舎玄関前で

まち歩きツアーを大京区を表された。

マ」(西陣コース) 陣の地に織り成す悠久のドニ

時日

「苔玉ア 3月10日(土) ·講習会」

を開催 ラ 西 集合場所 京都市考古資料館前(市バス今出川大宮停前) ②「古代より連なる政庁街の 系譜、滋野を往く」(京都府 庁界わいコース) 日時 3月24日(土)午前10 時〜正午

ガイド 古武主 古武博司氏

上京探

h 府 庁 前 事 務 理 事)

3月24日 (土) 午後2 アーコンテスト最優秀仲治實氏(上京まち

(保険代 (4 番

生体

よう。 学力に影響を及 学力に影響を及

・朝ご飯を報答刺激

かり

食べま

顔を洗って神

5

ぐっすり睡眠-早寝早起き・

○早起きから始め

て明るい光を浴びった時間にカーテから始めましょう

1 4 場所 市バス一条戻橋・ ④ 「近代文化の発車駅・仁和 を巡る」(仁和コース) を巡る」(仁和コース)

★ 2月16日(木)サ 2月16日(木)サンフでもコール」(サンフでもコール」(サンフでもコール」(サンフでもコール」(

| 間に動き、夜遅くなり体はお日様が昇る朝

苔玉 (完成イメージ)

春休み特集

大会議

音玉アレンジメント講習会に代表される多肉植物を使に代表される多肉植物を使って、アロエやサボテンはので、アロエやサボテンはで、アロエやサボテンはでは、アロエやサボテンはでは、アロエやサボテンは、アロエやサボ

作りを通じて、楽しリアとしても人気の

成 法

うきうきキッズクッキング 春休みの1日をおうちの人やお友達と一緒に クッキング。作ること、食べることをもっと好き になりませんか? 日時 3月26日(月)午前10時~午後1時(午前

9時45分受付開始) 場所 上京保健センター2階 栄養改善室 内容 クッキング「簡単クッキングとお抹茶体験

しませんか?!」 予定メニュー(豆ご飯、茶碗蒸し、和菓子、お抹 対象 区内在住の5・6歳児とその保護者

定員 8組(先着順) 参加費 500円 (1組) 持ち物 エプロン・三角巾・手拭タオル・上履き・ おはし(上履き・おはしは子どものみ)

にて受付

申込み 2月15日(水)~3月16日(金)に電話 僴=健康づくり推進課成人保健・医療担当(☎432-

(木)~3月8日 午前8時30分~5 に、左京区選挙等

の選挙

(第1)

の選挙人名簿を2月3日)~3月8日(木)(各日)~3月8日(木)(各日)を3月8日(木)(各日)を京区選挙管理委員会を京区選挙管理委員会を放ケ崎堂ノ上町7番地・松ケ崎堂ノ上町7番地・松ケ崎堂ノ上町7番地

3 **募集**欄参照)

外国人登録されており日本語の会話が可能な方) ②国・地方公共団体の議員や常勤の公務員でない方 ③平日の昼間に出席可能な方 ④本市の他の審議会等の委員 に2つ以上就任していない方 応募方法 上京保健センター でお渡しする応募用紙(ホームページからダウンロード 可)に記入の上、郵便又は脳で問合せ先にお送りください

昨年のようす

上京区文化振興会・上

*· 2 課

8 9 **\$**

いる方又は設歳以上の方

持ち物 黒の木綿糸(裁縫**時込み** 2月15日 (水)から 受講料をご持参のうえ、まち づくり推進課(1階①番窓

用 **持 5 湯** 10 **物**

×ートレメヒ、ハナ 黒の木綿糸(裁 2千円(材料費)

241·9250) 241·9250)

委員会(云

内にある専門機関等

(住所· W番号

金 2

切日の(木)

消(

(締切)

ターがありますが、持ち込みできるものに一部制限ありできるものに一部制限ありてきるものに一部制限あり年後1時~4時30分年後1時~4時30分年後1時~4時30分年では通常どおり受付しまた、大型ごみの回収は、また、大型ごみの回収は、また、大型ごみの回収は、また、大型ごみの回収は、 育ち教室は とお母さんのこお母さんの

確定申告はお

草め

一多回ツ

音及び住民

士による

西陣織会館(堀川通今出川南相談会場

南

本市では、1回の収集に出本市では、1回の収集に出

ご利用ください

LI

本市では、1回の収集に出なが多く排出されます。

2月20日 (月)・3 **市北文化会館** (北 ジタウン内)

(北・井

なフェン。 ついろな遊びも親子で た不安にお答えしま た不安にお答えしま

8日(木)午前

悩みや楽しさをみ

甲込場所 保険年全番、領収書等) 番、領収書等)

市民しんぶん上京区版

24

年

民

税

の

主

な 変

更

ご利用ください。 利で確実な口座振替を保険料の納付には、原

「込みと併せてない。 保険年金課へ

度からの意味

でらせ

国民年金

こん

なときには

内 ル 場 時 **容** (**所**)

をこみ、大型ごみとも処 をこみ、大型ごみとも処 をこみ、大型ごみとも処 をこみ、大型ごみとも処

(新生字社者を発生の主体を含まれている) 支払者へ届け出をされている 以外に、社会保険料、生命保 険料等の所得控除がある方、 ②多額の医療費を支払った方等は、所得税の確定申告をすれた所得税が 戻ってくる場合があります。 また、住民税の申告をすれた所得税が 戻ってくる場合があります。 また、住民税の申告をすれた所得税が で、所得税が課税されて所得税が で、所得税が課税されている 方は、申告りない場合に比べ住 に、申告しない場合に比べ住 とがあります。 では、申告しない場合に比べ住 に、中告しない場合に比べ住 とがあります。 では、申告としてください(確定申告をされた方は、住民税 の申告は必要ありません)。

2月22日 (水) ~24日 (金) ※ハずれも時間は午前9時30 (受付は午後3時まで)。 (受付は午後3時まで)。

※ ン 山 タ

また、ご家庭から円 表でご自身で市の処理施 をご自身で市の処理施 まなこともできます。

身で市の処理施設へ持、ご家庭から出るごみ

不平台余へ) | 表すらは☆0120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120・ | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120 | 120

(納入通知 きは、配偶者の勤務先を通第3号被保険者に該当する

階⑦番 窓宮

込に必要なもの

抽選で







(3) 平成24年2月15日 第194号

() 定が行われ

お取引のある金融機関、ゆうちょ銀行(郵便局)又は保険年金課の窓口※本人名義以外の口座から引き落とすこともできます。されるのは、普通徴収の保険料のみです。特別徴収(年金からの引き落とし)の方でコからの引き落とし)の方でコ

対象金融機関 対象金融機関 京都銀行、京都信用金庫、 ※その他の金融機関 での申込み手続が

銀京

変更をご希望の場を見りの方で口落とし)の方で口を強しりの方で口を強しいの方で口が、普通徴収の保険により引き落とし

空除の適用下限額が5千423年1月1日以後である。

①年少扶養親族(年齢16歳 (1歳以上23歳未満)の発止、②特定扶養親族(16歳以上23歳未満)のうち、16歳以上23歳未満)のうち、16歳以上23歳未満)のうち、16歳以上23歳未満)のうち、16歳以上23歳未満)のうち、16歳以上23歳未満の方に係る扶養控除(45万円への縮小、③扶養程除(45万円への縮小、③扶養程除対象配偶者控除に23万円への縮小、③扶養程除(45万円への縮小、③扶養程除(45万円への縮小、③扶養程除(45万円)の33方に、大養程を記されて、15年間を加算する措置が、特別障害者である場合に、扶養程度は、15年間を加算する措置が、特別障害者である場合に、25年間に対する対象に対する対象に対する対象に対する。

単に口座振替の申込み 単に口座振替の申込み 対象金融機関のキャ

キャッシハンコへ

(ペイが 簡ロシュ

還付金につい

除険金等に関する特別退族への年金型の生命

の

込もあは国

込みができます。も、保険年金課窓口で申めれば、ハンコがなくては、キャッシュカードがは、キャッシュカードが国民健康保険の口座振替

間が省け、とても便利で、毎月保険料を納めに行く」座振替をご利用いただく

多数のご応募な ございました。

られます。亨尔 立売通天神道西 で ・ 享保十二年(一七 副建された臨済宗妙 です。諸願成就

なときには届出を 65歳未満の方、海外にお住まいの20歳以上65歳未満の日本人の方は、希望すれば国民年金に加入できます。 (加入届出をしていない、保険料未納の場合) 老齢基礎年金を受給するには、保険料納付済期間や免除期間等を合わせて25年以上必要です。加入の届出をしていなかったり、保険料を未納のままにしておくと、障害基礎年金や遺族基礎年金が受給できないこともあります。

(**退職時などには届出を**) 国民年金では、退職など人 国民年金では、退職など人 生の節目には、そのつど届出 が必要です。届出を忘れる が必要です。届出を忘れる に時間がかかる場合もありまっ。

いの60歳以上ください。 でである。 では、1000円である。 では、1000

今回はありません

とと、 者の電 境内に られているところから、このために奉納された八千余のために奉納された八千余 の通称が生まれました。

ると眠る仕組みになっています。寝ている間には、子ぶルモンが多く分泌されます。夜ぐっすり眠ることで、朝は早起きができ、一日を元気に過ごすことがで、朝は早起きができ、

・う。長いお お昼寝は避けま めに

・ タ方以降は強い光を避け、寝る前にはテレビや明け、寝る前のお楽しみ時間を作りましょう(絵本の読み情かせ・お布団の中でのお聞かせ・お布団の中でのお話など)。

から始めてみから始めてみから始めてみ が未完成な子ども 、良質で規則正し できそうなこと てみましょう。

保健担当康づくり推

3221) 子•精神保

・昼間はよく体を動かしまましょう○早く寝るために工夫をし

業委員会委 人名簿 0

カカ

ラム開催

半安の間」

り見り、東ノ京都堀

となっています。 ・ となっています。 ・ となっています。 1 千食) れている「配食サーで、区内17学区で取 しいます。 | 場所 | ホテル|| 1時3分~4時

となっ、となっ、となっ、そこで、区グリーをもとに、この事業が果たす孤立防止の役割などについての実践報告するもとに、この事業が果たす孤立防止の役割などについて、皆さんと一緒に考えて、12思います。 で ②配食サービファ ②配食サービファ 立防止の実践報告 山下憲昭氏(大谷大学教 が費 無料 ※加費 無料 ②「配食サーロ区内にある サービスを通じたと対している。

日(土)午後しています。しています。

日時 3月13日 (火) 暮らしの行政困りごと相談