申・問区保子どもはぐくみ室 ☎332-9186



区ホームページ▶

健康

人生100年時代の学び舎 「生活習慣病予防教室」

～快適な毎日を過ごすために～

<第1回>総論編

生活習慣病について知り、病気や症状の悪化を予防するコツを一緒に学びましょう!

時9月7日(木) 14時～15時半(受付13時半～)

所区役所2階大会議室

問医師による講話

「あなたの腎臓は大丈夫ですか?」

講師:宮田 仁美氏(京都桂病院 腎臓内科部長)

○血圧測定、血管年齢測定(聴講者対象)

申8月21日(月)から9月4日(月)までに問へ

(申込先着順)

問区保健康長寿推進課 ☎381-7643

「竹エクササイズ教室」

時①9月11日(月) ②10月16日(月)

①②とも10時半～11時半(受付10時15分～)

所区役所2階大会議室

※医師から運動制限を受けていない18歳以上の方

申①8月28日(月)から②10月2日(月)から問へ

(申込先着順)

問区保健康長寿推進課 ☎381-7643

らくサポと歩く 9月らくさい健康ウォーキング

時9月27日(水)

9時半～11時45分ごろ

(受付9時15分～)

コースひまわりコース

(約5km)

集合支所正面玄関

※8時半時点で雨天の場合は中止

※医師から運動制限を受けていない、未舗装の道路

の歩行に不安のない方

申9月12日(火) 9時から問へ(申込先着順)

問区保健康長寿推進課 ☎332-8140

問区保健康長寿推進課 ☎332-8140

胸部(結核・肺がん)検診(予約制)

日時(いずれも9時～10時半)	場所
8月22日(火)	9月12日(火) 区役所保健福祉センター別館
9月1日(金)	9月15日(金) 支所

※40歳以上の方

申・問区保健康長寿推進課 ☎381-7643

区保健康長寿推進課 ☎332-8140

その他

すまいの将来を考える ～お持ちの家をどうしますか?～

ご自宅の管理に困っている方、誰も住んでいない住宅を所有している方などに向けて、権利関係や境界問題などの整理によって資産価値を高める提案や、リフォーム、賃貸、売却などの活用提案を行います。

時9月15日(金) 13時～16時半

所区役所2階中会議室

申8月20日(木)から9月14日(木)までに、住所、

氏名、ふりがな、電話番号を問へ(申込先着順)

問京安心すまいセンター

(下京区西木屋町通上ノ口上る梅湊町83-1、

☎744-1670、FAX 744-1637)

※相談時間:相談者1組につき45分

こちら西京119

子どもの火遊びをなくしましょう

○ライターやマッチなどを、子どもの手の届くところに置かない。

○不要なライターは処分する。

○子どもだけを残して外出しない。

○日ごろから火の怖さを教える。



問西京消防署 ☎392-6071

西京警察 110番

第10回西京小学生交通安全ポスターコンクール 表彰式&記念講演会

時9月18日(月・祝)

表彰式:10時～10時20分(9時40分開場)

講演会:10時20分～11時20分

所西文化会館ウエスティホール

講師山口 直範氏(大阪国際大学 教授)

テーマ子どもと高齢者の交通安全を考える

問西京警察署 ☎391-0110

詐欺電話にだまされないで!

警察官や医師、百貨店従業員などを名乗る者からの特殊詐欺の電話が区内でも多数発生しています。

お金に関する電話は詐欺の可能性が高いため、一度電話を切って家族や警察に相談してください。

パソコンにウイルス感染などのポップアップ警告表示がでて電子マネーを購入させる詐欺も発生しています。注意しましょう。

被害を防ぐポイント

○キャッシュカードは渡さない。

○暗証番号は教えない。

○防犯機能付き電話を設置する。

○ATM利用限度額を引き下げる。

○「プリペイドカードを購入して」に注意する。

問西京警察署 ☎391-0110



亀岡市との住民交流

川の駅・亀岡水辺公園 デイキャンプ

「川の駅・亀岡水辺公園」では、「子どもから大人まで誰もがワクワクする保津川づくり」をテーマに、デイキャンプやバーベキューなどが体験できます。目前には静かな流れの川があり、水辺で遊ぶことができます。トイレや更衣室も完備しています。

所川の駅・亀岡水辺公園
(亀岡市千代川町今津大縄場26-3地先)

アクセス京都総質自動車道「千代川IC」から車で約3分、JR山陰本線/嵯峨野線「千代川駅」から徒歩約5分

※亀岡市民以外の場合、
デイキャンプ1区画利用2,250円～
(40㎡・50㎡区画、10名まで)

詳細はホームページにて

問保津川遊船企業組合

☎0771-55-9755



▲公式ホームページ