



下京区市政懇談会

～はじめよう！自分ごと、みんなごとのまちづくり～

11月15日、各学区市政協力委員連絡協議会会長と門川市長が市政に関する意見交換会を行いました。

冒頭、数下代表幹事から「下京区は、今年140周年の節目の年を迎えた。節目、節目に過去の取組を振り返り、未来につなげることが重要だ。10年後、50年後の下京区のため、これからも力を合わせて努力してまいりたい。」と挨拶がありました。



市長からは、「下京区はこの10年大きく発展してきた。1,000年後に京都が京都であり続けるため、今の社会課題を解決し、いいところを未来の子どもに引き継いでいきたい。」と、今後のまちづくりに向けた抱負が語られました。

その後の意見交換会では、下京区の未来のために今すべきことは何か、「自分ごと、みんなごと」の視点から活発な議論が交わされました。

下京区140周年記念協賛事業



下京区ゆかりの京料理人に習う京料理教室

京都市中央市場内「京の食文化ミュージアム・あじわい館」では、定期的に料理教室を開催しています。この度、下京区140周年記念協賛事業として、下京区に店を構える老舗料理屋から講師を招き、京料理教室を開催します。脈々と受け継がれる京料理の真髄と中央市場の新鮮な食材に触れる絶好の機会です。ぜひご参加ください。



日時 2月6日(木) 14:30～16:30
場所 京の食文化ミュージアム・あじわい館 (中堂寺南町130 京都青果センター3階)
講師 京都料理芽生会 島原 乙文 木村一智氏
対象 中学生以上 定員 32名(多数抽選)
費用 3,000円
申込み 12月26日(木)から、あじわい館ウェブサイト、メール、FAXで
☎ 京の食文化ミュージアム・あじわい館 (☎321-8680 FAX321-8690 メールinfo@kyo-ajiwaikan.com)



下京区民グラウンドゴルフ大会

10月27日、下京中学校成徳学舎のグラウンドで開催され、38チームが参加しました。上位の結果は、次のとおりです。

- 【優勝】 安寧体育振興会Bチーム
- 【準優勝】 修徳体育振興会Aチーム
- 【3位】 有隣体育振興会Bチーム
- 【4位】 崇仁体育振興会Aチーム
- 【5位】 有隣体育振興会Aチーム



安寧体育振興会チーム

市民スポーツフェスティバル 下京区 総合9位

11月3日、西京極総合運動公園で開催され、下京区から6種目の競技に35チームが参加しました。

- ★リレーカーニバル(男女混合800m) 【2位】 七条体育振興会チーム
- ★ソフトボール大会(一般の部) 【3位】 七条第三体育振興会チーム
- ★ソフトバレーボール大会 【優秀賞】 有隣体育振興会チーム・光徳体育振興会チーム



七条体育振興会チーム

健康長寿のまち・下京

食育セミナー

1/31金

「チャレンジ！減塩クッキング ～今日からできる減塩の工夫～」



「毎日の食事の塩分が気になる」「健診で血圧が高めと言われた」そんな方のために、おいしい減塩のコツをお伝えします。

内容 講話「今日から始める減塩クッキング ～塩分控えておいしい食生活～」
調理実習「減塩クッキング」
試食・交流

- ※変更になる場合があります
- ◆なたと蜂蜜のヨーグルト
- ◆野菜たっぷり 豆乳みそスープ
- ◆切り干し大根の卵サラダ
- ◆たらとあさりの レモン風煮
- ◆ごはん

2/7金

京(きょう)・食(しょく)クッキング ～冬の食育セミナー～



「地産地消」とは、地元で生産されたものを地元で消費することです。普段の食生活に地産地消を取り入れてみませんか？

内容 講話「適切に食品を選択する力をつけましょう～地産地消の魅力～」
調理実習「冬の食材を利用した バランスクッキング」
試食・交流

- ※変更になる場合があります
- ◆ココアプリン
- ◆かぶと白菜の 柚子みそ和え
- ◆魚のムニエルカレー風味
- ◆旬の野菜ソースあん
- ◆壬生菜とあげの炊いたん
- ◆ごはん(京都市内産のお米を使用します)

〈両日共通〉

時間 10:00～12:30
場所 区役所2階 栄養指導室(受付 2階23番窓口)
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 1月7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)