



市民しんぶん東山区版

# こちら東山



7月  
15日号

東山区の総人口:36,025人  
男性:15,392人  
女性:20,633人  
世帯数:20,632世帯  
令和3年6月1日現在(推計)

東山区役所ホームページ 東山区役所 検索

## 新型コロナ ワクチン接種に ついて

かかりつけの診療所等がある場合は直接お問い合わせください。また、身近な診療所等がない場合は、本市の集団接種等をポータルサイト・コールセンターから予約(登録)してください。先着順ではありません。安心して登録してください。詳細は順次ホームページ等でお知らせします。

お問い合わせはコールセンターまで

☎0570-040808 または ☎950-0808

(通話定額プラン等でも料金が発生します。)

FAX950-0809

※受付時間8時30分~17時30分(土・日・祝日も対応)

京都市 ワクチン ポータル 検索



ワクチンの最新情報はホームページで紹介

# 若い力が活躍!

## ユニバーサルツーリズムプロジェクト

様々な種類のステッカー



「京都・東山観光おもてなし隊」は、京都美術工芸大学の学生さんや、区内のお店、施設等が一体となって、高齢者や障害のある方、子育て世代の方など、誰もが安心して楽しんでもらえる観光(=ユニバーサルツーリズム)を目指しています。



例えば... 飲食店などの感染防止対策をお客さんに伝えるステッカーや、障害の有無や年齢にかかわらず誰もが安心して楽しんでもらうことができる東山観光マップを制作しました。学生さんたちが実際に歩いて、見て、感じたことを基にデザインしました。

## 高齢者支援プロジェクト

京都女子大学の学生さんたちが中心となり、高齢者の健康長寿をサポートすることや、交流の場を提供することを目的として活動しています。

例えば... 高齢者の体操教室の会場と会場をオンラインでつなぐお手伝いをしたり、定期的に空き家を見回り、換気や雨漏りなどのチェックを行う「空き家見守りボランティア」を行ったりしました。



東山区役所では、区内の高校・大学や事業者等と連携して様々なプロジェクトに取り組んでいます。今回はその取り組みの一部を紹介いたします。

## 南部地域プロモーションプロジェクト

日吉ヶ丘高校の生徒さんたちが中心となり、東山区南部地域の魅力を再発見し、SNS等を活用しながら発信しています。

例えば... 寺院や地元のおすすめスポット等を紹介する動画を作成してSNSで世界に発信したり、「京都 秋の東山 三ヶ寺巡り」を広く知ってもらい、地域の貴重な文化に触れていただくため、オンラインでの手作り御朱印帳講座を開催したりしました。



## 京焼 目利きプロジェクト

京都芸術大学の学生さんたちが中心となり、京焼・清水焼の良さを職人さん、販売・使用する業者さんなどにヒアリングして、「目利き」になるための情報をイベントやメディア等で発信しました。

例えば... 京焼・清水焼の職人さんや販売店の方に取材した内容を動画にして、ホームページ(https://kyoyaki.rdy.jp)で公開しました。また、五条坂・茶わん坂を歩くためのガイド冊子を制作して配布しました。



※令和2年度の取り組みを掲載しています。

問合せ 地域力推進室(☎561-9114)

### お知らせ

令和3年度の粟田、弥栄、新道、清水、貞教、修道、月輪学区の夏祭りは中止となりました。なお、今熊野学区については7月25日(日)に開催予定ですが、状況により変更の場合があります。

# 水の事故を防ぐために



## 【海より危険?河川の水難事故】

水難事故の半数以上は河川で発生しています。水深が30cm以上あれば子どもは簡単に足を取られてしまいます。大人は子どもから目を離さないようにしましょう。

また、川の上流で雨が降ると、下流で増水して流されてしまうこともあります。常に天候もチェックしておきましょう。

## 【飲酒後は水の中厳禁!】

飲酒後は判断力が低下するだけでなく、疲れやすくなったり、体温が急速に下がりがやすくなったりと、非常に危険です。「飲んだら入るな」を守りましょう。

問合せ 東山消防署(☎541-0191)



# 夏の交通事故防止市民運動 始まります

## 7月21日(水)~31日(土)

期間中、交通ルールの順守と正しい交通マナーの実践を習慣付けていただくために啓発活動等を行います。

## スローガン ゆずり合う 笑顔が行き交う 京の夏

- 運動重点 ・信号機のない横断歩道における歩行者優先の徹底
- ・子どもと高齢者の交通事故防止
- ・自転車の安全利用の推進
- ・飲酒運転の根絶

問合せ 地域力推進室(☎561-9114)



# 区内の主な催し (7月20日~8月19日)

## 〈8月〉

◆高台寺夏の夜間特別拝観・ライトアップ = 1日(日)~18日(水)(高台寺)

◆六道まいり= 7日(土)~10日(火)(六道珍皇寺) ※オンラインや郵便による「代参供養」も7月25日(日)まで受け付けます。

◆六波羅蜜寺萬燈会厳修= 8日(日・祝)~10日(火)(六波羅蜜寺) ※送り萬燈会法要16日(月)

◆清水寺千日詣り= 9日(月・休)~16日(月)(清水寺) ※夏の夜間特別拝観14日(土)~16日(月)



## ひがしちゃんの健康情報

# 夏バテを防いで 元気に夏を乗り切ろう!



夏バテは「体内の水分不足」「胃腸の冷え・食欲低下」「自律神経の乱れ」が組み合わさることが原因で体調不良となっている状態です。

## ●夏バテ撃退&予防法●

【こまめな水分補給】 常温のお茶や水がおすすめ。激しい汗をかいた時には、スポーツドリンクなどの清涼飲料水も利用しましょう♪ただし、糖分が多い飲料は、疲労感を招くもとに。

【栄養のある食事】 タンパク質・ビタミン・ミネラル類を意識しましょう。

【空調管理・体温調整】 外気温との差が大きくなりすぎない28℃程度がおすすめ。

【休 養】 エアコンのタイマー設定を活用して、質の良い睡眠を。

【適 度 な 運 動】 屋内でできるストレッチなどがおすすめ。

問合せ 健康長寿推進課(☎561-9128)

# 食育 セミナー 親子で体験、 ポリ袋クッキング



災害時にも使える“ポリ袋クッキング”を体験してみましょう!

夏休みに、親子で一緒に朝ごはんを作りませんか?

日時 8月3日(火)、11日(水) 各10時~12時30分

※両日とも同じ内容です。

場所 区総合庁舎地下1階 23番窓口にて受け付け

内容 調理実習「備蓄品を使って朝食作り」、試食、お話

対象 区内在住の小学生と保護者

定員 各日5組(先着順) 費用 1人300円

持ち物 エプロン、三角巾、手拭きタオル、上靴(お子様のみ)

申込み・問合せ 7月20日(火)から電話または窓口にて健康長寿推進課(☎561-9128)



## 〈実習メニュー〉

- ・豆チーズ蒸しパン
- ・ココナッツ小豆蒸しパン
- ・切り干し大根のサラダ
- ・トマトスープ

※変更になる場合があります



市民しんぶん東山区版では、新しい生活スタイル健康ポイント対象の区主催・共催のイベント等に左のマークを掲載しています。地域の様々な行事もポイントの対象になります。参加して健康づくりに取り組みましょう。

問合せ 健康長寿推進課 (☎561-9128)



東山区では、地域と区役所、警察署、消防署が一体となって東山の安心・安全に取り組んでおり、毎月16日を「東山区安心安全の日」と定めています。皆さんの身の周りの安心安全を確認しましょう。

◀「世界一安心安全 チーム東山」ロゴマーク  
揮毫：清水寺 森清範貫主



## 東山区地域支え合い活動 入門講座

高齢者が参加できる「居場所」を立ち上げるための基礎知識や、活動の実際等を学ぶ講座です。

**日時** 7月29日(木)13時30分～15時

**場所** 東山老人福祉センター

**定員** 10名(先着順) ※オンライン(Zoom)による参加も可能

**費用** 無料

**申込み・問合せ** 東山区社会福祉協議会(☎551-4849)



## 災害に備えて 飲料水の備蓄を!

災害用備蓄飲料水「京のかがやき 疏水物語」の購入を区役所でも申し込みいただけます。大雨や台風などの災害に備え、飲料水の備蓄をお願いします。

(「1人1日3リットル、3日分以上の飲料水の備蓄」が目安です!)

・2,400円/1ケース24本入り (市内配達無料)

※区役所での申し込みは来所に限ります。

(配達は後日)

**問合せ** 市上下水道局お客さま窓口サービスコーナー  
(☎672-7770)



## 東山区学校だより

### 開晴小中学校

どの学年も教育活動の遅れなく、夏休みを迎えられそうです。昨年度に比べると長い夏休みですが、子どもたちだけでなく保護者の皆さまにも有意義に時間を過ごしてもらいたと思います。心身ともにリフレッシュした姿で、2学期も元気いっぱい、笑顔いっぱいの開晴小中学校にしていきたいです。

### 東山泉小中学校

コロナの影響で、いろいろなことが制限されている学校生活の中でも、子どもたちは毎日を一生懸命に過ごしています。こんな時だからこそ、相手の身になっていろいろなことを考えることができる、「思いやりの心」が育つ教育活動を全教職員でしっかりと取り組んでいきたいです。

## 高等職業訓練促進給付金等事業 の拡充について

ひとり親家庭の親の就業に向けた能力開発を支援する制度について、令和3年度に修業を開始した方に限り、看護師や介護福祉士等の資格取得のため、養成機関で6か月以上のカリキュラムを修業する場合や、雇用保険制度の教育訓練給付の一部指定講座の中で、6か月以上のカリキュラムを修業し、民間資格等を取得する場合にも対象となるように拡充しました。詳しくはお問い合わせください。

**問合せ** 子どもはぐくみ室(☎561-9350)

## 福祉医療費受給者証の更新のご案内

子ども医療を除く各種福祉医療制度(①ひとり親家庭等医療②重度心身障害者医療③老人医療④重度障害老人健康管理費)について、受給資格のある方には新しい受給者証を、資格喪失の方については資格喪失通知書を7月末に送付します。①は更新申請書の提出が必要です。

資格喪失となった方でも、所得の修正や世帯構成に変更があった場合、対象となることがありますので、再度申請してください。前回、所得超過により資格喪失となった方でも対象となることがありますので、その場合は①～③は8月中に、④は7月中に申請してください。

**問合せ** ①子どもはぐくみ室(☎561-9350)  
②障害保健福祉課(☎561-9130)  
③健康長寿推進課(☎561-9187)  
④保険年金課(☎561-9199)

## 答え 東山発見!クイズ

### 前回のクイズの答え は退耕庵です。

多数のご応募ありがとうございました。

境内にある小野小町百歳井戸はその昔、小野小町が水面に映った年老いた自分の姿を見て嘆いたと伝えられています。



# 東山広報板

東山区役所 〒605-8511 東山区清水5丁目130-6  
☎ 561-1191(代表) ☎ 541-9104  
開庁時間 9時～17時(土・日・祝日、年末年始を除く)



市の手続きや制度、施設、催しに関する申  
込み・問合せにお答えする窓口(年中無休)  
☎ : 8時～21時、FAX・メール : 24時間

みなここ  
☎ 661-3755

ごようほここ  
FAX 661-5855  
メール(ホームページから)

京都いつでもコール 検索



## 相談(無料)

### 弁護士による京都市民法律相談

日時 毎週水曜日(祝日を除く)  
13時15分～15時15分  
受付 窓口または電話にて **予約制**  
相談日の週の月曜日～相談日(祝日を除く)  
9時～17時  
※相談日当日の受付は14時45分まで  
定員 6組(1組につき20分以内)  
問合せ 地域力推進室(☎561-9114)  
※場所は区総合庁舎2階 地域力推進室相談室

### 行政書士による困りごと相談

日時 8月19日(木) 14時～16時  
場所 区総合庁舎2階 地域力推進室相談室  
問合せ 京都府行政書士会第4支部事務所  
(☎762-0505)

## 保険年金

### 新しい高齢受給者証を7月中にお送りします

お手元の高齢受給者証は7月31日で有効期限が切れるため、8月1日以降は新しい受給者証をお使いください。  
※負担割合が3割の方へ  
収入が一定以下の場合、負担割合が2割となる場合があります。対象となる方は申請書を同封していますので、要件等を確認の上、申請してください。  
問合せ 保険年金課(☎561-9197)

### 後期高齢者医療保険料の通知書を7月中旬にお送りします

令和3年度の後期高齢者医療保険料の金額と7月以降の保険料の納付方法をお知らせします。  
問合せ 保険年金課(☎561-9197)

### 新しい後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証及び後期高齢者医療限度額適用認定証をお持ちの方へ

現在お持ちの証の有効期限は7月31日です。8月以降も引き続き交付要件を満たしている方には7月中に新しい証を郵送します。ただし、世帯に所得不明者がいる場合等には交付申請を行っていただく必要があります。  
問合せ 保険年金課(☎561-9199)

## 保健福祉

### 成人・妊婦歯科相談【無料】

日程 8月20日(金)  
対象 18歳以上の方、妊産婦の方  
受付 13時30分～15時  
区総合庁舎地下1階 23番窓口にて(予約不要)  
※マスクの着用をお願いします。  
問合せ 健康長寿推進課(☎561-9128)



### 乳幼児健康相談【無料】

発育発達、栄養、子育てに関する相談を行います。  
日時 7月27日(火) 9時～10時  
場所 区総合庁舎地下1階 21番窓口  
対象 就学前までのお子さんと保護者  
申込み 前日までに電話にて  
問合せ 子どもはぐくみ室(☎561-9349)



### 介護保険料確定額の通知書送付のお知らせ

7月下旬までに65歳以上の方にお送りします。原則年金からの引き落とし(特別徴収)ですが、特別徴収に該当しない方は、同封の納付書または口座振替で納めてください。新たに口座振替をご希望の方は、口座をお持ちの金融機関または郵便局でお申し込みください。  
なお、生計維持者の失業・休業等で令和2年度より著しく所得が減少したなど、特別な事情で納付が困難なときは、申請により減免が受けられる場合がありますので、お早めにご相談ください。  
問合せ 健康長寿推進課(☎561-9187)

## 東山図書館

区総合庁舎南館2階(☎541-5455)  
開館 : 9時30分～17時(平日の月・木は19時まで)  
休館 : 毎週火曜日・年末年始

### 8月のテーマ図書の展示と貸出

期間 8月1日(日)～30日(月)  
テーマ 「つめたいもの」(児童)  
「夜空はロマンチック」(一般)

### おたのしみ会

日時 8月28日(土) 11時～11時30分  
内容 絵本の読み聞かせ他

## 東山青少年活動センター

区総合庁舎2階(☎541-0619)  
開館 : 10時～21時(日・祝は18時まで)  
休館 : 毎週水曜日

### 「YU' Z+ (ユーズプラス)」がリハーサル等に使えます!

音楽をはじめとする活動のコンサートや発表を控えているグループを対象に、3か月先まで音楽スタジオを最大6時間リハーサル場所として無料でご利用いただけるプランがあります。まずはお問い合わせください。  
対象 市内在住・通勤・通学の13歳～30歳までの方で構成されており、発表や公演の日時・場所が決定しているグループ



## カレンダー 7/20～8/19

7月	行事名	掲載面
20 火	食育セミナー「親子で体験、ポリ袋クッキング」申込み開始	2面
21 水	夏の交通事故防止市民運動(～31日) 相談 弁護士による京都市民法律相談	2面 4面
22 木・祝		
23 金・祝		
24 土		
25 日		
26 月		
27 火	保健福祉 乳幼児健康相談	4面
28 水	相談 弁護士による京都市民法律相談	4面
29 木	東山区地域支え合い活動入門講座	3面
30 金		
31 土		

8月	行事名	掲載面
1 日	図書館 8月のテーマ図書の展示と貸出(～30日)	4面
2 月		
3 火	食育セミナー「親子で体験、ポリ袋クッキング」(11日)	2面
4 水	相談 弁護士による京都市民法律相談	4面
5 木		
6 金		
7 土		
8 日・祝		
9 月・休		
10 火		
11 水	相談 弁護士による京都市民法律相談	4面
12 木		
13 金		
14 土		
15 日		
16 月		
17 火		
18 水	相談 弁護士による京都市民法律相談	4面
19 木	相談 行政書士による困りごと相談	4面

※時間、場所、問合せなどは、掲載記事をご覧ください。

新型コロナウイルス感染症の影響に伴い、紙面に掲載している催しなどは中止・変更になる場合があります。各施設の閉館・開所時間についても変更となる場合があります。念のため各問い合わせ先へのご確認をお願いします。体調不良の方の催しなどへの参加はご遠慮ください。