

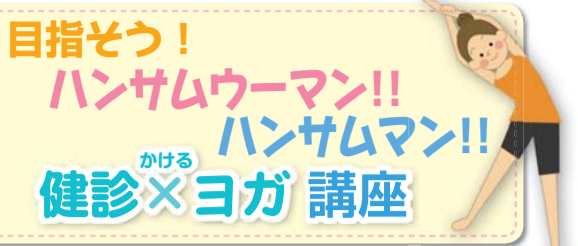
「第1回上京区ふくしをなんでもしっとこ講座～もっとしっとこやっこ～」

「上京区ふくしをなんでもやっこ講座」開催!

上京区では、住み慣れたまちでいきいきと暮らし、お互いに理解を深め、共に支えあうことを目的に講座を開催します。「ふくしをなんでもしっとこ講座」では、「障害のある方への理解」をテーマに、映画上映と障害のある方の声を通して、地域で共に生きることをいっしょに考えます。また、「ふくしをなんでもやっこ講座」では、実技・体験等を踏まえて、より深く学び、理解していただく場とし、今回は障害のある方と上京区のまちを散策してバリアフリーについて考えます。

○第1回上京区ふくしをなんでもしっとこ講座 ～もっとしっとこやっこ～		○上京区ふくしをなんでもやっこ講座	
日時	8月31日(土) 午後1時30分～4時30分 (開場は午後1時)	日時	9月28日(土) 午後1時30分～4時30分 (午後1時から受付)
会場	同志社大学寒梅館 地下1階ハーディーホール (地下鉄今出川駅2番出口から烏丸通を北進)	会場	同志社大学キャンパス内及び学外周辺 (集合・解散場所) 同志社大学烏丸キャンパス 志高館地階学生ラウンジ(地下鉄今出川駅1番出口から烏丸通を北進)
内容	第1部 「楽しんでます! 車イスでのキャンパスライフ」 聞き手: 森口弘美氏(同志社大学社会学部社会学部社会学助教) 第2部 映画鑑賞「最強のふたり」 車いす利用者とサポートする人のお話 ※ユニバーサル上映(日本語字幕と音声ガイド付)、パソコン通訳あり	内容	講義、実技・体験等、交流・報告 コーディネーター: 森口弘美氏(同志社大学社会学部社会学部社会学助教)
定員	800名(申込不要・先着順) ※車いすでご来場の方は、事前にご連絡ください。	定員	30名程度(事前申込制) ※上京区社会福祉協議会へお申込みください。

参加費 いずれも無料
主催 上京区役所、上京区社会福祉協議会 **共催** 同志社大学学生支援センター・障がい学生支援室
☎ 上京区社会福祉協議会 (☎432-9535 FAX432-9536)



目指そう! ハンサムウーマン!! ハンサムマン!!
かける 健診×ヨガ講座

1日目 10月2日(水) 午前9時～10時30分
内容 青年期健康診査(問診、身体計測、診察、血圧測定、尿・血液検査)
・骨粗しょう症予防健診(希望者のみ)
・青年期健康診査 500円
・骨粗しょう症予防健診 1,000円
※免除制度があります。

2日目 10月16日(水) 午前9時30分～受付開始
内容 午前9時45分～ 健診結果の説明、運動実技「ヨガ」
午前11時30分～ 個別相談(希望者のみ)
※2日目は無料。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。

場所 上京保健センター
対象 18歳から39歳までの方で2回とも参加できる方(子どもと一緒に参加可)
定員 15名(先着順)
申込み 8月26日(月) 午前8時30分から受付を開始しますので、電話でお申込みください。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 (☎432-3221)

上京こころのふれあいネットワーク
講演会
上京こころのふれあいネットワークは、こころの病を持つ人も持たない人も、住み慣れた地域で安心して暮らせるまちを目指して設立されました。
今回は、「発達障害」についての講演会を開催します。大人の発達障害とはどんなものなのか、日常生活でどんなことに困っておられるのか、周りの人とはどのように接したらよいのかについてお話いただけます。興味のある方はぜひご参加ください。

日時 9月2日(月) 午後1時30分～3時30分(午後1時開場)
会場 京都社会福祉会館(猪熊通丸太町下る中之町9)
※会場には駐車場がありませんので、公共交通機関をご利用ください。

内容 講演「大人の発達障害について」
講師 小谷裕美氏(花園大学社会学部教授、医師)
定員 100名程度(定員を超えた場合はお断りさせていただきます。)
申込み 8月15日(水)～8月28日(水)に電話でお申込みください。
主催 上京こころのふれあいネットワーク(事務局 上京保健センター)
☎ 健康づくり推進課母子・精神保健担当 (☎432-3322)

第55回 上京区壮年ソフトボール大会
上京区体育振興会連合会主催による第55回上京区壮年ソフトボール大会が6月2日に開催され、1部、2部合わせて18チームが参加しました。
好プレーが随所に見られる熱戦の結果、1部は、室町体振チームⅡ写真Ⅱ、2部は、仁科体振チームがそれぞれ優勝しました。1部優勝の室町体振チームは、7月28日に開催された京都市ソフトボール大会壮年の部に上京区代表として出場しました。

区社協通信
手であらわす言葉「手話」を一緒に学びませんか?
手話を覚えてみたいけど、難しそう...と思っていませんか?
大人も子どもも初めての方でも楽しめる内容の講座です。手話に興味のある方はどなたでもお気軽にご参加ください。

日時
① **第1クール**
9月3日(第1回)・10日(第2回)・17日(第3回)
火曜日午後7時30分～9時
② **第2クール**
9月7日(第1回)・14日(第2回)・21日(第3回)
土曜日午後7時～3時30分

内容 聴覚障害の方とともにゲームを通して、楽しく手話を学んでいただきます。

① 対象 3歳までの子どもと保護者
時間 午前10時～正午
場所 上京区社会福祉協議会9階プレイルーム
☎ 上京区社協 (☎432-9536) 室町通中立売西入一筋下る元乗栗小学校内

② 対象 1・20歳以上
時間 午後1時30分～3時
場所 上京区社協 (☎432-9536) 室町通中立売西入一筋下る元乗栗小学校内

上京こころのふれあいネットワーク
講演会
上京こころのふれあいネットワークは、こころの病を持つ人も持たない人も、住み慣れた地域で安心して暮らせるまちを目指して設立されました。
今回は、「発達障害」についての講演会を開催します。大人の発達障害とはどんなものなのか、日常生活でどんなことに困っておられるのか、周りの人とはどのように接したらよいのかについてお話いただけます。興味のある方はぜひご参加ください。

日時 9月2日(月) 午後1時30分～3時30分(午後1時開場)
会場 京都社会福祉会館(猪熊通丸太町下る中之町9)
※会場には駐車場がありませんので、公共交通機関をご利用ください。

内容 講演「大人の発達障害について」
講師 小谷裕美氏(花園大学社会学部教授、医師)
定員 100名程度(定員を超えた場合はお断りさせていただきます。)
申込み 8月15日(水)～8月28日(水)に電話でお申込みください。
主催 上京こころのふれあいネットワーク(事務局 上京保健センター)
☎ 健康づくり推進課母子・精神保健担当 (☎432-3322)

けんこう情報
献血は、愛の贈り物、貴い命を救います。
人間の生命を維持するのに欠かせない血液は、人工的に造ることができません。また、血液は生きた細胞であり、長期間保存できないため、輸血のための血液を確保するには、絶えず誰かの献血が必要です。

特に輸血の効果を高め、副作用やウイルス感染などの危険を少なくすることができるといわれています。65歳以上の方は、60～64歳に献血経験がある方に限り(要確認)献血できます。

区内では、各学区の献血組織のご尽力により、献血が行われ、平成24年度は、延べ18回実施されました。献血者数は50人で、対前年比約1割増と増加しています。

近年、全国的に献血者数は横ばい傾向ですが、若年層(10代、20代)の献血者数は減少傾向にあります。少子高齢化を迎えている現在、幅広い年齢層による献血へのご理解とご協力が不可欠です。献血にご協力をお願いします。

区社協通信
手であらわす言葉「手話」を一緒に学びませんか?
手話を覚えてみたいけど、難しそう...と思っていませんか?
大人も子どもも初めての方でも楽しめる内容の講座です。手話に興味のある方はどなたでもお気軽にご参加ください。

日時
① **第1クール**
9月3日(第1回)・10日(第2回)・17日(第3回)
火曜日午後7時30分～9時
② **第2クール**
9月7日(第1回)・14日(第2回)・21日(第3回)
土曜日午後7時～3時30分

内容 聴覚障害の方とともにゲームを通して、楽しく手話を学んでいただきます。

① 対象 3歳までの子どもと保護者
時間 午前10時～正午
場所 上京区社会福祉協議会9階プレイルーム
☎ 上京区社協 (☎432-9536) 室町通中立売西入一筋下る元乗栗小学校内

② 対象 1・20歳以上
時間 午後1時30分～3時
場所 上京区社協 (☎432-9536) 室町通中立売西入一筋下る元乗栗小学校内

市の福祉医療制度

本市では、市内在住の健康保険加入者を対象に、医療費の自己負担額(一部負担金の)ある制度の一部を助成する福祉医療制度(左を)を設けています。適用を受けるには、申請が必要です。支給内容の一部負担金や申請に必要書類等については担当課にお問い合わせください。

☎ 福祉介護課福祉担当 (☎441-5103) プレハブ棟2階⑩番窓口 | 保険年金課2階⑨番窓口 | 保険年金課5138、プレハブ棟1階⑤番窓口

制度名(問合せ先)	対象となる方
ひとり親家庭等医療(福祉介護課)	次のいずれかに該当する方 ① 生計を一にする父又は母のいない、18歳到達後最初の3月31日までにある児童 ② ①の児童と生計を一にする父又は母 ③ 両親のいない児童と、その児童を扶養する20歳未満の方など ※平成25年8月から父子家庭も対象
老人医療(福祉介護課)	65歳以上70歳未満で、次の①又は②の世帯の方 ① 所得税非課税世帯 ② ア、寝たきり、イ、一人暮らし、ウ、同居者が親族のみで、全員が60歳以上、18歳未満又は一定の障害のある方の世帯
重度心身障害者医療(福祉介護課)	次のいずれかに該当する方 ① 1級又は2級の身体障害者手帳を持っている方 ② 知的指数が35以下の方 ③ 3級の身体障害者手帳を持ち、知的指数が50以下の方 ④ 3歳未満で障害の程度が①～③と同程度の方
重度障害老人健康管理費(保険年金課)	後期高齢者医療の資格がある方で、重度心身障害者医療の①～③のいずれかに該当する方 ※所得制限あり ※老人医療は一部負担金を払う必要があります。

上京区地域介護予防推進センター各種教室のご案内

○「こるばん塾」(運動器の機能向上プログラム) (全10回)
9月5日～11月28日の毎週木曜日午後3時～4時
会場 上京老人福祉センター
内容 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
定員 10名程度(先着順)
(☎441-5107)

※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(☎447-470)
7、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
☎ 支援保険課支援第二担当 (☎441-5107)

国民健康保険、後期高齢者医療からのお知らせ
入院や高額外来受診の予定があり、高額な自己負担金が見込まれる場合、事前にご相談ください。「限度額適用認定証」等申請により交付いたします。「認定証」を医療機関へ提示した上で、次のような適用を受けられます。
ア 医療費の支払いが世帯の自己負担限度額まで済みません。
イ 入院時の食事が減額されます(市民税非課税世帯の方に限る)。
ウ 「認定証」の交付を受けるために、保険証と印かんを持って、保険年金課へ申請していただく必要があります。
※国民健康保険に加入の70歳未満の方については、保険料を精納している場合、前記のアが適用されないことがあります。
※国民健康保険にご加入の74歳の方、後期高齢者医療にご加入の方で市民税課税世帯の方は、お手持の高齢受給者証又は後期高齢者医療被保険者証を医療機関へご提示いただく、医療費の支払いが世帯の自己負担限度額まで済みませんので、申請は不要です。
※職場の健康保険に加入されている方や国民健康保険組合(同業者による国保組合)の組合員の方は、各健康保険の窓口にお問い合わせください。
☎ 保険年金課保険給付・年金担当 (☎441-5108) プレハブ棟1階⑨番窓口

家庭から出るゴミの中で最も多いのが生ゴミ。年間約8万トンの量が排出されています。その4割が食残しなど無駄に出されているのです。また、水分が大気中に切られていなくなり、またまた減量の余地があります。
本市では、買った食材を「使いキリ」、作った料理を「食べキリ」、ゴミを出す前に「水キリ」、これらの3つの「キリ」を合言葉に生ゴミの減量を「生ごみ3キリ運動」を推進しています。
この「生きごみ3キリ運動」を広く知っていただくため、啓発ソングや啓発アニメをインターネットで配信いたしますので「京都生ごみスキャ



前回の正解は 山名宗全宅址の碑です。
山名宗全(一四〇四～七三)は室町時代後期の守護大名で応仁の乱では西軍の將として東軍の管領細川勝元と戦いました。その邸宅の跡は堀川通上立売下の山名邸にあり、今も山名町にその名を残しています。応仁の乱は応仁二年(一四六七)に発生した大乱で、文明五年(一四七三)に山名・細川両氏が相次いで没した後も文明九年(一四七七)まで続きました。「西陣」の地名は山名方の西の陣に由来します。(イ)

ここはどこ? 第209回
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)をご記入の上、〒601-8511 上京区役所「かみぎょ」係まで。締切は8月31日(消印有効)。

長期優良住宅に係る固定資産税の減額制度
長期優良住宅の普及の促進に関する法律に規定する認定長期優良住宅で、平成26年3月31日までに一定の要件(床面積要件等)を満たし新築された場合、新に課税される年度から5年度分、3階建以上の耐火建築物又は準耐火建築物は7年度分の固定資産税について、床面積1㎡までに対応する部分の税額がその1減額されます。減額を受けるには、新築された年の翌年の1月31日までに必要書類とともに申告が必要となりますので、固定資産税課までご相談ください。
☎ 固定資産税課家屋担当 (☎441-5086) プレハブ棟⑨番窓口

現況届・所得状況届の提出をお忘れなく
左表の手当の支給を引き続き受けていただくためには、それぞれ指定された期間に届出をしていただく必要があります。
届出をお忘れになると、8月分以降の支給が受けられないことになりますので、ご注意ください。

年金・手当	提出書類	提出先・問合せ先
児童扶養手当	現況届	支援保険課支援第一担当 (☎441-5119、プレハブ棟2階⑨番窓口)
特別児童扶養手当 特別障害者手当 障害児福祉手当 経過的福祉手当 外国籍市民重度障害者特別給付金	所得状況届 現況届	支援保険課支援第二担当 (☎441-5121、プレハブ棟2階⑩番窓口)

上京区関連の「学まちコラボ事業」
「学まちコラボ事業」は、本市と公益財団法人大学コンソーシアム京都が協働で、大学と地域が一体となり『コラボ』する企画・事業の中から、まちづくりや地域の活性化に資するものを募集し、審査のうえ認定するもので、今年度は16事業を支援事業として、1事業を奨励事業として認定しました。
上京区関連では次の事業を支援事業として認定しました。
○都ライト'13(都)ライト実行委員会、同志社大学、京都造形芸術大学
町家の中から格子越しにごぼれる「暮らしの灯り」を家の内側からライトを使うことで表現する。
☎ 市・市民協働政策推進室 (☎222-3103)、(公財)大学コンソーシアム京都(☎353-9163)

書留郵便
日時 9月10日(火) 午後1時30分～3時
場所 地域力推進室(一部負担金) (校舎棟1階⑨番窓口) (☎441-1100)