

2023 8/15

市民しんぶん

左京区版



左京区シンボルマーク

左京区役所

ホームページは

こちら



4年ぶりの開催!

左京ボイス

左京区民

ふれあいまつり

2023

9月24日 日

10:00

↓

15:00

週末開催

会場 左京区役所

入場無料

お食事券等「ご当地景品」がもらえる企画も!

左京の魅力、大集合!

区内の学生や各種団体、事業者の皆さまによるワークショップ、飲食ブースやステージパフォーマンスなど、左京の魅力が詰まった、子どもから大人まで楽しめる内容を企画しています。ぜひ遊びに来てください!



伝統産業品制作体験



学生によるステージ企画



子ども消防隊変身コーナー



詳細は
こちらから

地下鉄 松ヶ崎駅 地下鉄烏丸線

北山通

左京区総合庁舎

左京区総合庁舎前

京都工芸繊維大学

左京区総合庁舎・京都工芸繊維大学前

松ヶ崎浄水場

三軒宮

高木町

北大路通

松ヶ崎通

北泉通

※駐車場はございませんので公共交通機関でお越しください。

・地下鉄「松ヶ崎駅」から徒歩約8分

・市バス「高木町」から徒歩約9分

・市バス「左京区総合庁舎前」から徒歩約3分

・市バス「左京区総合庁舎・京都工芸繊維大学前」から徒歩約2分

※雨天決行、荒天中止。中止の場合は順延なし。

荒天時等の開催有無は、当日午前8時から「京都いつでもコール」にご確認ください。(☎075-661-3755、FAX075-661-5855)

※おかけ間違いにご注意ください。

問合せ 左京区民ふれあい事業実行委員会

(事務局 地域力推進室まちづくり推進担当 ☎075-702-1029 FAX075-702-1303)

視覚に障害のある方を対象に点字版・文字拡大版・テープ版・CD（デージー）版も発行。【問合せ】広報担当（☎ 222-3094 FAX 213-0286）

健康長寿・福祉

左京・健康なまちづくりプロジェクト

受けよう!がん検診～あんしん&早期発見～
がん検診ガイド(左京区版)を発行します!

がん検診、受けていますか?
より分かりやすく、がんの予防や各種検診内容、健康づくり事業の紹介などについてまとめた、左京区独自の『がん検診ガイド』を作成しました。ぜひご活用ください!

- 仕様 冊子(A4フルカラー16ページ)
- 配布場所 健康長寿推進課 ほか
- 問合せ 同課(☎075-702-1219)



デジタルブックでも
ご覧になれます!



健康長寿・福祉

食育セミナー(軽食編)

今日から実践できるお・い・し・い減塩

塩分の摂り過ぎは身体に良くないと分かっていても、『塩分を減らした食事なんて物足りない』と思っている方におすすめの教室です。



- 日時 9月20日(水) 10:00～12:30
- 場所 区役所3階 講堂(当日受付場所:2階22番窓口 9:30～)
- 内容 ・減塩についての講話(区役所管理栄養士)
・簡単な調理実習(副菜2品程度)と試食
- 対象 18歳以上の区民
- 定員 30名(先着順)
- 参加費 300円(軽食程度)
- 持ち物 エプロン、三角巾、手ふきタオル、筆記用具、マスク(着用のうえご参加ください)
- 申込み 8月29日(火) 9:00～電話にて受付
- 問合せ 健康長寿推進課(☎075-702-1219)



文化・観光・スポーツ

左京体振ニュース

【6月18日】令和5年度左京区民
バレーボール祭結果
(女子)

優秀チーム(2勝したチーム)

松ヶ崎体育振興会チーム、静原体育振興会チーム、

市原野体育振興会チーム、明德体育振興会チーム

優勝 松ヶ崎体育振興会チーム

準優勝 静原体育振興会チーム

(男子)

優秀チーム(2勝したチーム)

明德体育振興会チーム、広河原体育振興会チーム

優勝 明德体育振興会チーム

準優勝 広河原体育振興会チーム



松ヶ崎体育振興会
チームの皆さん



明德体育振興会
チームの皆さん

【7月9日】令和5年度左京区民ソフトバレーボール祭結果
優秀チーム(2勝したチーム)

浄染体育振興会チーム、北白川体育振興会チーム、葵体育振興会チーム、

修学院第二体育振興会チーム、松ヶ崎体育振興会チーム、

明德体育振興会チーム

「各学区民体育祭の日程」(8月15日現在)

みなさまぜひお越しください。

体振名	会場	開催日	予備日	体振名	会場	開催日	予備日
鞍馬	鞍馬小学校	9月16日	9月17日	下鴨	下鴨小学校	10月8日	10月9日
広河原	旧堰源小学校	9月17日	9月24日	葵	葵小学校		
八樹	花背中小学校	9月23日	9月24日	修学院	修学院小学校		
岩倉北	岩倉北小学校	9月24日	10月1日	修学院第二	修学院第二小学校		
八瀬	八瀬小学校			岩倉南	岩倉南小学校		
大原	京都大原学院	10月1日	10月8日	市原野	川島織物 セルコグラウンド	10月8日	10月15日
吉田	第四錦林小学校		10月15日	久多	久多グラウンド		
明德	明德小学校		10月29日	上高野	上高野小学校		
岡崎	錦林小学校		雨天中止・予備日なし	新洞	元新洞小学校	10月15日	雨天中止・予備日なし
静原	元静原小学校	10月8日	10月9日	松ヶ崎	松ヶ崎小学校		
川東	錦林小学校			聖護院	錦林小学校		
錦林東山	第三錦林小学校			北白川	北白川小学校		
養正	養正小学校			浄染	第三錦林小学校		10月29日
養徳	高野中学校						

くらし

京北・左京山間部農林業振興センター

左京区久多地域

とちの実の収穫ボランティア参加者募集

急傾斜を移動します。健脚の方のご応募お待ちしております。

- 日時 9月10日(日) 9:00～15:00
(雨天の場合翌週17日(日)に延期)
- 集合場所 久多の里自然環境活用センター(久多下の町37-1)
- 内容 とちの実収穫作業。昼食付。
(片道約30分の山道を登り、収穫後下山。)
- 定員 20名(多数抽選) 費用 300円(保険料)
- 申込み 8月31日(木)までに氏名・住所・年齢・電話番号を
久多里山協会へ
- 問合せ 久多里山協会(☎075-748-2180)
担当 駒池☎090-6798-6330)
京北・左京山間部農林業振興センター(☎075-852-1817)



健康長寿・福祉

左京区多職種連携会／
左京区地域介護予防推進センター

～左京区民健康増進
プロジェクト～

さきょうらいふ the わんだーらんど

フレイル※予防をテーマに、各種測定と医師・
歯科医師・薬剤師・管理栄養士等各種相談
ブースが出展するライフイベントです!

今の体力レベル、身体の状態を認識し、元気
なうちからフレイル予防に取り組みましょう!!

※年を重ねることにより身体や心が弱った状態のこと。

- 日時 9月3日(日) 10:00～15:00
- 場所 区役所1階会議室
- 対象 区内在住の方
- 内容 各種相談、体力測定・筋肉量／骨密度
／血管年齢／肌年齢／舌圧測定、公
園体操体験、フレイル対策に必要な栄
養素の講義、お菓子の分包装体験 など
裸足になれるようにしてください。
- 服装 各種測定100名(先着順)
- 費用 無料
- 申込み 不要。直接、会場へお越しください。
- 問合せ 当センター(☎075-762-5529)



健康長寿・福祉

日常生活自立支援事業
生活支援員養成
研修の開催

～高齢者や知的・精神障害な
どのある方が安心して地域
生活を送るためのお手伝い～

- 日時 9月21日(木)
〈ビデオ視聴会〉
9:30～13:40
(事前オンライン視聴も可)
〈研修〉
14:00～16:15
- 場所 ひと・まち交流館
京都2階大会議室
- 対象 おおむね20歳～
満75歳未満の方
※上記研修全ての受講が必要
- 申込み 左京区社会福祉協
議会(☎075-723
-5666)

こちらからも
申込みできます。
申込締切
9月14日(木)





サキヨウ定期便

◆無料相談

相談	日時	場所
弁護士 (京都市民 法律相談)	毎週水曜日 13:15～15:35	区役所1階相談室
	相談日の週の月～水曜日 9:00～17:00 (水曜日は13:00まで)に要予約	
	定 員 14組(1組20分以内)	
	問合せ 地域力推進室まちづくり推進担当(☎075-702-1029)	
司法書士	9月14日(木) (事前予約制) 13:30～16:30	区役所1階相談室
	申込み・問合せ 京都司法書士会(☎075-255-2566)	
行政書士	9月12日(火) 14:00～16:00	区役所1階相談室
	問合せ 京都府行政書士会第4支部事務局(☎075-741-3567)	
行政相談員	9月19日(火) 13:30～15:00	区役所1階相談室
	問合せ 総務省京都行政監視行政相談センター(☎075-802-1100)	

◆移動図書館「こじか号」



巡回日程			
8月	21日 (月)	10:30～11:00	広河原伝兵衛前
		11:20～11:50	元JA京都中央花背支店前
		13:00～13:30	花背小中学校
		13:50～14:20	元別所小学校
	23日 (水)	10:00～11:00	京都大原学院(大原小中学校)
		11:20～11:50	元JA静原支所横
		13:00～13:40	元静原小学校
	25日 (金)	10:00～10:40	修学院小学校
		11:00～11:40	上高野小学校
		13:00～13:40	八瀬小学校
9月	1日 (金)	10:00～10:40	市原野小学校
		11:00～11:30	鞍馬本町かどや駐車場
		13:00～13:40	鞍馬小学校
	13日 (水)	10:30～11:00	広河原伝兵衛前
		11:20～11:50	元JA京都中央花背支店前
		13:00～13:30	花背小中学校
		13:50～14:20	元別所小学校

問合せ 移動図書館 (☎075-801-4196)

◆岩倉図書館・左京図書館

◎岩倉図書館

「テーマ別図書の展示と貸し出し」

テーマ 「年をとるってどんなこと?」
日 時 9月1日(金)～9月30日(土)
場 所 図書館内児童コーナー
費 用 無料 (申込み) 不要

「絵本とうたのコンサート」

出 演 チャーチストリートバンド
日 時 9月17日(日)14:00～14:40
場 所 児童コーナー (対 象) 幼児～小学生
定 員 30名程度(先着順) (費 用) 無料 (申込み) 不要
問合せ 当館(☎075-702-8510)

◎左京図書館

「テーマ別図書の展示と貸し出し」

テーマ 「防災」
日 時 9月1日(金)～9月30日(土)
場 所 中央展示棚 (費 用) 無料 (申込み) 不要

「おたのしみ会」

絵本の読み聞かせなど
日 時 9月23日(土・祝)11:00～11:30
場 所 児童コーナー (対 象) 幼児～小学校低学年
定 員 20名(先着順) (費 用) 無料 (申込み) 不要
問合せ 当館(☎075-722-4032)



左京さくらちゃん体操 ～ほっこりストレッチバージョン③～

健康長寿・福祉



ヨウ
(腰背部)

次は腰と背中ストレッチです。
体の側面や背中を気持ちよく伸ばします。

にっこり元気左ポーターズ(健康づくり
サポーター)の皆さんが考案した健康
づくり体操です。



右腕上げて横に

右腕をあげて体
側を左に伸ばし
ます。



左腕上げて横に

左腕をあげて体
側を右に伸ばし
ます。



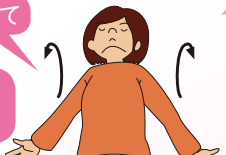
左京さくらちゃん 体操ひろば

毎週水曜日(祝日
除く)14:00から
30分程度
区役所3階講堂にて
開催中

問合せ
健康長寿推進課
(☎075-702-1219)

背中を反って

左右各々
前に伸ばす



腕を広げ胸を開きます。

背中を丸めて

両手を肩に当てて背中を丸
め、背中と腰を伸ばします。

お知らせ

左京老人福祉センター

大人のぬり絵サロン

リラックス効果や癒し効果のある人気のぬり絵です。

日 時 9月8日(金)、19日(火)いずれも13:30～15:30
場 所 当センター 多目的室
対 象 市内在住60歳以上の方
持ち物 上履き、飲み物、色鉛筆
定 員 各15名(先着順) (費 用) 無料
申込み 8月26日(土)9:00～電話又は直接当センターへ
問合せ 当センター(☎075-722-4650)

サキヨウふもと



大原の里山風景
(びーちゃんばーちゃんさま)

左京ボイス

お便り(メール) 募集中

本紙の感想をお送り
ください。区内の風景
写真もお願いします。
(写真は紙面に掲載する場
合があります)

お送りいただいた方の中から抽選で

「愛し、恋し、江戸絵画」展覧会チケットをペア5組様にプレゼント

応募方法 ①氏名及びペンネーム②年齢③住所④電話番号⑤本紙の
感想(必須)⑥左京区の風景写真(任意。できるだけメール添
付。紙のお写真の返却不可)にコメントを記入の上、メールか郵
便で送付。

応募先 【メール】件名に「左京ボイスチケット応募8月号」と明記し、
sakyo@city.kyoto.lg.jpまで
【郵便】〒606-8511左京区役所地域力推進室「左京ボイス」
8月号担当まで

応募締切 8月31日(木)(必着)

当選者の発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。

開館25周年記念展I「愛し、恋し、江戸絵画 ―若冲・北斎・江戸琳派―」

多彩なコレクションから選りすぐりの江戸絵画をご紹介します。日本美術の優美さ、
力強さに触れてみませんか。

期 間 9月5日(火)～11月5日(日) (入館料) 一般 1,400円 学生 1,100円

休館日 月曜日(祝日の場合、翌火曜日)

会場・問合せ 細見美術館(岡崎最勝寺町6-3 ☎075-752-5555)

伊藤若冲 群鶏図(部分)
寛政8年(1796)頃 細見美術館蔵



一般チケットをペアで5組様にプレゼント

◆有害・危険ごみ等の移動式拠点回収を実施

リサイクル可能な資源物や正しい捨て方がわからない等の理由から家に置いたままになりがちな
「有害・危険ごみ」を回収します。

対象(22品目)

【資源物】 古紙類、古着類、木の枝、陶磁器製の食器など

【有害・危険ごみ】 石油類、化学薬品、塗料など

※詳しい内容については、配架中のチラシやホームページをご確認ください。

日時		場所
9月2日(土)	9:00～11:00	大原出張所前
	13:00～15:00	中川原公園



移動式拠点回収

検 索

問合せ 東部まち美化事務所(☎075-722-4345) 左京エコマチステーション(☎075-366-0821)

プラスチックによる海洋汚染や気候変動問題対策として、プラスチックのリサイクルを進めています。

プラスチック類の分別回収にご協力ください。

令和5年4月からプラスチック製品の分別回収がスタートしました。 **問合せ** 環境政策局 循環型社会推進部 資源循環推進課
☎ 075-222-3946 FAX 075-213-0453

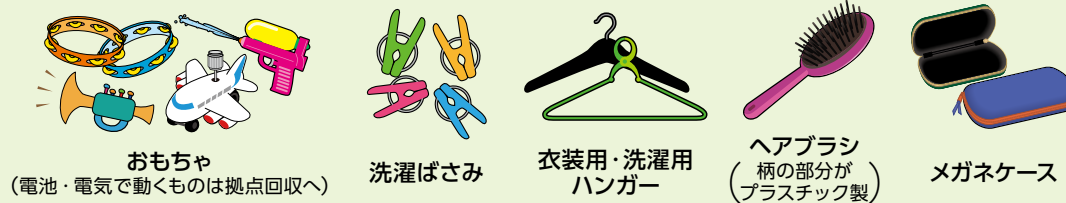
プラスチック製品 と **プラスチック製の「容器」と「包装」** を **一緒に入れて** お出してください。

プラスチック製品（例）
プラスチック類

100%プラスチック素材を使用したもの



大部分がプラスチック素材であるもの



トレイ類、ボトル類、袋類、カップ類、キャップ類、緩衝材（発泡スチロールなど）

商品を入れた「容器」や「包装」で、中身の商品を取り出したあと、不要になるもの



目印は マーク

民間業者が収集するマンションの場合

無色透明又は白色透明の袋をご使用ください。
ごみの出し方の詳細は、マンションの管理会社へお問い合わせください。



ごみの分別案内はこちら

ごみ分別案内アプリ「さんあ〜る」



iPhone用



Android用

分別の名称は「プラスチック類」です。

※収集日は、**プラスチック類**の日です。

※ペットボトルは、引き続き資源ごみとして「缶・びん・ペットボトル」の収集日にお出してください。

※生ごみ類、リサイクルできない紙類、ガラス類は、引き続き**黄色の燃やすごみ用指定袋**でお出してください。



プラスチック製品として分別回収できないもの(例)

拠点回収	大型ごみ	交付された医療機関・薬局	燃やすごみ
リチウムイオン電池など電池・電気で動くおもちゃや小型家電など 刃物類・ライター※1	クーラーボックス スーツケース ポリタンク	在宅医療器具	ビニール傘※2 一般用抗原検査キット※3 ひも状、シート状で長さが50cm以上のもの※2

※1 ライターはガスを使い切ったものは水に浸して「燃やすごみ」へ ※2 リサイクル設備に影響を与えるもの ※3 感染症等拡大防止のため

お願い! 「分別するのめんどくさい」「少しくらい大丈夫」が大きな火災事故につながります!

携帯扇風機、電子たばこ、モバイルバッテリーなど **リチウムイオン電池使用製品**は、ごみ収集車やごみ処理施設での火災の原因となるので、資源ごみや燃やすごみでは **絶対に出さないでください!!!**

リチウムイオン電池使用製品の詳しい排出方法については、こちらからアクセスしてください。



東北部クリーンセンターの火災被害状況