

楽しみながらリフレッシュを

自然に触れる2講座を募集



季節の花が植えられたプランターや、きれいに生けられた生花など、「花」が身近にあると、気持ちも和みます。「お花は大好きだけど、植え方がよくわからない」といった不安や悩みを解消する、園芸初心者向けの「園芸基礎講座」。

日時	対象者	定員
第1回 9月12日(木) 午後1時30分~3時	下京区民	先着30人
第2回 12月5日(木) 午後1時30分~3時	申込み 8月19日(月) 申込み方法 地域振興課の窓口で参加費一括(4千円)を添えて申込んでください。	
第3回 来年3月6日(木) 午後1時30分~3時		

園芸基礎講座を開催

開催し、季節の花などを材料に、専門家から園芸の楽しみ方を学びます。

場所	費用	テーマ
下京区総合庁舎 4階 会議室	4千円(3回合計)	第1回「秋の園芸」(材料費 千円)
		第2回「迎春の園芸」(材料費 千円)

園部町にある、り深高原「心と身体の癒しの森」で自然のふれあいを楽しんでもらう。下京区民健康づくり教室の参加者を募集します。残暑が厳しい下京のまちを一日だけ離れて、さわやかな風が吹き抜ける高原で、夏の疲れを癒してみませんか。

内容	申し込み
健康講座 「生活習慣病の予防と健康づくり」について	往復はがきに、住所・氏名・電話番号を記入して郵送。1枚のはがきで2人まで申込みできます。
癒し体験、天然ラドン温泉、自然石ヒーリング体験、ジャグジー、温泉水	申込先 〒600-8588 下京区役所地域振興課「健康教室」係

り深高原で癒し体験

9月18日(水) 雨天でも決行します 集合・出発時刻 午前9時 集合場所 下京区役所前 開催予定 午後5時ごろ 行き先 り深高原 「心と身体の癒しの森」

敬老乗車証をお持ちの方へ

市では、高齢者のみなさんがさまざまな社会活動に参加し、生きがいを持って暮らさうため、満70歳以上の方、市バス・地下鉄などに無料で乗車できる「敬老乗車証」を交付しています。

今年は一斉更新の年です

現在、交付している敬老乗車証は、9月30日(月)で有効期間が終了し、「利用したくない」という方が増えています。今年は一斉更新の年です。

忘れなく

敬老乗車証の更新期間は2年間で、1年おきに「再更新」が必要です。

不審電話にご注意を!!

「市民窓口課職員」を名乗って聞き出し、最近、会社や施設へ、区役所市民窓口課の職員、などと名乗って電話し、お金の借入れや、区役所や氏名・年齢などを聞き出すと、不審な電話が多発しています。

新規に敬老乗車証を申請するには?

対象者 市内在住で住民基本台帳から外国人登録原簿に登録されている満70歳以上の方

税金について

納期限が過ぎた 市税の納め方は? 市税には、納めていただく期限があります。

各種スポーツ大会結果

大会名	優勝チーム
下京区少年野球選手権大会	崇仁少年野球部
下京区民バレーボール祭	豊園体育振興会
	修徳体育振興会
	有隣体育振興会
	稚松体育振興会
	安寧体育振興会
	大内体育振興会
	七条体育振興会
下京区民ソフトバレーボール祭	豊園体育振興会
	有隣体育振興会
	尚徳体育振興会
	大内体育振興会
	光徳体育振興会
	七条体育振興会

シックハウス症候群に悩まれている方へ

快適な住まいは換気と掃除から 原因 対策 症状



症状が室内環境汚染に起因している場合はシックハウス症候群と呼ばれています。

音楽で広げよう地域の輪

第6回「梅小路ふれあいコンサート」 安寧・大内・梅連少年補導委員会では、音楽を通して親子や地域のふれあいの輪を広げようと、今年もふれあいコンサートを開催します。

けすぞう君の防災Q&A 地震対策



大正12(1923)年9月1日に発生した関東大震災は、多くの死者・負傷者を出し、大きな被害をもたらしました。この災害を教訓として災害への備えを忘れないために、昭和57(1982)年に「防災の日」が制定されました。

Q 地震への備えは、どうしたらいいの?

A 地震はいつ起きるか予測できません。そこで、常日ごろからの心がけが大切です。



家族との連絡方法を確認しておきましょう。出入り口に物を置かないなど、避難路を確保しておきましょう。



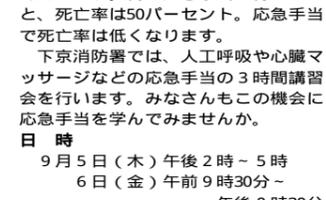
けすぞう君の防災Q&A 地震対策



一人ひとりの心がけ次第で、地震による被害を最小限に抑えることができます。

「応急手当」ができますか?

9月9日は「救急の日」です。119番通報をしてから、救急車が到着するまでの数分間に、応急手当ができるかどうかは、人の命を左右します。



下京消防署では、人工呼吸や心臓マッサージなどの応急手当の3時間講習会を行います。

市・府民税第2期分の納期限は9月2日(月)です