



## 健康づくり サポーターの声

### 健康づくりサポーターになろうと思っただけ

- ☞ 晴れ晴れとした表情でキャット・ハンズから帰ってくるご近所さんを頻繁に見かけて
- ☞ 市民しんぶんを見て

### 健康づくりサポーターになってよかったこと

- ☞ 週3～4回のウォーキングや体操で心も体も健康になりました。
- ☞ 思っていた以上にたくさんの人と友達になれました。出かける用事や、会える人ができてよかったです。

### 参加を迷われている方へ

何も心配いりません、みんなでサポートします！

とにかくまず  
一歩を一緒に  
踏み出しま  
しょう！



**対象** 18歳以上の山科区在住の方で、健康づくりに興味のある方  
**定員** 20名(先着順) **受講料** 無料  
**申込方法** 7月19日(火)～7月29日(金)に電話または区役所1階①番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)

サポーターの登録には  
1回目、2回目両方の受講が必要です。

回数	日時(場所)	内容
1回目	8月10日(水) 14時～15時30分 (区役所2階 大会議室)	● 歯科衛生士による講話 ● 健康運動指導士による講話及び実技
2回目	8月24日(水) 14時～15時30分 (区役所 第5会議室)	● 保健師、管理栄養士による講話 ● 山科区健康づくりサポーターの役割と活動紹介

## 山科区健康づくりサポーター(愛称:キャット・ハンズ)とは

『自分のために、地域みんなのために』をスローガンに、山科区保健福祉センターと共に健康づくりに関する活動を行っているボランティア団体です。

定期的にウォーキングやキャット・ハンズ体操、健康イベントでのスタッフ従事等、様々な活動を行っています。



定例会の様子

# 募集 山科区健康づくりサポーター 養成講座 開講!

～養成講座を受講し、地域での健康づくり活動を始めませんか～

現在62名が登録し、活動中! 高齢の方も活躍しています!

## 山科区の子ども食堂

子ども、若者の育ちと居場所づくりのための「子ども食堂」。コロナ禍でも活動を続けている「子ども食堂」をご紹介します!



- 泉ハッピー食堂** (主催: 泉アガセンター)  
日時 第4土曜日 12時～14時  
場所 KYOTO泉チャーチ(西野椋本町10-4)
  - 子どもお弁当食堂サンフラワー** (主催: 山科地区更生保護女性会・柳インサイトハウス)  
日時 第1土曜日 11時30分～12時30分  
場所 東野中井ノ上町5-44
  - 子ども食堂ゆたか** (主催: 小野学区自治連合会・ゆたか・民生児童委員協議会)  
日時 毎週土・日・祝日 11時45分～12時45分  
場所 炬ばたゆたか(勸修寺平田町129)
  - このまちしょくどいび** (主催: このまちしょくどいび)  
日時 第2土曜日 12時～13時  
場所 古館(公成建設(株)山科寮前)(東野中井ノ上町19-42)
  - 柳みんカフェ** (主催: 柳みんカフェ)  
日時 最終土曜日 14時30分～16時  
場所 柳辻団地集会所(柳辻西浦町41-85)
  - にじいろキッチン** (主催: にじいろキッチン)  
日時 第3土曜日 11時30分～13時  
場所 本願寺山科別院(東野狐藪町2)
  - 笑人カフェどんげね? ～子ども食堂～** (主催: 笑人Warroad)  
日時 月1回土曜または祝日 12時～14時  
場所 天ぷらや笑人(日ノ岡鴨土町43-14)  
※コロナ禍のため、お弁当販売に変更している子ども食堂もあります。
- 山科青少年活動センターでは、フードパントリー(食品の無料配布)を実施しています。

**問合せ** 山科青少年活動センター  
(☎593・4911)



▲子ども食堂・フードパントリーの詳細はこちら

## 子ども食堂に補助金を交付しています

やましな輝きプロジェクト実行委員会では、山科区内で、子どもたちに無料または低価格で食事を提供する事業(子ども食堂等)を実施する団体・グループに対して、補助金を交付しています。

**補助金額** 1事業につき、上限10万円  
**申請期間** 令和5年2月28日(火)まで  
(先着順)  
**問合せ** 区総務・防災担当(☎592・3066)



▲補助金の申請方法等の詳細はこちら

小学生向け  
イベント開催

## エクステンション講座

# 京都橋大学 たちばなサイエンスデー 2022

「大学の研究にふれてみよう」



京都橋大学ではたくさん先生の先生が世の中の色々な「フシギ」について研究しています。一緒に楽しい! おもしろい! ものづくりや実験をして「フシギ」をみつけよう!

**日時** 7月30日(土)10時～15時  
**場所** 京都橋大学

**内容** 甲骨文字を使って、オリジナルキーホルダーや判子を作ろう

● あなたも小さな建築家! すてきな家を設計しよう  
● など

**対象** 小学1～6年生  
※保護者同伴

**費用** 無料

**募集定員** 600名

**申込方法** 京都橋大学HPにてお申込みください。(事前申込制)



**問合せ** 京都橋大学 学術振興課(☎574・4186)