



「やましなプラス+」ダウンロード(無料)、iTunes AppStoreまたはGooglePlayで「やましなプラス」と検索するか、右記QRコードからアプリをダウンロード(無料)



AppStore GooglePlay

大好評!「やましなプラス+」にクーポン機能がプラス!

山科区公式アプリ「やましなプラス+」に区内の飲食店をはじめとするお店で使えるお得なクーポンの掲載がはじまりました。

※クーポンは区内で御協力いただけるお店を広く募集し、応募していただいた店舗を掲載しています。

クーポンの使い方



①ニュース画面のうち、クーポンのカテゴリを選択

②使いたいクーポンを選ぶ

③店員さんに見せるだけ。お得な割引や特典が使えます!

掲載店舗(11月20日現在、掲載時期順)

Megaドン・キホーテ京都山科店、インド料理サフラン柳辻、カラオケバンバン山科店、酒肴菜や利一、鮎味亭、手打ちそば藤村、ちよいと。葉屋、つけ担担麺市右衛門、Fraichement... とんかつ食堂 熟豚、洋服の青山 京都山科店、バウムクーヘン工房CAZAN、元離宮二条城、フレッシュネスバーガー山科店

クーポンを掲載していただける店舗、企業様を募集しています。詳しくはお問い合わせください。

「やましなプラス+」ってどんなアプリ?

区役所をはじめとする行政機関や、各種団体等の情報をリアルタイムに配信するニュースアプリです。他にも「健康ウォーキング」(右に詳細)機能や防災マップ(ハザードマップ)なども搭載しています。



ニュース配信

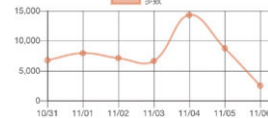
防災マップ
(ハザードマップ)

使ってみよう! 健康ウォーキング

健康ウォーキングでは歩いた歩数に応じて、お買い物等で使えるポイント(WAON、nanaco、航空マイルなどの各種ポイント)に交換可能な「やましなポイント」が貯まります。



ポイントは、50歩ごとに1ポイント。一日の目標歩数を達成すれば、さらにボーナスポイントがつきます。



健康目標歩数	ボーナスポイント
●18~39歳 男性.....10,000歩 女性.....8,000歩	50ポイント
●40~64歳 男性.....9,500歩 女性.....8,500歩	100ポイント
●65歳~ 男性.....7,000歩 女性.....6,000歩	150ポイント

<例えば50代女性Yさんの場合>

毎日目標歩数8500歩を達成すれば...

1日270ポイント×3ヶ月(90日)=**24300**ポイント
(240円相当)が貯まります!

毎日歩いて貯めたポイントで、いつもコンビニのコーヒーを飲んでいました。ささやかな楽しみですが、歩くモチベーションが上がります! (山科区民 Yさん)



iTunes App StoreまたはGoogle Playで「やましなプラス」を検索するか、右記QRコードより無料でインストールできます。
※通信料は利用者負担



問合せ 山科区スマートフォンアプリ運営協議会
(区総務・防災担当) ☎592-3066

陵ヶ岡学区地域子育て支援ステーション あそびっこひろば ひまわり ~フェルトでおもちゃを作ろう~

陵ヶ岡学区では、陵ヶ岡こども園と陵ヶ岡児童館が中心となり、民生児童委員や地域の方々と共に子育てを応援しています。「あそびっこひろば ひまわり」では、乳幼児から高齢者まで幅広い世代の方が対象の様々な催しを実施しています。今回はフェルトでおもちゃを作ります。



日時 平成31年1月16日(水)午前10時30分~正午

場所 別所町集会所(山科区御陵大谷町2-9)

対象 赤ちゃんからお年寄りまで、どなたでも

申込み 不要 参加費 無料

主催 陵ヶ岡児童館・陵ヶ岡こども園・陵ヶ岡学区民生児童委員協議会

問合せ 陵ヶ岡児童館 ☎592-6776 陵ヶ岡こども園 ☎593-3935

パパの参加也大歓迎です!

子どもの“今”を写真に残そう

山科子育て応援団サロンでは、親子の思い出づくりのお手伝いをしています。

子どもたちはあっという間に大きくなります。子どもたちの“今”の写真を撮って、アルバムに残しませんか?

日時 ①平成31年1月15日(火) ②2月19日(火) ③3月19日(火)
いずれも午前10時から11時30分

場所 山科総合福祉会館(西野大手先町2-1)

対象者 未就学児の子どもとその保護者

内容 子どもの写真撮影・アルバム制作

費用 無料

申込み 不要

問合せ 京都市山科区社会福祉協議会 ☎593-1294



山科子育て応援団サロン

きょうしよ 京・食クッキング~冬の食育セミナー~

日時 ①平成31年2月1日(金) ②2月6日(水) いずれも午前10時~午後1時

場所 山科区役所 2階 栄養室(受付 区役所1階 健康長寿推進課)

内容 講話「健康的な体重を維持しましょう~「食事」と「運動」で健康づくり~」
調理実習「冬の食材を利用したバランスクッキング」

対象 区内在住の18歳以上の方
料理初心者の方、男性の方もお気軽にご参加ください。

定員 ①②それぞれ21名(先着順)

費用 500円

持ち物 エプロン・三角巾・手ふきタオル

申込先・問合せ 12月25日(火)から電話または窓口にて
区健康長寿推進課 健康長寿推進担当(区役所1階)
☎592-3222



献立

- ごはん
- 魚の焼き南蛮
- 冬野菜の白みそ風味
- 大根と生姜のみぞれ汁
- 甘酒プリン

※変更になる場合があります

