平成26年市民憲章推進者 上京区長表彰

3月12日、市民憲章推進者上京区長表彰式が上京区役所で行われ、市民の模範となる実践活動（まちの美化、安心・安全なまちづくり活動、福祉活動など）を長年続けておられる方々に、表彰状が贈られました。

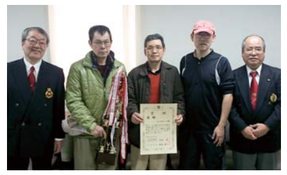
表彰された方々は次のとおりです（敬称略。括弧内は学区）。

余田和子（乾隆）
中村玲子（西陣）
岡千佳子（翔鸞）
吉村修一（翔鸞）
足立操（嘉楽）
大塩展男（桃園）
鈴木幸二（小川）
古川茂雄（小川）
鈴木とみ枝（京極）
石井和男（仁和）
岸本孝康（仁和）
川崎修次（正親）
細野信行（正親）
芦田多恵子（中立）
仁科夏寿美（中立）
青木次男（出水）
寒出治美（春日）

第9回 上京区体育振興会連合会ボウリング大会開催！

第9回上京区体育振興会連合会ボウリング大会が、3月9日にしょうざんボウルで開催されました。

各学区から延べ25チームが参加され、熱戦が繰り広げられました。


（優勝の出水Aチーム）

5月は赤十字運動月間

日本赤十字社は、地震や台風による災害時の救護活動をはじめ、医療活動や献血事業、看護師の育成など幅広い活動を行っています。

これらの活動は皆様からお寄せいただく社資（募金）で賄っています。

5月1日から社資募集のため、上京区赤十字奉仕団が中心となって、皆様のところへお伺いしますので、ご協力をお願いします。

問＝地域力推進室（防災担当）（☎441・5025）

エコまちステーションだより

賢く使おう！「リユース食器」助成金制度

イベントから出るごみを減らすのに役立つリユース食器（繰り返し使える食器）を広めるため、導入費用に対する助成制度を設けています。

対象 自治会や町内会、NPO、学校などの団体が、リユース食器を使って100食以上の飲食品を提供する市内で開催されるイベント

※京都市認定エコイベントへの登録が必要です。

助成内容 リユース食器導入費用の2分の1（上限10万円）

※補助対象は、リユース食器をリース事業者からレンタルした費用、コーディネーターの人件費、食器洗浄機などのレンタル費用、食器の破損や紛失に伴う補償金（対象外）

申請 補助受付は、原則、イベント開催日の2週間前まで

日時 5月3日（土・祝）午前10時～午後3時（雨天決行）

場所 島津アリーナ京都（京都府立体育館）

テーマ 「つながれ　えがおのわ」

ごみ減量に取り組む団体を募集しています

①コミュニティ回収登録団体

対象 地域で自主的に古紙・古着・缶・びん等を回収する団体

内容 「ようこそ、あそびのパラダイスへ！」ステージでは歌やダンスをしたり、大型トランポリンやダイバーで飛んだり、工作で作ったものや木のおもちゃで遊んだり、また、いろんなマスコットキャラクターと一緒に楽しい1日を過ごします。

※入場無料

問＝市児童家庭課（☎251・2380）、公益社団法人京都市児童館学童連盟（☎256・0280）

児童館・学童保育所まつり

子どもたちの健やかな成長を願って、児童館・学童保育所まつりを開催します。工夫を凝らした出し物を用意して、多くの方のご来場をお待ちしています。

日時 5月3日（土・祝）午前10時～午後3時（雨天決行）

場所 島津アリーナ京都（京都府立体育館）

テーマ 「つながれ　えがおのわ」

対象 地域で自主的に古紙・古着・缶・びん等を回収する団体

募集数 全市で30件

助成内容 チラシの作成や堆肥化活動に必要な費用

助成額 上限5万円

申込み エコまちステーションで配布の申込書で、①②は平成27年3月31日、③は平成27年2月27日まで（必着）にお申し込みください。

※いずれもその他要件、審査があります。

問＝上京エコまちステーション（☎366・0776、校舎棟1階㉒番窓口）

③落ち葉等堆肥化活動団体

対象 落ち葉等の堆肥化を行うおおむね10世帯以上の市民団体

募集数 全市で30件

助成内容 チラシの作成や堆肥化活動に必要な費用

助成額 上限5万円

申込み エコまちステーションで配布の申込書で、①②は平成27年3月31日、③は平成27年2月27日まで（必着）にお申し込みください。

※いずれもその他要件、審査があります。

問＝上京エコまちステーション（☎366・0776、校舎棟1階㉒番窓口）

②使用済てんぷら油回収登録団体

対象 家庭から排出される使用済てんぷら油を定期的に回収する団体・個人

募集数 全市で100件

助成内容 チラシの作成や油の回収に必要な経費の一部

助成額 年間5千円～2万円（応募時期や回収拠点数により異なる。）

①使用済インクカートリッジ回収登録団体

対象 使用済インクカートリッジを回収する団体・個人

募集数 全市で300件

助成内容 チラシの作成や回収等に必要な費用の一部

助成額 年間1万円～1万5千円（応募時期や回収品目により異なる。）

区社協通信

ドリームチルドレン、ボランティア大募集！

上京区社協では、区内の児童館や子育てサロンと一緒に、乳幼児家庭向けの子育て応援イベント「ドリームチルドレン」を毎年開催しており、今年は6月6日（金）午前中に開催します。

パネルシアターや親子ふれあい遊びなど子どもたちに楽しんでもらえるコーナーがいっぱいです。ボランティアとして一緒にイベントを盛り上げませんか。

興味のある方は、ぜひお問い合わせください。

※企画や前日準備のお手伝いをできる方も大歓迎です。

ボランティア活動の前に保険にご加入を！

ボランティア活動中の事故に対応した保険「ボランティア保険」を取り扱っています。安心して活動するため、ぜひご加入ください。

◇**基本プラン**（一人年額250円～）

ボランティア活動や活動のための会議などを補償。ボランティア活動場所までの往復途上も含みます。

◇**天災プラン**（一人年額450円～）

基本プラン＋「地震・噴火・津波」の天災によるケガが保証されます。保険料は少し高くなりますが、被災地でボランティアをされる方におすすめです。

詳細はお問い合わせください。

問＝上京区社協（☎432・9535、元聚楽小学校内）

保健だより

ご自身の健康チェックはできていますか？

健康診査や検診は、生活習慣病の予防やがんの早期発見のためには欠かせません。ご自身の健康状態について正確に把握し、健康管理を続けるために、年に1度の健（検）診受診をお勧めします。「生涯」元気に過ごすため、ぜひご活用ください。

○平日に受診機会のない方には、日曜がん（胃、大腸、肺がん）セット検診をお勧めします。

○費用の減額・免除制度もあります。

詳細はホームページ「京都市情報館」でご確認いただくか、電話でお問い合わせください。

問＝健康づくり推進課成人保健・医療担当（☎432・3221）

1年に1回			
保健センターで受診していただける年齢	15歳以上	18歳～39歳	40歳以上
胸部検診（無料）	○	○	○
青年期健康診査（500円）		○	
肺がん検診（無料、問診結果で喀痰検査が必要な方は1,000円）			○
胃がん検診（1,000円）			○
大腸がん検診（300円）			○
2年に1回（偶数年齢年）			
京都市の各種がん検診実施医療機関で受診していただける年齢	20歳以上	30歳以上	50歳以上
子宮がん検診（1,000円、体部検査を追加される方は1,700円）	○	○	○
乳がん検診（1,300円）		○	○
前立腺がん検診（1,500円）			○

注）40歳以上の方の特定健康診査は、ご加入の医療保険で実施されますので、受診方法等につきましては、ご加入の医療保険者へお問い合わせください。

国民年金保険料免除制度について

前年の所得が基準以下の場合、申請により保険料の全額又は一部の納付が免除される制度です。

平成26年4月から、申請時点の2年1か月前までさかのぼって免除をうけることができるようになりました。

○免除期間の取扱い

老齢、障害基礎年金等の受給資格を判断する期間に算入されますが、老齢基礎年金の年金額を計算するときは、保険料を納付した場合に比べ、

・全額免除期間は2分の1

・半額免除期間は4分の3

・4分の3免除は8分の5

・4分の1免除は8分の7

の額にそれぞれ減額されます（免除されていない分の保険料を納付しなければ未納扱いになります。）。

○免除基準

・申請者、配偶者、世帯主の前年所得によります。

・失業や災害により納付が困難な場合、本人所得にかかわらず承認されることがあります。

※学生でない30歳未満の方は、申請者、配偶者のみの前年所得が基準以下の場合、保険料の納付が猶予されます（若年者納付猶予制度）。ただし、猶予期間は老齢、障害基礎年金等の受給資格を判断する期間に算入されますが、老齢基礎年金の年金額には反映しません。

○平成25年度（平成25年7月～平成26年6月）に全額免除又は若年者納付猶予が承認された方

引き続き免除等を希望される場合、継続申請の手続きをされた方は、申請書の提出は不要です。継続申請をしていない方、又は失業等を理由に承認された方は、申請書の提出が必要です。

学生納付特例制度について

学生の方で、前年の所得が基準以下の場合、申請により保険料の納付が猶予される制度です。申請には学生証等が必要です。

○対象者

大学、大学院、短期大学、高等学校、高等専門学校、専修学校、各種学校（1年以上の課程に在籍）等に在籍する昼間部、夜間部、定時制、通信制課程に在学の学生、生徒

○学生納付特例期間の取扱い

老齢、障害基礎年金等の受給資格を判断する期間に算入されますが、老齢基礎年金の年金額には反映しません。

○学生納付特例基準

・申請者の前年所得によります。

・失業や災害により納付が困難な場合、所得にかかわらず承認されることがあります。

○平成25年度学生納付特例が承認された方

引き続き申請される方は、年金事務所から送付された申請書（ハガキ）を4月中に提出してください。

問＝保険年金課保険給付・年金担当（☎441・5138、プレハブ棟1階⑮番窓口）

平成26年度介護保険料通知書を送付します

介護保険第1号被保険者（65歳以上）の方に、平成26年度の介護保険料通知書を4月下旬までに送付します。今回お知らせする保険料は、25年度の市民税に基づき、仮に計算したもので、26年度の市民税確定後の7月に保険料を計算し直し、通知書を再度送付します。

今回の通知書に納付書が添付されている方は、毎月、納期限までに金融機関又はゆうちょ銀行（郵便局）で直接お納めください。

なお、2月に特別徴収により納めていただいている方には、通知書は送付しません。4・6・8月は2月と同額の保険料額が年金から引き落としされます。また、平成25年度の保険料が大きく変更になった方等については、申請により8月の特別徴収額（仮徴収額）を変更できる場合がありますので、5月中にお手続きをお願いします。

問＝福祉介護課介護保険担当（☎441・5106、プレハブ棟2階⑮番窓口）

国民健康保険、後期高齢者医療制度からのお知らせ

平成26年度の保険料の納付は口座振替をご利用ください。

口座振替をご利用になりますと、毎月納めにくい手間が省け、納め忘れの心配もなく大変便利です。

お申込みは、領収書又は納入通知書など国保記号番号（後期高齢者医療制度の場合は被保険者番号と徴収番号）の分かるもの、預貯金通帳、口座の届出印を持って、お取引の金融機関又はゆうちょ銀行（郵便局）の窓口へ。

なお、振替開始まで2か月程度かかるため、申込みはお早めに。

※国保の場合、一部の金融機関については、キャッシュカードだけで保険年金課窓口で申込手続が完了します。

※特別徴収（年金からの引き落とし）の方で、口座振替での納付への変更を希望される場合は保険年金課へ納付方法の変更をお申し出ください。

問＝保険年金課資格担当（☎441・5130、プレハブ棟1階⑦番窓口）

上京区地域介護予防推進センター 各種教室のご案内

○「ころばん塾」（運動器の機能向上プログラム）

①日時 5月1日～7月31日の毎週木曜日午後3時～4時（全14回）

会場 京都鴨沂会館（荒神口寺町東入）

②日時 5月13日～7月29日の毎週火曜日午前9時30分～10時30分（全12回）

会場 元待賢小学校（猪熊通丸太町下る）

内容 ストレッチ、下肢筋力・バランス能力向上・転倒予防運動、体力測定・講話など

定員 10名程度（先着順）

※いずれも要支援・要介護状態以外で区内在住の65歳以上の方が対象。要予約。参加費無料。

申込先 上京区地域介護予防推進センター（☎417・4707、小川通今出川下る西入東今町 京都市小川特別養護老人ホーム内）

問＝支援保護課支援第二担当（☎441・5122）

北部土木事務所からのお願い

児童の安全な通学にご協力をお願いします！

北部土木事務所では、児童の通学路の安全確保のため、小学校を中心とする半径300m以内の通学路の路側線と交差点をカラー舗装しています。

カラー舗装は、歩行者だけではなく、通行車両に対して視覚的に歩行者空間をわかりやすく認識させる効果があります。

児童の安全な通学のため、車両の運転時は速度を十分落とすとともに、路上に駐車をしないようご協力をお願いします。

通学路のカラー舗装例

問＝北部土木事務所（☎492・3111）

身近な相談窓口 「障害者地域生活支援センター」

本市では、障害のある方の日常生活の相談や福祉サービスの利用援助などを行う「障害者地域生活支援センター」を設置しています。

上京区にお住まいの方は下表のセンターをご利用できます。いずれも身体・知的・精神障害のある方が対象です。

センター名	住所	連絡先
にしじん	上京区西堀川通元誓願寺上る竪門前町414 西陣産業会館1階	☎417-1630 FAX451-3619
なごやかサロン	中京区壬生東高田町1-15 京都市こころの健康増進センター内	☎315-2240 FAX314-0781
らくなん	南区吉祥院西定成町35 京都市洛南身体障害者福祉会館内	☎692-1139 FAX691-4102

問＝市障害福祉推進室（☎222-4161）

二条中学校夜間校庭開放事業

平成26年度 使用団体を募集！

上京区内で活動する社会人チームの皆様を対象に、二条中学校のグラウンドを夜間開放しています。ご利用には、事前の団体登録が必要です。お住まいの学区の体育振興会にお問い合わせください。

使用時間 午後7時～9時

使用料 千円（1回）

施設で行えるスポーツ ソフトボール、グラウンドゴルフ、フットサルなど

問＝上京区内の各学区体育振興会、又は地域力推進室（振興担当）（☎441・5040）

ここはどこ？ 第217回

ヒント
若狭の鯖の終着点です。

前回の正解は黒田如水邸趾の碑です。

多数のご応募ありがとうございました。

一条通猪熊西入南側に立つ石標です。NHK大河ドラマの主人公、黒田官兵衛は豊臣秀吉の有能な軍師として手利攻めなどで活躍しました。天正・文禄年間の頃、ここ（聚楽第の東北部）に邸宅を構えました。上京区にある「如水町」、小寺町の町名は、官兵衛が晩年に仏道に入ってから号した「如水」と旧姓「小寺孝高」によるものです。（い）

正解者の中から、抽選で3名の方に記念品を差し上げます。

はがきに、答えと住所・氏名・年齢・本紙への感想等（感想は紙面で掲載の場合あり）をご記入のうえ、〒602－8511 上京区役所「かみぎょう」係まで。締切りは4月30日（消印有効）。

暮らしの行政困りごと相談

日時 5月13日（火）午後1時30分～3時

場所 地域力推進室（広聴担当）（校舎棟1階㉓番窓口）

問＝京都行政評価事務所（☎802・1100）