



### 下京区子育て講演会

# 子どもたちの今～こころの居場所ってなに？～

下京区では、子どもや若者を社会の宝として健やかで心豊かに育む社会を築くため、「子どもたちの今～こころの居場所ってなに？～」をテーマに、子育て講演会を開催します。皆さんぜひお越しください！

**日時** 3月3日(火) 13:30～16:00(受付 13:00～)  
**場所** キャンパスプラザ京都4階 第2講義室  
**定員** 200名(先着順)  
**費用** 無料  
**申込み** 不要(当日会場にて受付)  
 ※手話通訳・要約筆記が必要な方は、2月20日(木)までにご連絡ください。



**内容** ①基調講演  
 「家族とこころ～心はどう鍛えられるのか！～」  
 講師：団 士郎氏(家族心理臨床家・漫画家)  
 ②鼎談「こころの居場所ってなに？」  
 登壇者：団 士郎氏  
 大熊 晋氏  
 (下京青少年活動センター 所長)  
 中田 俊氏  
 (共創パートナー(株)夢びと 社長)



団 士郎氏                      大熊 晋氏                      中田 俊氏

☎ 子どもはぐくみ室子育て相談担当(☎371-7219)



### 下京区140周年記念 「京の食文化と健康」講演会

# 家族みんなが元気になれる 京を味わう おうちごはん

杉本 節子氏  
お手製試食  
付き

旬のお野菜を中心とした組み合わせ・食材の持ち味を引き出すお出汁・食材を無駄なく使う心…といった京都で大切にされてきた味や食への姿勢、栄養面での利点に触れ、家庭や地域で受け継いでいきませんか？  
京の食文化を活かし、こころもからだもすこやかに暮らすヒントをお話しします。

**日時** 3月15日(日)  
 13:30～15:30  
 (受付 13:00～)  
**場所** デリバ京都  
 パルホール  
 (中堂寺栗田町93)



**対象** 区内在住・通勤・通学の方  
**定員** 150名(先着順)  
**費用** 無料  
**申込み** 2月21日(金)～3月13日(金)に、  
 電話、窓口(2階26番)または区役所ウェブ  
 サイト内の専用フォームで  
 託児をご希望の方はお問い合わせください  
 (先着順)  
 ※有料駐車場・駐輪場はありますが、できる  
 限り公共交通機関でお越しください。



☎ 健康長寿推進課健康長寿推進担当(☎371-7292)

**内容**  
**第1部**  
 「家庭や地域で伝えたい  
 『京の食文化』」



講師：杉本 節子氏  
((公財)奈良屋記念杉本家保存会  
常務理事・料理研究家)

**第2部**  
 「和食と健康のおいしい関係  
 ～お精進の取組を例に～」



講師：東 あかね氏  
(京都府立大学生命環境学部  
食保健学科教授・医師)