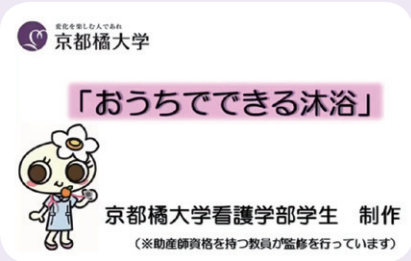
京都橘大学看護学部がお届けします 新米ママ・パパのための「おうちでできる沐浴」動画



助産師資格を持つ看護学部教員の指導のもと、助産師を目指す学生が、新米ママ・パパのための「おうちでできる沐浴」の動画を制作しました。

ママ・パパが沐浴やスキンケアで赤ちゃんと触れ合うことで親子のつながりや温かみを実感し、幸せな時間を共有することができるよう、ご家庭での沐浴の方法をお伝えします。

新米ママ・パパのための「おうちでできる沐浴」動画 YouTubeで配信中! ▶▶▶

問合せ 京都橘大学 企画広報課(☎574-4112)

食育セミナー 『中高年が知っておきたい! 栄養と食生活のウソ・ホント』

「健康長寿のためには粗食がよい」「野菜から食べるとよい」「今時、栄養不足になることはない」…色々言われますが、本当のところは??

年齢とともに、重視すべき栄養と食生活のポイントは変化していきます。

中高年の方が知っておきたい栄養と食生活について学び、いつまでも健康でイキイキと生活しましょう!

日時 **令和3年1月27日(水) 午前10時30分～11時30分 (受付:午前10時15分～)**
場所 山科区役所2階 大会議室
内容 管理栄養士による講話 等
対象 区内在住の概ね50歳以上の方
定員 20名(先着順) 費用 無料
持ち物 筆記用具、マスク
申込み 12月21日(月)から問合せ先へ電話または窓口にてお申込みください。
問合せ 区健康長寿推進課 健康長寿推進担当(☎592-3222)
※当日は、自宅での検温とマスクの着用をお願いします。発熱(37.5℃以上)や咳などの症状がある場合は、参加できません。

有害・危険ごみ等の移動式拠点回収を実施します!

「出し方がわからない」などの理由から捨てられないままになっている石油類や薬品などの「有害・危険ごみ」や、紙パックなどのリサイクル可能な「資源物」を、まち美化事務所が地域の身近な場所に出向いて回収します!

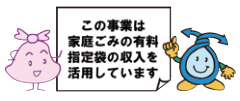
日時・場所

令和3年1月16日(土)
午前9時～11時 山科市営住宅2棟東館 集会所前(西野様子見町1-2)
午後1時～3時 柳生亭 駐車場(川田土仏5)

令和3年1月30日(土)
午前9時～11時 東野公園北(東野狐藪町20)
午後1時～3時 大塚自治会館(大塚野溝町86)

詳細は、まち美化事務所やエコまちステーションで配布のチラシまたはホームページをご覧ください。 移動式拠点回収 検索

問合せ 山科まち美化事務所(☎573-2457)
山科エコまちステーション(☎366-0184)



年末年始はごみの収集日が通常と変わりますのでご注意ください。
詳しくは、挟み込み紙面をご覧ください。
問合せ 市まち美化推進課(☎213-4960)

“お口の健康”忘れないでね! 成人・妊婦歯科相談

むし歯や歯周病・・・一度、お口の健康をチェックしてみませんか?
また、お口のことで困ったことがあればご相談ください!

日時 **12月25日(金)午前9時～10時30分**
場所 山科区役所1階 健康長寿推進課
対象 18歳以上の方、妊産婦の方
費用 無料
申込み 不要
問合せ 区健康長寿推進課 健康長寿推進担当(☎592-3222)

山科検定 過去問クイズ No.4

山科検定の過去問をクイズ形式で紹介。

Q1 京都の年末の風物詩である「山科義士まつり」は、あることを記念して地元商店街の有志で行列したことがルーツとなっている。あることとはなにか。

(ア)山科区の誕生 (イ)名神高速道路の開通 (ウ)山科疏水の完成
(エ)国鉄の電化

Q2 2012年(平成24年)の発掘調査にて石風呂を伴う建物跡等が発見されたことから、2015年(平成27年)12月に国史跡の追加指定が行われた史跡は何か。

(ア)勧修寺宸殿及び本堂 (イ)山科本願寺跡及び南殿跡
(ウ)歓喜光寺本堂 (エ)毘沙門堂本堂

▶答えは、3面下部に掲載しています。

**新型コロナウイルス感染症の影響により、本紙に掲載のイベントは、今後、主催者の判断で中止・変更になる場合があります。
開催の有無等については、各イベントの問合せ先へご確認ください。**

市政情報総合案内コールセンター 京都いつでもコール
受付時間 午前8時～午後9時(年中無休)