

# 区民が主役の まちづくりサポート事業のイベント情報

## 参加型!文化芸術マルシェ

8月の1カ月間、インプロ（即興演劇）やピアノワークショップなど、音楽・書道・朗読・茶道といった、文化芸術に関わる公演や体験会を開催します！詳しい内容はお問い合わせください。

日程 8月（内容によって異なります）

場所 カフェギャラリーときじく（下京区天神前町334）

費用 公演および体験会1人1回につき500円

申込み 不要（予約された方は優先して参加できます）



マルシェで買物するように、参加したい演目を選ぼう！

☎ 文化芸術マルシェ運営委員会  
☎748-1506  
メールtokijikyoto@gmail.com

## プレミアムフライデービアストリート

8、9月のプレミアムフライデーに、嶋原商店街を歩行者専用道路とし、ビールなどの飲み物や軽食の販売を行います！ぜひお越しください！

日時 8月31日(金)、9月28日(金) 18:00~20:00

場所 嶋原商店街(島原大門~壬生川通)



月末の金曜日をみんなで楽しもう！

☎ 嶋原商店街振興組合 ☎351-2792

## 全市統一企画

# 京・食クッキング 秋の食育セミナー

「実りの秋はいつも体重が増えてしまう」「残暑厳しく食欲不振で体重が減ってしまった」なんてことはありませんか？旬の食材を取り入れた献立による調理実習で、エネルギーを上手にコントロールする工夫を栄養士から提案します。あなたに合った食べ方を見つけてみましょう。

日時 9月28日(金) 10時~12時30分(受付 9時45分)  
場所 区役所2階 栄養指導室  
内容 講話「健康的な体重を維持しましょう」  
実習「秋の旬野菜を使った献立」

対象 区内在住の18歳以上の方

定員 24名(先着順) 費用 500円

持ち物 エプロン・三角巾・手ふきタオル

申込み 8月27日(月) から電話または窓口で

☎ 健康長寿推進課健康長寿推進担当 ☎371-7292

「健康長寿のまち・京都食育推進プラン」より  
今年度のテーマは  
「適正な体重を維持する」

### 〈献立〉

◆ごはん

◆擬製豆腐

◆切り干し大根の さっぱり梅和え

◆根菜のごま風味炒め煮

◆季節の果物コンポート

◆ヨーグルト添え

※変更になる場合があります

## 千年を守る 未来を創る

### 下京警察署からのお知らせ

暑い夏、熱い絆で 子どもを守ろう！

夏休みは開放感から子どもたちの行動範囲も広がり、非行に走ったり、犯罪被害に遭うことが多くなります。これらを未然に防ぐため、次のような家庭のルールを作り、絆を深めて楽しい夏休みを過ごしましょう。

★出かけるときは、誰とどこで・何をするか・何時に帰るか、などを伝えてから遊びに行く。

★帰ってきたら一日の出来事を話し合うようにして、子どもが怖い思いをしたときに、すぐ家の人に伝えられる環境をつくる。

子どもの悩みや非行問題に関する相談は、ヤングテレホン ☎51・7500 で24時間受け付けています。

☎ 下京警察署 ☎352・0110

## しもスポ!

# 下京区民バレーボール祭

7月1日、洛央小学校で開催されました。優秀チームは次のとおりです。また、豊園・七条・安寧・格致体育振興会は、8月26日(日)にハンナリーズアリーナで開催される京都市バレーボール祭に下京区代表として出場します。

### 【優秀チーム】



【Aブロック】 豊園体育振興会



【Bブロック】 七条体育振興会



【Cブロック】 安寧体育振興会



【Dブロック】 格致体育振興会・修徳体育振興会

## 下京区民クラブワンダゴルフ祭

6月24日、梅小路公園の芝生広場で開催されました。結果は次のとおりです。

- 【優勝】 植柳体育振興会
- 【準優勝】 七条体育振興会
- 【三位】 安寧体育振興会
- 【四位】 淳風体育振興会
- 【五位】 光徳体育振興会



優勝した植柳体育振興会の皆さん