



特別定額給付金の 郵送申請について

・新型コロナウイルス感染症に関連した特別定額給付金の申請書を6月8日(月)から順次発送しております。
・まずは内容をご確認ください。ご不明な点がございましたら、コールセンターまでお問い合わせください。

☎ 京都市コールセンター(☎0570・074・428)
※応対時間 平日は9:00～20:00、土日祝は9:00～18:00(当面の間)

給付金を装った 詐欺に注意!

新型コロナウイルスに関連した、1人当たり10万円の特額給付金に便乗した詐欺が発生しています。
京都市が次のような依頼を行うことはありません。

- ATMの操作をお願いする。
- 給付金の給付のために手数料の振込みを求める。
- 電話やメールで世帯構成や口座番号などの個人情報をお聞きする。

通帳やキャッシュカード、マイナンバーカードを他人に渡したり、暗証番号を教えたりしないようにしましょう。
不審な電話がかかってきたり、メールが届いたら、家族や下京警察署までご相談ください。

給付金の詳細については、総務省や本市のホームページ等に掲載しています。正しい情報の取得にご留意ください。

- ☎ 下京警察署
- ☎ 352・0110
- ☎ 安全推進課
- ☎ 222・31003



食育セミナー

7/29(水)

「備えあれば憂いなし ～いざという時に備える食事の工夫～」

暑さが増すこの時期を元気に過ごすため、食欲がない時でも手軽にバランスよく食べられる工夫をお伝えします!

日時 7月29日(水) 10:00～12:30

場所 区役所2階 栄養指導室
(受付 2階23番窓口)

内容 講話「備えあれば憂いなし
～いざという時に備える
食事の工夫～」

調理実習
「お手軽バランスクッキング」
試食・交流

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 7月1日(水)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)



- ◆ ごはん
 - ◆ 豆腐とチキンのおかず
 - ◆ サラダ
 - ◆ 切干大根のカレー炒め
 - ◆ 春雨スープ
 - ◆ パンプティン
- ※変更になる場合があります

8/5(水)

「親子で学ぶ♪夏休み食育教室」

親子でクッキングにチャレンジしませんか? お子さんが主体となり、夏野菜たっぷりランチを作ります。親子で一緒に楽しみながら、「食」について学びましょう!

日時 8月5日(水) 10:00～12:30

場所 区役所2階 栄養指導室
(受付 2階23番窓口)

内容 講話「野菜のお話」
調理実習「夏野菜たっぷりランチ」
試食・交流

対象 区内在住の小学1～3年生と保護者

定員 10組(先着順)

費用 1,000円(親子1組)

持ち物 エプロン、三角巾、手ふきタオル、上靴(子どものみ)

申込み 7月1日(水)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)

- ◆ 夏のサラダちらし寿司
 - ◆ 具沢山みそ汁
 - ◆ フルーツヨーグルト
- ※変更になる場合があります

子育て情報発信中!!

～「下京子育て応援情報」 ウェブサイト～

下京区では、「子育ての相談がしたい」「子どもを預ける場所が知りたい」「子育てイベントに参加したい」など、子育てに関する身近な情報を発信する「下京子育て応援情報」ウェブサイトを開発しています。子育ての中で困ったことや相談したいことがあれば、ぜひご利用ください!



☎ 子どもはぐくみ室子育て
相談担当(☎371-7219)

ウェブサイトへはこちらから→

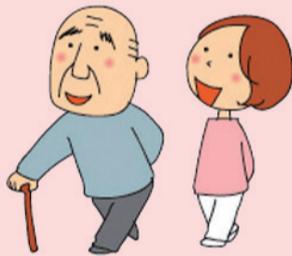


区社協からの お知らせ

日常生活自立支援事業『生活支援員』を募集!

～高齢者や障害のある方が、安心して生活するためのお手伝い～

高齢の方や障害のある方が住み慣れた地域で安心して生活を送ることができるよう、月1～4回程度(各1時間半程度)、家賃や公共料金・福祉サービスの利用料などの銀行での払い戻しと支払いのお手伝いや、日常の困りごとを解決するための援助を行います。詳しくはお問い合わせください。



研修 7月28日(火)、30日(木)、8月4日(火)

いずれも13:30～16:15(全ての研修を受講後、登録が必要)

場所 ひと・まち交流館 京都 費用 無料

申込み 7月14日(火)までに電話または窓口で

☎ 下京区社会福祉協議会(☎361-1881)