



歯ッピーファミリー in かみぎょう

健診×お口の健康×ヨガ講座

小さなお子様がいる方も安心して参加できる保育サービス付き健診・健康教室を開催します。

日時 (28年)	参加費	内容
1回目 1月20日 (水) 受付9:00~10:30 (所要時間 1時間程度)	500円※	●青年期健康診査受診、問診、身体計測、診察、血圧測定、尿・血液検査／※希望者は、骨粗しょう症予防健診(要予約、1,000円※)、胸部検診(無料)を同時受診できます。ただし、妊娠している方・妊娠の可能性のある方は受診できません。
2回目 2月3日 (水) 9:00~11:00	無料	●健診結果の説明(個別相談) ●ママの歯科健診 ●お口の教室(講話)「笑顔で歯ッピーファミリー」
3回目 2月10日 (水) 9:00~11:00		●ママのヨガ教室(実技) ●ミニ講話「手洗いの基本」 ●地域の子育て情報発信／*水分補給できるものをお持ちになり、動きやすい服装でお越しください。

※費用の免除制度があります。

対象者 区内在住で就学前のお子様のおられる18~39歳までの女性で3回とも参加できる方
(ただし、会社などで同じような健康診査を受診できる方、平成27年4月以降に青年期健康診査を受診された方、昭和50年4月1日生まれ~51年3月31日生まれの方は除きます。)

定員 20名 ※3回とも、お子様と一緒に来所いただけます。お子様用のミルクやお茶、オムツはご持参ください。

場所 上京保健センター(区総合庁舎3階)

申込み 12月1日(火)8:30から28年1月6日(水)17:00まで、お電話又は上京保健センター☎番窓口にてお申し込みください。定員に達し次第、受付を終了します。

☎=健康づくり推進課成人保健・医療担当(☎441-2872)



成人・妊婦 歯科相談

無料・予約不要

歯科医師と歯科衛生士による歯科健診、相談を行っています。

対象 市内在住の妊産婦及び18歳以上の方

日時 12月2日(水)、28年1月6日(水) 9:00~10:30受付

場所 上京保健センター(区総合庁舎3階)

☎=健康づくり推進課成人保健・医療担当(☎441-2872)



HIV(エイズ)・性感染症の検査を受けてみませんか?



何となく気になっている方、心配なことをずっと心の中にお持ちの方、ひとりで抱え込まずに一度ご相談ください。

相談や検査は、匿名で受けられます。あなたとあなたの大切な人のために、一歩踏み出して検査を受けてみませんか。

日時 毎週火曜日(祝日を除く。)14:00~15:30

場所 上京保健センター(区総合庁舎3階)

内容 HIV(エイズ)・性感染症検査(血液及び尿検査) 料金 無料

結果 2週間後に本人に面接にて通知します。(予約不要)

☎=健康づくり推進課成人保健・医療担当(☎441-2872)

区社協通信

地域の福祉活動を支える
区社協賛助会員加入のお願い

区社協では、福祉活動の財源確保のため、賛助会員を募集しています。

賛助会費は、各学区の福祉事業に約70%、区社協の福祉活動の財源に約30%を使用しています。

各学区では、賛助会費を活用し、高齢者対象の「ふれあい配食」「会食会」等の見守り活動、乳幼児と親を対象とする子育てサロン、障害のある方もない方も含めた住民の皆様による世代間交流事業等の福祉事業を行っています。

また、誰もが安心して暮らせるよう外出に車いすが欠かせない方を病院等に送迎する

募集期間 28年3月未だまで
☎=上京区社協(☎441-432) (5050)

平成27年度自治記念式典を開催

自治記念日に当たる10月15日、京都コンサートホールにて、自治記念式典が行われ、市政の推進に貢献された方々に對し、門川市長から表彰状が贈られました。上京区で表彰を受けた方々は次のとおりです(敬称略)。

〔永年勤続市政協力委員表彰〕
宇佐美伸二、尾崎富美雄、辻村正三、西脇方彦、山下哲夫

〔未来の京都まっくろ推進表彰〕
うるおい
伊藤重範、遠藤和男、大泉香代子、河田久章、川邊祐司、久保崇子、谷口郁雄、中内睦子、中西清子、西村多鶴子、濱曙男、福田泰子、堀口由希乃、松村光雄、松本市子、出水と菜連合会、桃園女性会

◆活性化
小林繁雄、北野紙屋川七夕祭実行委員会、京都フライントホテル、株式会社近海、株式会社鶴屋吉信、同志社大学、特定非営利活動法人Greenbird

◆すこやか
石井和男、石井昭三、石橋政子、出雲路敬栄、奥野貴史、梶季嗣、久保川芳弘、竹谷勝良、寺田奈都子、西尾美智代、羽田野明子、松井盛生、水野又啓、三谷寛吉、村美希、植下工務店、京極女性会、茶房はとりべ、社会福祉法人わかば園わかば園、正親見守り隊、手づくりパンの店、マイスター、同志社大学、継志館、フィットネス、羽田工房、花大、リトルクロバ、若林広幸建築研究所

◆まっくろ
大國正明、山田文、烏丸迎賓館通りの会、公益社団法人京都府宅地建物取引業協会

◆改革
三谷尚、平成26年度京都市事務事業評価サポーター同志社大学 風間規男チーム

〔他区等の推薦による有効者表彰、篤志者表彰、特別表彰〕
3名2団体

上京区地域介護予防推進センター 各種教室のご案内

日時	会場	内容
12月3日~28年2月25日の毎週木曜日 全11回 13:30~14:30、15:00~16:00 ⑧12月31日、2月11日	上京老人福祉センター(今小路通御前通東入)	体力測定、ストレッチ、下肢筋力向上・バランス能力向上運動、転倒予防運動、講話など
12月4日~28年3月18日の毎週金曜日 全14回 13:30~14:45、15:00~16:15 ⑧1月1日、22日	小川特別養護老人ホーム(小川通今出川下る西入東今町)	認知症についての講話、脳トレクイズ、ゲームなど

※いずれも要支援・要介護状態以外で、区内在住の65歳以上の方が対象で、定員10名程度。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)
☎=支援保護課支援第二担当(☎441-5121)

保健だより

受水槽の法定検査はもうお済みですか?

私たちが使用している水道水の給水方式には、水道管から直接給水する「直結方式」と、いったん受水槽にためてから給水する受水槽方式があります。一般的に、マンションなどの大きな建物や大量の水を使用する施設の水道水は、受水槽方式で給水されています。

受水槽方式では、設備の点検や検査などを怠ると、水槽内にさび等の汚れや汚水の混入等で重大な水質汚染事故を引き起こす可能性があります。

受水槽の有効容量が10m³を超えるものは、水道法で「簡易専用水道」といい、1年以内ごとに1回、厚生労働大臣の登録を受けた検査機関による検査の受検(法定検査)が義務付けられています。

今年度、法定検査がまだの受水槽設置者(管理者)の方は、大切な飲料水を衛生的に保つため、必ず法定検査を受けてください。

かみぎゅうくん
☎=衛生課(☎441-2876)