食育セミナー「男の栄養塾」

料理を作ってみたい、自分で健康管理ができるようになりたいと思っている男性の方、この機会に料理に挑戦してみませんか。料理初心者の方、大歓迎です。

日時　2月26日（水）午前10時～午後0時30分（受付　午前9時45分～）
場所　上京保健センター　栄養改善室
内容　「はじめてつくる基本の和食」（お話、調理実習、試食、交流会）
献立　ご飯、簡単！ぶり大根、青菜の柚子和え、根菜サラダ、甘酒プリン　※変更になる場合あり
持ち物　エプロン、三角巾（スカーフなど）、手ふきタオル
参加費　500円
対象　区内在住・通勤・通学の18歳以上の男性
定員　15名（先着順）
申込み　2月3日（月）午前8時30分から電話又は窓口にてお申し込みください。
㊐＝健康づくり推進課成人保健・医療担当（☎432-3221、保健センター②番窓口）

上京区まちづくり円卓会議委員の募集について

上京区では、平成23年度から10年間のまちづくりの指針である上京区基本計画に基づき「絆で織りなす住みよいまち上京」を実現するために様々な事業を実施しています。

このたび、具体的な事業や年度ごとの重点取組について意見交換を行う上京区まちづくり円卓会議において、区民の立場から幅広いご意見をいただく委員を公募します。

募集人数　若干名
任期　1年
応募資格　応募日現在、以下の条件を満たしている方（国籍は問いません。ただし、日本語を理解できる方）
①区内に居住、通勤又は通学する方
②年齢満18歳以上の方
③国、地方公共団体の議員又は常勤の公務員でない方
④平日に開催される会議に出席できる方（会議は年4～5回程度を予定）
応募方法　住所、氏名、年齢、性別、電話番号、勤務先又は学校名を明記したものと応募理由（800字程度で応募書類の様式は問いません）を添えて、持参、郵便、FAX、メール（kamigyo@city.kyoto.jp）のいずれかで応募してください。ただし、応募書類は返却しません。
募集期間　1月15日（水）～31日（金）（郵送の場合は当日消印有効、FAXとメールの場合は、当日送信日時記録を有効とします。）
選考方法　応募理由を審査のうえ選考します。選考結果は郵送によりお知らせします。
申込先　〒602－8511（住所不要）上京区役所地域力推進室総務・防災担当
㊐＝地域力推進室（企画担当）（☎441・5029、FAX432・0566）

女性のがんセット検診

本市のがん検診（子宮がん検診を除く）をまとめて受診していただけます。

対象　平成26年末で40歳以上の女性で、平成26年の誕生日時点で偶数年齢になる方（奇数年齢の場合、平成25年中に受診されていない方）
日時　2月25日（火）午前、3月4日（火）午前
場所　上京保健センター
定員　各25名（申込み多数の場合は抽選）
検診内容　乳がん、肺がん、胃がん、大腸がん
※すべての検診の受診が必要。
費用　2千600円（免除制度あり）
申込み　各検診日の2週間前までに、郵便番号、住所、名前（ふりがな）、生年月日（年齢）、電話番号、検診希望日をご記入のうえ、封書（はがき）又はFAXで上京保健センター（住所、FAX番号は4面参照）までお申し込みください。
㊐＝健康づくり推進課成人保健・医療担当（☎432・3221）

地域が繋がる「絆」事業

上京に愛着がある人集まれ！

～とっておきの『上京のお宝』を一緒に探しませんか～

区内の魅力的な資源の発掘や魅力の発信について考えるとともに、これらを通じて地域の方々が繋がり、地域コミュニティが活性化することを目指します。

皆様のとっておきの「お宝」をお待ちしております。

日時　1月26日(日)午後1時30分～4時(受付は午後1時～)
場所　Hub Kyoto（烏丸通上御霊前下る）
内容　○トーク「上京区の魅力・お宝」
○ワークショップ
・あなたのとっておきの上京のお宝を教えてください
・上京ファンを増やそう！
参加費　無料　**定員**　40名（先着順）
申込み　1月15日（水）から1月23日（木）まで地域力推進室総務・防災担当で、電話、FAX、メール（kamigyo@city.kyoto.jp）にて受付（イベント名、氏名、参加人数、電話番号をお知らせください。）
主催　上京区役所、上京ふれあいネット運営協議会
㊐＝地域力推進室（企画担当）（☎441-5029、FAX432-0566）

市政協力委員連絡協議会会長と門川市長が懇談

12月9日、上京区各学区の市政協力委員連絡協議会会長と市長が話し合う上京区市政懇談会が開催されました。

連絡協議会を代表して山本安一会長から「考えよう、地域で取り組む空き家対策」の勉強会を開催するなど防災、防犯、また地域コミュニティ活性化のため取り組んでいるとあいさつがありました。

門川市長は、日ごろのお礼とともに、地域と区役所が一体となり、安心・安全のまちづくりを上京区から発信していきたいと話されました。

こんにちは北部土木事務所です

道路に張り出した木の剪定をお願いします

生け垣や木の枝が道路に張り出すと、車両や歩行者などとの接触事故、さらに、道路標識やカーブミラーなどを見づらくし、交通事故の原因になります。

当該樹木の所有者などは責任を問われることがありますので、道路に張り出した木の枝などは速やかに剪定をお願いします。

すべての方が安全で気持ちよく道路を使っていただけるよう、ご理解とご協力をお願いします。

㊐＝北部土木事務所（☎402・3111）

けんこう情報

みんなで子育てを楽しもう

24時間、朝から晩まで1年中休みなしの子育ては本当に大変です。赤ちゃんのときはもちろん、いくつになっても、その時期の子育ての大変さがあります。特に、子どもが身のまわりのことを自立してできるようになるまでは、日々の大半を一緒に過ごすお母さんは大忙しです。

子育てに積極的に参加する「イクメン」パパが話題になっていますが、お父さんが家事や育児を積極的に行うことは、お母さんの負担を減らすだけでなく、家族関係全体にも大きな意味があります。仕事で忙しいお父さんも、まずは「妻の話をきく」「妻が気分転換の時間をとれるようサポートする」ことから始めてみてください。

お母さん自身も、子育てのことを話し合えるママ友を持つことや、近所の方との子どもを通じたお付き合いをすることで、子育てがより楽しく豊かなものになっていきます。

また、子育ては一人だけでするものではありません。地域の中で育児を支えることも大切ですので、各種サービスを上手に利用し、家族、地域みんなで子育てをしましょう。

上京保健センターでは、「プレママ・パパ教室」を始めとし、「乳幼児健康相談」「子育て交流会」等、様々な支援をしています。子育てに関することや事業のお問合せ等、気軽にご相談ください。

㊐＝健康づくり推進課母子・精神保健担当（☎432・3221）

区社協通信

上京区民地域福祉フォーラムの開催

現在京都市内では、孤立防止や災害時に迅速に対応することを目的に、地域での日常的な見守り活動の充実を目指しています。

上京区でも、福祉のまちづくりを進めるため、平成25年度から5年間の「第3期上京区地域福祉活動指針（計画）」を策定し、「交流・つながり」「協力・ささえあい」「まなぶ・理解」「相談・ネットワーク」「防災・減災」の5つを活動目標に掲げています。

地域福祉フォーラムでは、活動指針や活動目標である5つの柱を紹介し、その現状と課題、今後の発展の方向性を上京区内の地域活動者、関係機関からの実践報告をもとに明らかにするとともに、計画実現に向けて皆様と一緒に考えます。

上京の福祉に関心を寄せておられる多くの区民の皆様や関係機関の方々のご参加をお待ちしています。

日時　2月8日（土）午後1時30分～3時30分
場所　ホテルルビノ京都堀川　地階　平安の間
コーディネーター　志藤修史氏（大谷大学教授）
参加費　無料
申込み　電話等にて氏名、連絡先をお知らせください。
※手話通訳、要約筆記の必要な方は1月30日（木）までにお申し込みください。
㊐＝上京区社協（☎432・9535、FAX432・9533、堀川通中立売西入筋下る元聚楽小学校内）

市・府民税、所得税の申告はお早めに

市・府民税、所得税の申告期間は2月17日（月）から3月17日（月）まで（土・日は除く）です。

市・府民税の申告は区役所・支所へ

対象は、平成26年1月1日現在、市内在住で、25年中の所得金額が市・府民税の基礎控除額（33万円）、配偶者控除額（通常33万円）、扶養控除額（通常一人につき33万円）の合計額を超える方です。ただし、25年分の所得税の確定申告をされた方や、25年中の所得が給与だけで、勤務先から給与支払報告書が提出されている方は、原則として、申告は不要です。

所得税の確定申告は税務署へ

対象は、①事業所得や不動産所得等から算出される所得税額がある方、②給与所得以外の所得金額が20万円を超える方や、給与収入が2千万円を超える方等です。

所得税が戻る場合があります

給与所得者や公的年金等受給者で、①給与支払者や公的年金等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、③住宅ローンの融資を受けて住宅を取得した方は税務署へ所得税の確定申告書を提出すると、源泉徴収された税金が還付されることがあります。

なお、給与所得者の還付申告や公的年金収入のみの簡易な確定申告書については、申告期間に、区役所・支所の市民税課（課税課）等でも受け付けます。

㊐＝市民税課市民税担当（☎441・5072、プレハブ棟2階⑫番窓口）

平成26年度市・府民税の主な変更点

○個人市・府民税の均等割額の引き上げ

本市では、東日本大震災を踏まえ、橋りょうの耐震補強・修繕や、学校や防災活動拠点等の耐震化促進等の防災事業の財源を確保するため、平成26年度から平成35年度までの10年間、個人市・府民税の均等割額がそれぞれ500円ずつ引き上げられ、均等割額（年額）は個人市民税が3千500円、個人府民税が1千500円となります。

市民の皆様には、ご理解とご協力をよろしくお願いします。

○給与所得控除の改正

給与等の収入金額が1千500万円を超える場合の給与所得控除について、245万円の上限が設けられました。

○給与所得者の特定支出控除の見直し

給与所得者の特定支出控除について、給与所得者の実額控除の機会を拡大する観点から、弁護士・税理士などの資格取得費や勤務必要経費（図書費、衣服費、交際費等）が特定支出に追加され、適用判定の基準も給与所得控除額の2分の1に緩和されました。

○「65歳以上の方に係る5割減額措置」の廃止に係る経過措置の終了

「65歳以上の方に係る5割減額措置」の廃止に伴い、負担の激変緩和を図るために設けられた経過措置（税額の4分の1を減免して課税）が終了し、平成26年度から本来の課税となります。

㊐＝市民税課市民税担当（☎441・5072）

上京区地域介護予防推進センター

各種教室のご案内

○「ころばん塾」（運動器の機能向上プログラム）（全11回）
日時　2月4日～4月22日の毎週火曜日午前9時30分～10時30分（2月11日は休み）
会場　元待賢小学校
内容　体力測定、ストレッチ、下肢筋力、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）
※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（☎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）

暮らしの行政困りごと相談

日時　2月18日（火）午後1時30分～3時
場所　地域力推進室（広聴担当）（校舎棟1階㉓番窓口）
㊐＝京都行政評価事務所（☎211・1100）

―市税の納め忘れはありませんか？―
2月と3月は「滞納整理強化期間」です

本市では、納税の公平性と市税収入を確保するため、滞納市税の徴収強化に努めています。そこで、2月と3月の2か月間を今年度2回目となる市税の「滞納整理強化期間」に設定し、全市で集中的に市税徴収の取組を進めていきます。

この期間中は、昼間や平日に連絡がとれない方に対して、夜間・休日に各戸訪問や電話等により、納税の指導、催告等を実施します。また、納付に進展がない滞納者に対しては、法令の規定に基づき、徹底した財産（預貯金、給与、生命保険、不動産、動産等）の調査や実態調査を行い、財産がありながら納税されない場合は、差押えを実施します。

特別な事情があって市税の納付が困難な場合は、納税相談を受け付けておりますので、早急に納税課までお越しください。

㊐＝納税課（☎441-5096、プレハブ棟2階⑬番窓口）

エコまちステーションだより

家庭から出るごみの中で出し方に迷うものの一つが、資源ごみとして収集されるプラスチック製の「容器」と「包装」です。これらは中身を使い切ったり商品を取り出したりすると不要になり、「プラマーク」がついています。「容器」と「包装」以外のプラスチック製品は「燃やすごみ」として出してください。

ご不明な点はエコまちステーションまでお気軽にお問い合わせください。

㊐＝上京エコまちステーション（☎366・0776）

ここはどこ？ 第214回

ヒント
どこかで見覚えのある提灯です。

前回の正解は大丸ヴィラです。

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）をご記入のうえ、〒602－8511　上京区役所「かみぎょう」係まで。締切は1月31日（消印有効）。

多数のご応募ありがとうございました。

京都御所の向かい、烏丸通丸太町上るに建っている洋館が大丸ヴィラです。ここは百貨店の大丸を創業した下村家が居宅として建築し、昭和七年にじゅん工しました。イギリスのチューダー王朝時代の様式が取り入れられ、中道軒とも呼ばれました。壁面に太い柱型を見せたハーフティンバー（半木造）で飾る外観はゴーリス建築事務所の設計の特色をよく現わしています。

この建物は、内部の家具とともに京都市登録有形文化財となっています。（い）

確定申告相談のご案内

日時　2月4日（火）～3月17日（月）午前9時～午後5時（土・日・祝を除く。）
場所　西陣織会館（堀川通今出川南入）
※上記期間中は上京税務署では申告相談を行わず、作成済みの申告書等の受付、納税、納税証明書の発行及び用紙の交付のみを行います。
※混雑状況により、午後4時ごろ受付を終了する場合があります。

○復興特別所得税に関するお知らせ
平成25年分から平成49年分までの各年分については、所得税と併せて復興特別所得税の申告及び納付が必要です。復興特別所得税の額は、各年分の基準所得税額（原則、その年分の所得税額）に2.1%の税率を掛けて計算した金額です。

○公的年金等を受給されている方へのお知らせ
公的年金等の収入金額（2か所以上ある場合はその合計額）が400万円以下かつ公的年金等に係る雑所得以外の金額が20万円以下の場合、所得税及び復興特別所得税の確定申告書の提出は不要です（府・市民税の申告が必要な場合があります。）。
※所得税及び復興特別所得税の還付を受けられる方は、確定申告書の提出が必要です。

○広域申告センターのご案内
日時　2月23日・3月2日（日）午前9時～午後5時
場所　池坊短期大学アッセンブリホール（美心館地階）（四条烏丸西入南側）

○所得税及び復興特別所得税の確定申告は、e-Taxを！納税にはダイレクト納付を！
e-Taxでは、インターネットで国税に関するさまざまな申告や申請、届出、納税等ができます。詳しくはe-Taxホームページ（http://www.e-tax.nta.go.jp/）をご覧ください。

○消費税法改正のお知らせ
税務署では、消費税法の一部改正に伴い、改正消費税相談コーナーを設けて、相談に応じています。また、国税庁のホームページでは「消費税法改正のお知らせ（社会保障と税の一体改革関係）」の特集ページを掲載しておりますので、ご覧ください。（URL＝http://www.nta.go.jp/shiraberu/ippanjoho/pamph/shohi/kaisei/201304.htm）

㊐＝上京税務署（☎441-9171）