

平成30年度下京区総合防災訓練

「初期初動を自助・共助で乗り切ろう」というコンセプトのもと、避難経路を確保する訓練、物資運搬訓練、防災士による災害現場での避難方法の紹介、消火訓練、煙中ハウス体験などを行います。

この他にも、普段なかなか目にする機会がない訓練や展示などを行いますので、ぜひお越しください！

日時 9月29日(土) 9:30~12:00(受付9:00~)
場所 梅小路公園



☎ 地域力推進室総務・防災担当(☎371-7164) ※写真はイメージです



京都市長 門川 大作

~100歳人生いきいきと~
おめでとうございます!



下京区にお住まいの新100歳の皆さん (大正7年4月1日~大正8年3月31日生まれの方)

- 川端 ひまさん (郁文)
 - 鷺見 数枝さん (郁文)
 - 齊藤 幸次郎さん (格致)
 - 前田 ツルさん (淳風)
 - 伊藤 志江さん (淳風)
 - 掛札 まさ子さん (淳風)
 - 坂本 ハツさん (醒泉)
 - 佐藤 リンさん (醒泉)
 - 山崎 清藏さん (植柳)
 - 郡 すなさん (菊浜)
 - 木村 末子さん (安寧)
 - 達脇 忠夫さん (皆山)
 - 中村 はるゑさん (大内)
 - 三輪 キヨコさん (光徳)
 - 黒川 智江子さん (光徳)
 - 宮本 みち恵さん (七条)
 - 東村 敬藏さん (七三)
 - 山中 一子さん (七三)
 - 石原 ちよさん (西大路)
 - 小林 高子さん (西大路)
- (公表のご了解をいただいた方のみ掲載しています。)

秋・30歳代からはじめる健康づくり

テーマに沿って、食育セミナーや健康教室を実施します。あなたも健康づくりをはじめませんか？

テーマ1 血管

日時 10月12日(金)
①10:30~12:30(受付10:15~)
②13:10~14:30(受付13:00~)
内容 ①食育セミナー
「動脈硬化を防ぐ食生活」
②健康教室、血管年齢測定

テーマ2 骨

日時 10月26日(金)
①10:30~12:30(受付10:15~)
②13:10~14:40(受付13:00~)
内容 ①食育セミナー
「骨粗しょう症を防ぐ食生活」
②健康教室、骨密度測定

※食育セミナーのみ・測定のみでの参加はできません。

場所 区役所2階 栄養指導室および多目的室
(参加人数により変更となる場合があります)
定員 各日とも、【食育セミナー】24名【健康教室】50名(どちらも先着順)
対象 区内在住18歳以上の方 費用 500円(食育セミナーのみ)
持ち物 【食育セミナー】エプロン、三角巾、手ふきタオル 【健康教室】筆記用具
申込み 9月18日(火)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)

地域で広げる健康のきずな 第20回下京・みなみ健康まつり

身体の健康を見直すヒントがいっぱい！ご家族皆様でご参加ください。

日時 10月6日(土) 14:00~17:00
場所 区役所4階 会議室
内容 講演「健康寿命を延ばそう！~ロコモって何？~」「認知症予防に楽しく脳活運動を」、しもけんズ&みなみへずによる健康体操、その他健康に関するブース

費用 無料
申込み 不要



☎ 健康長寿推進課健康長寿推進担当(☎371-7292)

区民が主役のまちづくりサポート事業のイベント情報



レクチャーシリーズ 京都日本画の歩みと 市立芸術大学一芸術資料館の作品を通して

京都画壇の日本画をテーマとし、3回シリーズで、講義やワークショップを実施します。

日時 11月4日(日)、11日(日)、18日(日)
いずれも13:30~16:30

場所 学校歴史博物館 講義室

対象 区内在住・通勤・通学で、3回とも出席可能な方

定員 30名(多数抽選) 費用 無料

申込み 9月20日(木)~10月17日(水)に、
往復はがき(必着)またはメールで

☎ 市立芸術大学附属施設担当:角田
(☎334-2237 メールt_kakuda@kcuu.ac.jp)

往信用表面(宛先)
〒610-1197
西京区大枝香掛町13-6
京都市立芸術大学附属施設担当
往信用裏面
住所、氏名、電話番号
返信用表面
郵便番号、送付先住所、氏名

※往復はがきでの申込みは1通につき1名まで

子どもから大人まで英語で地域交流

「英語でコミュニケーション」をテーマに、英語でワークショップを実施します。

日時 9月29日(土)14:00~15:30
場所 城ビルシャトー・アン 1階(下京区忠庵町309)
対象 小学4年生以上(英検5級以上)
定員 15名(先着順)
費用 無料

申込み 9月28日(金)までに、
メールまたは応募フォームで
☎ 京都てらこやラーニング
(メール terakoya0301@gmail.com)



応募フォーム

平成30年秋の全国交通安全運動

9月21日(金)~30日(日)

動点

子どもと高齢者の安全な通行の確保と高齢運転者の交通事故防止