

お知らせ

区役所への郵便物は郵便番号(〒600-8588)を記載するだけで届きます(住所不要)

4月	日	月	火	水	木	金	土
							1
	2	3	4	5	6	7	8
	9	10	11	12	13	14	15
	16	17	18	19	20	21	22
	23	24	25	26	27	28	29

5月	日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6	
	7	8	9	10	11	12	13
	14	15	16	17	18	19	20
	21	22	23	24	25	26	27
	28	29	30	31			

下京区役所 (区民部・福祉部・保健部)

〒600-8588 区民部 庶務 351・4439
下京区西洞院通塩小路上 福祉部 351・8752
☎371・7101 (代) 保健部 351・9028

京都市国民健康保険料の納付は口座振替をご利用ください

口座振替を利用すると、保険料が毎回納期の末日にご指定の口座から自動的に引き落とされるので大変便利です。

申込みには、領収書または納入通知書などの国保記号番号がわかるもの、預金(貯金)通帳、通帳届出の印鑑を持って、取引のある金融機関または郵便局の窓口にお越しください。

☎ 保険年金課保険料担当 (☎371・7253)

保健

場所の記載がないものは、下京保健所で実施
骨粗しょう症予防健康診査

日時 5月1日(月)午前9時～10時30分

結果説明 5月15日(月)午前9時～10時30分

対象 18～69歳の方

費用 1,000円(手背X線撮影など)

申込み 電話にて受付中

☎ 健康づくり推進課普及担当 (☎371・7292)

子育てサポート教室

日時 4月24日(月)午後1時15分～3時

申込み 電話にて受付中

☎ 健康づくり推進課指導担当 (☎371・7293)

乳幼児健康相談

日時 4月27日(木)午前9時～10時

申込み 電話にて受付中

☎ 健康づくり推進課保健担当 (☎371・7291)

基本健康診査・肺がん検診

日時 5月15日(月)午前9時～10時30分

対象 40歳以上の方 費用 500円

申込み 電話にて受付中

☎ 健康づくり推進課保健担当 (☎371・7291)

献血

●日時 5月16日(火)

午前10時～正午、午後1時～3時

場所 修徳せんだんホール(新町通松原下る)

●日時 5月24日(水)

午前10時～11時30分、午後0時30分～4時

場所 元格致小学校

☎ 健康づくり推進課管理担当 (☎371・7265)

下京青少年活動センター(ユースサービス下京)

〒600-8871 ☎314・5636
下京区七条通 314・5640
七本松上る一筋目西入 ☒shimosei@jade.dti.ne.jp

電話・FAX・Eメールで申込受付
レクリエーションカレッジ前期受講者募集

(財)日本レクリエーション協会公認のレクリエーションインストラクターの資格取得のための講座です。前期後期ともに受講すると、資格取得に必要な実技及び理論の単位を取得することができます。

日時 6月11日、7月2日・23日、8月6日(全

て日曜日) 午前10時～午後6時

対象 高校生以上の方(生涯スポーツや福祉レクリエーションなどに興味のある方・教育や福祉の現場で活動されている方)

定員 20人(先着順)

費用 8,000円(テキスト代含む)

申込み 4月16日～(単位ごとの申込みも可)
フリースタイルダンス・ファンクミックダンス参加者募集

ジャズやヒップホップのリズムやステップを盛り込んだストリート系のダンスレッスンです。

フリースタイルダンス

日時 5月12日～9月29日の毎週金曜日

午後7時30分～8時45分(全20回)

対象 市内に在住または通学・通学先のある高校生～30歳の方

費用 11,000円(一括払い)

定員 15人(先着順) 申込み 受付中

ファンクミックダンス

日時 5月13日～9月16日の毎週土曜日

午後5時30分～6時45分(全15回)

対象 市内に在住または通学先のある中高生

費用 1,500円×5か月(分割払い)

7,000円(一括払い)

定員 15人(先着順) 申込み 受付中

トレーニングルームの開放

フリーウェイトを中心とした器具を置いています。

日時 月～土曜日 午前10時～午後9時

日曜日・祝日 午前10時～午後6時

水曜日休館

対象 市内に在住または通学・通学先のある高校生～30歳の方

その他 初めて利用される方は、毎週木曜日(午後7時30分～8時30分)に実施しているトレーニング教室(費用400円)に参加し、トレーナーから器具の使用方法や個別のメニューについての指導を受けてください。

中学生のスポーツタイム

センターの体育館を中学生に開放しています。

日時 毎週火曜日 午後5時～7時

対象 市内に在住または通学先のある中高生

持ち物 体育館用の上履き

ぶれいじむ参加者募集

センターの体育館を小学生に開放しています。

日時 毎週土曜日 午後1時～3時

対象 市内に在住または通学先のある小学生

持ち物 体育館用の上履き

その他 しもせいチャレンジキッズの登録が必要(登録料500円)

下京図書館

〒600-8449 下京区新町通松原下る ☎351・8196

「子ども読書の日」記念おたのしみ会

詳細は、下段の記事をご覧ください。

テーマ別図書の展示と貸出し

期間 4月30日(日)まで

内容 「子育て」

場所 特設コーナー

テーマ別絵本の展示と貸出し

期間 4月30日(日)まで

内容 「子ども読書の日」

場所 特設コーナー

下京老人福祉センター

〒600-8166 下京区花屋町通室町西入 ☎341・1730

市内に在住の60歳以上の方対象。詳しくは、老人福祉センターへお問い合わせください。

ゆうゆう講座

日時 5月30日(火)午後1時30分～3時

場所 下京老人福祉センター

内容 チューブを使った筋力強化運動

講師 鶴田佳津子氏(健康運動指導士)

費用 無料 申込み 不要

同好会会員の募集

各同好会とも見学をしていただけます。

同好会名	活動日	時間
切り絵同好会	第1・3水曜	午前10時～正午
新スポーツ同好会	第1・3月曜	
舞踊同好会	第2・4金曜	
和風会(詩吟)	第2・4火曜	午後1時～3時
編み物同好会	第2・4月曜	
みどり会句会	第3水曜	
緑樹会(俳句)	第3金曜	

5月1日は、固定資産税・都市計画税

第1期分の納期限です

納期限を過ぎますと、延滞金がかかりますのでご注意ください。
市税の納付には、便利で確実な口座振替をご利用ください。

☎ 市民税課 (☎371・7171)

「子ども読書の日」
記念おたのしみ会に行こう!

下京図書館では、4月23日の「子ども読書の日」にちなみ、記念おたのしみ会を開催します。エプロンが物語りの舞台となる人形劇「エプロンシアター」や紙バックを回すと次々現れる絵が楽しめる「バックシアター」をぜひ見に来てください。

4月22日(土) 午前11時
バネルシアター(絵人形劇)
「とんでったバナナ」
大型絵本のよみがせ
「三びきのこぶた」
4月29日(土) 午前11時
かみふうせん文庫が出演します。
バネルシアター(絵人形劇)
「くいしんぼうのおばけちゃん」
「とっこつうか ひっこつうか」
エプロンシアター
「ジャックと豆の木」

バックシアター
「ゆうたくんちのいばりいぬ」