京都市
CITY OF KYOTO

＜報道発表資料＞

令和７年９月２６日
京都市西京区役所健康長寿推進課

人生１００年時代の学び舎
「にしきょう健康経営応援プログラム」の開催

西京区では、生涯現役で働く世代の健康づくりと西京区の企業の健康経営を応援する取組として、生活習慣病予防に関する講座を開催します。

● 日時
令和７年１１月７日（金）
午後３時３０分～午後４時３０分（午後３時　受付開始）

● 場所　　西京区役所　東庁舎５階会議室（〒615-8522 京都市西京区上桂森下町 25－1）

● 内容
講演・実技
「働き盛りの今だから始めよう！運動習慣
～1 日 10 分！「姿勢が良くなる歩き方」で集中力とやる気アップ～」
講師　京都桂病院リハビリテーション科科長　理学療法士　原　弘明　氏

● 対象　　西京区民または西京区にお勤めの方

● 定員　　３５名（先着順）

● 申込方法
（１） 申込期間
令和７年１０月２０日（月）～１０月３１日（金）
（２） 申込方法
お電話、メール（申込フォーム）のいずれかでお申込みください。
・電話　　０７５－３８１－７６４３
・申込フォーム　https://www.city.kyoto.lg.jp/nisikyo/page/0000344347.html

京都市
CITY OF KYOTO

● 共催　西京区役所
　　京都桂病院・三菱京都病院・シミズ病院・西京都病院

● 協力　一般社団法人　京都中小企業家同友会　西京支部

＜参考＞　西京・医療出前講座

　西京区では、地域の皆様の病気の予防や健康づくりの推進を目的として、令和４年２月から西京区内の病院と区役所が協働で「西京・医療出前講座」を実施しています。

　京都桂病院、三菱京都病院、シミズ病院、西京都病院の医師、看護師、医療スタッフが皆様の地域に出向き、医療や病気の予防に関するテーマを分かりやすくお話しします。

詳しくはこちら

西京区マスコットキャラクター
「にしきょう・たけにょん」

＜お問合わせ先＞

　京都市西京区役所保健福祉センター健康長寿推進課
　電話：０７５－３８１－７６４３