



市民しんぶん 左京区版

左京ボイス

左京区役所 ☎702-1000(代表) ホームページ <http://www.city.kyoto.lg.jp/sakyo/>

2016 8/15

世帯数 84,161世帯
(前月比: 62世帯減)

人口 168,659人
(前月比: 82人減)
(平成28年7月1日現在)

アウトドア婚活
第4回 山村都市

めぐり愛婚活

10月5日(水)

開始 12:00
解散予定 17:00
※雨天決行

緑豊かな左京区北部の山間地域で素敵な出会いと交流を楽しみませんか。

京都市長 門川 大作

平日がお休みの方必見!
参加者募集

対象 市内在住又は通勤で、30～49歳(開催日時点)の独身の方(学生不可)

集合・解散場所 山村都市交流の森(花脊八樹町250)
※京都バスで「出町柳駅前」から約1時間30分/自家用車可

定員 男女各30名(応募多数の場合は抽選)

費用 2,000円

主催 山村都市めぐり愛婚活実行委員会

申込み 8月18日(木)～9月11日(日)に「京都いつでもコール」(この1面右下に記載)に氏名(ふりがな)、性別、郵便番号、住所、年齢、電話番号をお知らせください。

※参加の可否については、9月下旬頃を目途に郵送でお知らせします。

問合せ 区地域力推進室 (☎702-1021)



スケジュール

- 1 山村都市交流の森 集合
- 2 1対1のトークタイム
- 3 みんなでバーベキュー (途中席替えあり)
- 4 フリートーク、ミニ運動会
- 5 告白カード記入、カップル発表

前回参加者の感想

- ・BBQが楽しかった!
- ・カップル発表時のサプライズが感動的だった!
- ・いろんな人と話ができて良かった!

山村都市交流の森って?

桂川と安曇川の二つの源流域にまたがる広大な森林公園。京都の市街地から車でたったの60分、峠道を抜けるとそこは自然あふれる別世界。トレッキング、川遊び、雪遊び、スポーツ、木工体験など、豊かな自然の楽しみ方が盛りだくさん。

昨年度参加者 飲食業、医療事務、公務員、会社員等

昨年度は 20組中6組のカップルが成立

京都市交響楽団創立60周年

京都市交響楽団創立60周年を記念して「第605回定期演奏会」に区民の皆様を招待します。

御招待 定期演奏会へ

対象 左京区又は下京区在住の方(小学生以上)

日時 9月25日(日)14:30～16:30 (開演前14:10～プレトーク)

場所 京都コンサートホール・大ホール

内容 「第605回定期演奏会」

指揮 ガエタノ・デスピノーサ

曲目 ベルク: ヴァイオリン協奏曲「ある天使の思い出に」
シューマン: 交響曲第3番「ライン」他

定員 100名(応募多数の場合抽選)

申込方法 往復はがきに右記内容を記入のうえ、

お送りください(往復はがき1枚につき1名)。

往信用表面 〒606-0823 京都市左京区下鴨半木町1-26 京都コンサートホール内 京都市交響楽団「市民招待」係

往信用裏面 郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号

返信用表面 郵便番号、住所、氏名

返信用裏面 記入不要

申込期限 8月22日(月)(必着)

問合せ 京都市交響楽団 (☎711-3110 FAX711-2955)

皆さんと一緒にキックオフ!!

「左京・健康なまちづくりプロジェクト」スタート

誰もが生き生きと健康に過ごせるまちを目指し、区民と一緒に取り組む「左京・健康なまちづくりプロジェクト」がスタート。7月31日の区民ふれあいまつりにおいて、キックオフ宣言を行いました。区民が主役の「左京健康ミーティング」など、今後様々な企画をすすめてまいります!

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)
☎(075)661-3755、FAX(075)661-5855
おかけ間違いにご注意ください

電子メール(ホームページから)

京都いつでもコール

2回シリーズ 左京・健康なまちづくりプロジェクト 40～64歳の健康づくりセミナー

骨粗しょう症等による運動機能の低下を予防するために姿勢や歩き方をチェックしてみませんか。

対象 区内在住40歳から64歳までの方で2回とも参加できる方
※医師から運動制限を受けていない方

日時 ①9月9日(金)、②9月16日(金)
各日とも13:30～15:30 (受付13:00～)

場所 区役所3階 健康教育室

内容 ①講話「健康づくりのための食生活」
実習 姿勢と歩き方のチェック
②講話「日常生活でできる健康づくりの秘訣」
実習 ロコモ度テスト(歩く、立ち上がる等移動機能のチェック)

定員 30名(先着順) 費用 無料

持ち物 運動のできる服装・靴、飲み物

申込み 8月26日(金)から電話又は直接、区健康づくり推進課
(☎702-1219、区役所3階33番窓口)へ。



昨年度の様子

「高齢者にやさしい店事業」の説明もあります!

左京区特別講座「認知症のこと」

～正しく理解し、地域で支えよう! 認知症～参加者募集

認知症の原因や予防法、精神症状とその対応等について医師からご説明いただきます。

関心のある方はどなたでもご参加ください。

日時 9月16日(金)13:30～15:00

場所 区役所1階 大会議室

講師 京都府立医科大学精神機能病態学教授 成木 迅 氏
左京医師会理事 澤田 親男 氏
白川地域包括支援センター 徳田 紘平 氏
修学院地域包括支援センター 林田 哲也 氏

定員 150名 費用 無料 申込み 不要

問合せ 区支援課 (☎702-1145)



昨年度の様子

久多地域 とち(栂)の実収穫ボランティア 参加者募集

久多地域では昔からとちの実を使った加工品作りが盛んに行われていますが、近年、住民の高齢化などにより収穫量が激減しています。そこで今年も収穫作業を行うボランティアを募集します。

収穫後は地元の方からとち餅ぜんざいが振る舞われます。

日時 9月24日(土) 9:30～16:00

内容 とちの実の収穫作業

※収穫には、荷物を持って片道約30分の山道を往復します。

場所 久多の里自然環境活用センター

※お車の場合、バス停「葛川梅の木」から約10分

参加費 300円(保険料)

定員 20名(応募者多数の場合抽選)

申込方法 9月5日(月)までに電話又はFAXで参加者の氏名、年齢、性別、住所、連絡先をお伝えください。

申込先 北部農業振興センター
(☎493-6660、FAX493-6646)

その他 持ち物等の詳細については、申込時にお知らせします。



平成28年度 第1回 じいじ・ばあばの 子育て講座

～子育ての常識?非常識? イマドキの子育て・子育て～



祖父母世代を対象とした子育てに関する講演を実施します。

対象 孫がいる方、これから孫ができる予定の方、「孫育て」に関心のある方

日時 9月15日(木)14:00～15:30

場所 区役所1階 大会議室

講師 棒田 明子 氏 (NPO法人孫育て・ニッポン理事長・写真左)

定員 200名(先着順) 費用 無料

申込み 8月23日(火)から電話で京都いつでもコール(☎661-3755)へ。

問合せ 区健康づくり推進課

(☎702-1218)

食中毒予防 お肉は美味しく安全に

夏はバーベキューなどお肉を調理する機会が増えます。生肉には食中毒菌が付いていることがあるため、十分に加熱して食べましょう。

安全に食べるポイント

- ・お肉の加熱の目安は、中心温度75℃・1分以上(肉の色がピンク色から褐色に変わり、肉汁が透明になるまで)です。
- ・生肉を扱う箸と食べるための箸を分けましょう。
- ・トイレ後や調理前、食事前には、手を洗いまししょう。

問合せ 区衛生課

(☎702-12008)



バス運賃 230円でGO!

「岩倉(南部) 修学院地域」の市バス・京都バスの均一運賃区間が拡大するとともに、京都バス「八瀬・大原地域」の一部路線を値下げしました。車窓からの景色を眺めながら動物園や美術館のほか、四条通や京都駅での買い物にも便利になりました。

「岩倉(南部)・修学院地域」

★一律230円

「八瀬・大原地域」(京都バス)

★大原～京都駅前 大人550円(改定前600円)

★八瀬駅前～京都駅前 大人390円(改定前400円)

お出かけには、市バス・京都バスをご利用ください。

問合せ 交通局 (☎863-5061)

京都バス (☎871-7521)



京都バスと連携し サービス向上を図ります!
(交通局・大路課長)



引き続き、左京区の皆さんの足を支えてまいります!
(京都バス・児玉課長)



防火水槽標識



消火栓



防火水槽

火災現場等で消火栓を使用した場合、付近の水道水が濁る場合がありますので、現場の消防隊にお知らせいただくか左京消防署(☎720-0119)までご連絡ください。



「消火栓や防火水槽付近の駐車はやめましょう」 「消火栓」や「防火水槽」は、火災発生時に必要な水を消防車に供給する重要な施設です。 消防隊は、速やかに放水ができるように努めています。が、駐車車両が障害となり消火活動に支障を来すケースが発生しています。 これらの付近(5m以内)に駐車することは、道路交通法でも禁止されていますので、駐車しないようお願いいたします。

左京消防署だより

「消火栓や防火水槽付近の駐車はやめましょう」



ごみを減らしましょう



使わなくなった子ども服やおもちゃはありますか? まだ使えるのにサイズが小さくなってしまった子ども服や遊ばなくなったおもちゃを回収しています。お持込みいただいたものは、随時開催している無料交換会を通じて必要方へお譲りします。 ごみの減量に向けたリユース活動にご協力をお願いします。 持込先・問合せ 東部まち美化事務所(☎720-4345) 左京エコまちステーション(☎661-0821)

左京さくらちゃん体操

せなら(そう)を(まわ)れ

～(右)

せなら(そう)を(まわ)れ

～(左)

せなら(そう)を(まわ)れ

んなで(そう)を(まわ)れ

こ(まわ)れ

ポ(まわ)れ

京(まわ)れ

毎週水曜日 祝日除く 14時から30分程度 区役所3階保健センターにて開催中

「熊本地震」の被災者の皆様に 対する義援金を受付中

お知らせ

福祉

児童扶養手当の現況届の提出

児童扶養手当を受けている方は、8月31日(水)までに現況届を支援課へ提出してください。提出がないと、8月分以降の手当が受けられなくなりますのでご注意ください。

問合せ 区支援課 (☎702-1114)

特別障害者手当等の現況届等の提出

特別障害者手当、障害児福祉手当、経過福祉手当、外国籍市民重度障害者特別給付金、特別児童扶養手当を受けている方は、9月9日(金)までに現況届(特別児童扶養手当は所得状況届)を支援課へ提出してください。

提出がないと、8月分以降の手当が受けられなくなりますのでご注意ください。

問合せ 区支援課 (☎702-1131)

戦没者等の遺族に対する特別弔慰金(国債)の支給

平成27年4月1日現在、同一の戦没者等について、遺族年金等の受給権者がいない場合、その遺族の方1名に対し、額面25万円(5年償還)の国債を支給します。戦没者との続柄等により優先順位や支給要件があります。

問合せ 区福祉介護課 (☎702-1064)

保険年金

入院や高額な外来受診による高額療養費が見込まれる方へ

国民健康保険及び後期高齢者医療制度にご加入の方で、入院や外来受診で高額な医療費の自己負担金が見込まれる方は、事前にご相談ください。申請により「限度額適用認定証」等を発行できる場合があります(70歳以上の方は、市民税非課税世帯の方が対象です)。交付されましたら、医療機関に提示してください。

「限度額適用認定証」等を提示されると

- ・医療費が限度額までで済みます。
- ・入院時の食事代が減額されます(市民税非課税世帯の方に限り).

問合せ 区保険年金課 (☎702-1170)

京都市の福祉医療制度のご紹介

健康保険に加入している方を対象に、医療費等の自己負担を軽減する福祉医療制度を実施しています。下記いずれの制度も区役所への申請が必要です。

※子ども医療を除き、所得制限があります。

ひとり親家庭等医療

父又は母のいない子ども(18歳到達後の年度末まで)とその親又は両親のいない子ども(同)等の健康保険の自己負担分を助成します。

重度心身障害者医療(障害者医療)

重度の障害がある方の健康保険の自己負担分を助成します。障害程度の要件があります。

老人医療

65歳以上70歳未満の方の健康保険の自己負担割合を2割(一定以上所得の方は3割)に軽減します。

問合せ 区福祉介護課 (☎702-1068)

重度障害老人健康管理費

後期高齢者医療の被保険者で、重度の障害がある方の健康保険の自己負担分を助成します。障害程度の要件があります。

問合せ 区保険年金課 (☎702-1170)

子ども医療

0歳から中学校3年生までのお子さんの健康保険の自己負担額を軽減します。

問合せ 市地域福祉課 (☎251-1123)

健康づくり

胸部(結核・肺がん)検診・大腸がん検診

対象 結核検診:15歳以上

肺がん・大腸がん検診:40歳以上

※職場等で受診機会のある方はご遠慮ください。

費用 結核検診:無料 大腸がん検診:300円
肺がん検診:無料(問診の結果、喀痰検査を受ける場合1,000円)

日時・場所

8月23日(火)	14:00~15:30	養徳小学校
9月1日(木)	10:30~11:30	元堰源小学校
9月1日(木)	14:00~15:00	久多いきいきセンター
9月6日(火)	14:00~15:30	天理教河原町大教会
9月8日(木)	10:30~11:30	花背小中学校
9月8日(木)	14:00~15:00	鞍馬自治会館
9月15日(木)	14:00~15:30	第三錦林小学校
9月23日(金)	14:00~15:30	元新洞小学校
9月26日(月)	14:00~15:00	市原野小学校
9月29日(木)	14:00~15:30	岩倉南小学校
10月4日(火)	14:00~15:30	養正小学校
10月6日(木)	14:00~15:30	第四錦林小学校

問合せ 区健康づくり推進課 (☎702-1219)

乳幼児歯科相談

対象 0歳~小学校入学前のお子さん

日時 9月28日(水)受付 9:00~10:00

場所 区役所3階 34番窓口

内容 歯科医師、歯科衛生士による歯科健診、歯科相談、歯科保健指導

費用 無料 定員 10名(予約制)

持ち物 母子健康手帳、歯ブラシ

申込み 電話又は直接、区健康づくり推進課 (☎702-1222)へ。

骨粗しょう症予防健康診査

対象 市内在住の18~70歳で検査日、結果説明日ともに来所できる方

ただし、次の方はご遠慮ください。

- ・骨粗しょう症の治療中、又は治療が必要と診断された方
- ・妊娠中、又は妊娠の可能性のある方

日時 毎月第2、4水曜日 9:00~10:30受付
※祝祭日は実施なし。

内容 検査日:問診、身体計測、骨塩定量検査(X線による両手の撮影)

結果説明日:結果説明、栄養・保健指導

費用 1,000円(免除制度あり)

その他 年度内に1回の受診となります。

申込み 電話で区健康づくり推進課 (☎702-1219)へ。

相談窓口

京都市民法律相談(無料)

日時 毎週水曜日 13:15~(受付13:00~)

※1人20分以内

場所 区役所1階 地域力推進室相談室

定員 先着15名(正午から整理券を配付)

問合せ 区地域力推進室まちづくり推進担当 (☎702-1029)

▼10月から予約制に変わります▼

予約受付日 相談日(毎週水曜日)の週の月曜日から相談日当日まで(閉庁日除く)。

受付時間 8:30~17:00(相談日当日は15:00まで)
予約方法 電話又は直接、区地域力推進室まちづくり推進担当へ。

行政書士による無料相談

日時 9月13日(火)14:00~16:00

場所 区役所1階 大会議室B

問合せ 京都府行政書士会第4支部事務局 (☎762-0505)

司法書士による無料相談

日時 9月8日(木)13:30~16:30

場所 区役所1階 大会議室C

問合せ 京都司法書士会 (☎241-2666)

左京西部いきいき市民活動センター

田中玄京町149 ☎791-1836

夕涼み音楽会と盆踊り

日時 9月2日(金)17:00~18:00

場所 養正保育所 2階ホール

申込み 不要 問合せ 電話で当センターへ。

その他 8月27日(土)10:00~盆踊りの練習会を開催します。

左京老人福祉センター

高野西開町5 ☎722-4650

盆踊り大会

日時 8月27日(土)13:30~15:00

場所 当センター ホール

費用 無料 持ち物 上履き 申込み 不要

その他 当センターに更衣室はありません。

左京区地域介護予防推進センター

下鴨上川原町62 ☎706-6499

介護予防フェスティバル

楽しく体を動かしましょう。

日時 9月3日(土)10:00~11:30

場所 区役所1階 大会議室 申込み 不要

持ち物 運動出来る服装、飲料水、タオル

図書館 休館日 毎週火曜日

左京図書館 ☎722-4032

赤ちゃん絵本ふれあいタイム

8月25日、9月1日、8日、15日

各日とも木曜日10:30~

おたのしみ会 8月27日(土)11:00~

岩倉図書館 ☎702-8510

あかちゃんタイム 9月9日(金)11:00~

えいごタイム 9月10日(土)10:30~

移動図書館「こじか号」

☎801-4196

巡回日程

8月22日(月)	10:00~11:00 京都大原学院 11:20~11:50 農協静原支所横 13:00~13:40 静原小学校
8月26日(金)	10:00~10:40 修学院小学校 11:00~11:40 上高野小学校 13:00~13:40 八瀬小学校
9月2日(金)	10:00~10:40 市原野小学校 11:00~11:30 鞍馬本町かどや駐車場 13:00~13:40 鞍馬小学校
9月14日(水)	10:30~11:00 広河原伝兵衛前 11:20~11:50 JA京都中央花背支店前 13:00~13:30 花背小中学校 13:50~14:20 別所喫茶カウベル前

お口ハーモニアン③
くしあわせなら手をたたこう
のメロディで足踏みしながら♪

しあわせだっ
くの中7番
ペエッ

しあわせだっ
くの中7番
ペエッ

しあわせだっ
くの中7番
ペエッ

しあわせだっ
くの中7番
ペエッ

ほらみ
舌だっ
くの中7番
ペエッ

ほらみ
舌だっ
くの中7番
ペエッ

タシの皆さんが
考案した健康つ
くり体操です。

※無料・事前申込み不要
※ロコモ・メタバ解消とお口の健康アツ
プに最適です。

左
さくら
体操

受付場所 左京区役所、各出張所他
問合せ 左京区役所地域力推進室まちづくり
推進担当(☎702-1029)

人権強調月間

この機会に人権の大切さについて考えてみませんか。

人権啓発パネル展示

期間 8月15日(月)～31日(水)
場所 区役所1階 区民ロビー
問合せ 区地域力推進室
(☎702-1029)



平成27年度「四字熟語人権マンガ」京都市長賞 眼中無人

土木事務所通信

8月は「道路ふれあい月間」安全で快適な道路環境を維持するとともに、道路の役割と重要性について再確認する期間です。普段利用している道路も、一人一人の心掛け次第でより広く、安全に利用することができます。



左京区から次の事業が認定されました！

事業名 「みらいアートせいかプロジェクト」
事業内容 児童館やデイサービスセンターでアートワークショップを実施し、地域の子どもや高齢者の方が創作活動に触れる機会を提供します。



学まちコラボ事業とは
大学と地域が一体となって「コラボ」し、まちづくりや地域の活性化につながる事業を支援するものです。

祝 学まちコラボ事業が決定！

防犯・犯罪情報メール登録のススメ

- 配信している情報
- 子どもに対する声かけ事案等の情報
 - 公然わいせつ事件やひったくり事件などの発生情報
 - 凶器を持った犯人の逃走事件情報
 - 悪質商法・振り込め詐欺に関する情報
 - 犯人の検挙・逮捕情報

- 登録方法
- 1 anzen@k-anshin.pref.kyoto.jpに空メールを送信
 - 2 返信メールに添付の登録用URLからサイトに接続
 - 3 防災・防犯情報メール配信システム利用規約を確認
 - 4 順を追って登録手続
- 問合せ 川端警察署(☎771-0110) 下鴨警察署(☎703-0110)

学区民体育祭の日程

※開催日が10月9日以降の日程は9月15日号に掲載します。

学区名	会場	開催日	予備日
鞍馬	鞍馬小学校	9月18日	9月22日
広河原	元堰源小学校		雨天時は体育館で開催
別所	元別所小学校	9月22日	9月25日
岩倉北	岩倉北小学校	9月25日	10月2日
八瀬	八瀬小学校		10月2日
静原	静原小学校	10月2日	10月2日
吉田	第四錦林小学校		10月16日
岡崎	錦林小学校	10月2日	10月23日
浄案	第三錦林小学校		10月16日
修学院	修学院小学校	10月9日	10月9日
松ヶ崎	松ヶ崎小学校	10月9日	10月9日
明德	明德小学校		10月16日
大原	京都大原学院	10月9日	10月9日
八樹	花背小中学校		10月10日

左京スポーツニュース

【6月26日】平成28年度左京区民バレーボール祭が開催され、2勝したチームが優秀チームに選ばれました。また、男子の部では優秀チーム同士で対戦し、上高野体振チームが優勝しました。

優秀チーム (男子の部) 上高野、岩倉南 (女子の部) 葵、修学院、上高野、松ヶ崎、明德、大原、市原野

【7月10日】平成28年度左京区民ソフトバレーボール祭が開催され、2勝したチームが優秀チームに選ばれました。



優勝した上高野体振チームの皆さん。優勝おめでとうございます!!

優秀チーム 錦林東山、養正A、養徳A、養徳B、下鴨A、修学院A、葵A、岩倉南A、市原野B

左京ボイス

クイズコーナー

今月のクイズ

4面掲載の「学まちコラボ事業が決定。認定された事業名は？」
「○○○アートせいかプロジェクト」

正解者の中から抽選でトランプ力カキカード500円分を3名様にプレゼント。

応募方法①氏名②年齢③住所④電話番号⑤クイズの解答⑥本紙への感想(必須)を記入の上、ハガキ又はメールで送付。

私が住んでいる町内は一期、子どもの人数が少なく、子ども一人だけのため

8月もお盆が済むと秋の気配が感じられます。子ども頃の私にとって8月の終わりは、楽しかった夏休みの終盤を意味し、それまで見なかったことになっていた宿題に悶絶することを意味していました。

大人になってからの8月の終わりは、地蔵盆の準備に奔走する時期となります。

お年寄りの方もたくさん参加してください、「○○のおばあちゃんはお花を買っていく役目。○○さんはお寺さんを迎えに行く係」というような役割分担ができていて、それも素敵なことだと思います。皆が誰かのために役に立っているという自負ができますから。

そしてお地蔵さんにお供えするお精進のお膳。これ

は町内の奥様の持ちまわりです。味見をする訳ではありませんが、なんと全員が「へえ、上手に炊いてはるなあ」と京都人らしくお膳を吟味。担当の奥さんは「大したことありません」と言いながら実は気合いが入っていて、私は密かにほほ笑んでおります。

いつも思うのですが、昔は集まりごとの際に得意料理を持ち寄り、自分の料理を披露する場所がありました。そのことは、料理の上達にとっても役に立っていたのではないかと思います。

少し襟を正して料理をする。そんなチャンスも地蔵盆にはあるのではないのでしょうか。そして、その積み重ねに京都のほんまもん氣質が見え隠れしているように思います。

「ほんまもん」を食べる

第3回

左京食文化プロジェクト「トッほんまもん」の食を楽しまうの一環として、左京ならではの季節の料理や食材を楽しむコラムをご紹介します。



料理研究家 大原千鶴

応募先

「ハガキの場合」〒606-8511 左京区役所地域力推進室「左京ボイス」担当まで

「メールの場合」件名に「左京ボイス クイズ応募」と明記の上、sakyobcity.kyoto.lg.jpへ

応募締切 9月15日(月)(必着)

7月号の解答

「(気遣)やんわり」
当選者の発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。