

### みなみ力で頑張る! 区民応援事業の活動紹介

事業名：少女の居場所「わかかさカフェ」南区事業  
団体名：一般社団法人京都わかかさねっと

「京都わかかさねっと」では、家にも学校にも居場所がない、生きづらさを抱える少女たちに寄り添いたい、そんな思いで京都市府内の様々な団体と連携し、少女の居場所づくり活動を行っています。



本事業では、主に南区の少女を対象に、一緒に食事を作って食べたり、ワークショップを行う「わかかさカフェ」やパソコンやメイクなど参加者がやりたいことを応援する講座を開催しているほか、日常生活や仕事についての相談にも応じています。

詳細については、京都わかかさねっとのFacebookをご覧ください。  
https://www.facebook.com/kyotowakakusanet



☎＝一般社団法人京都わかかさねっと(E-mail:wakakusanet@gmail.com)

### 児童扶養手当・特別児童扶養手当について

児童扶養手当・特別児童扶養手当は請求の翌月から支給されます。

#### 児童扶養手当

●対象者  
対象となる子どもを養育している、ひとり親家庭の親又は配偶者に重度の障害がある親等

#### 〈対象となる子ども〉

- ・18歳に達する日以後の最初の3月31日までの子ども
- ・特別児童扶養手当の対象となる程度の障害の状態にある20歳未満の子ども

#### ●手当額 / 月額

前年(1～10月分)の手当については前々年の所得額に応じて支給額が決まります。

	全部支給	一部支給
児童1人	43,160円	10,180円～43,150円
児童2人	53,350円	15,280円～53,330円

3人目以降の子どもは、1人増えるごとに所得額に応じて3,060円～6,110円が加算されます。



※受給資格者及びその扶養義務者等の前年(1～10月分)の手当については前々年の所得によっては、その年度(11月から翌年10月まで)の手当額の全部又は一部が支給停止されます。また、子どもが児童福祉施設に入所している場合は、支給されません。

※障害基礎年金等を受給している方は、令和3年3月分(令和3年5月支払分)以降、児童扶養手当の額が障害基礎年金等の加算分に係る額を上回る場合、その差額が支給されるようになります。ただし、障害厚生年金3級、遺族年金等の障害基礎年金等以外の公的年金給付を受給されている場合の取扱いについては、これまでどおりとなります。

#### 特別児童扶養手当

●対象者  
中程度以上の知的・精神・身体障害のある20歳未満の子どもを養育している親等

#### ●手当額 / 月額

1級 52,500円 2級 34,970円

※所得が一定以上ある場合や、子どもが施設等に入所している場合は支給されません。詳しくはお問合せください。



☎＝児童扶養手当：子どもはぐくみ室(子育て推進担当) ☎681-3281・ヘルスピア内②番窓口)  
特別児童扶養手当：障害保健福祉課(障害難病支援担当) ☎681-3282・ヘルスピア内①番窓口)

### 南警察署 だより わんわんパトロール隊出発式を開催!

「わんわんパトロール」とは、いわゆる「ながら防犯活動」として、愛犬のお散歩をしながら地域住民や子どもたちの安全を見守る取組です。

南警察署及び「安心・安全住みよいまち唐橋推進協議会」は、平成29年から唐橋学区で「わんわんパトロール隊」を結成し、愛犬家の皆さんが地域の安心安全のために活動しています。

新たに犬用の首輪(LED付き)や電柱幕を取り入れ、それを機に12月13日に「わんわんパトロール隊出発式」を開催しました。

入隊希望の問い合わせは南警察署地域課へ。



☎＝南警察署 ☎682-0110)

### 南消防署 だより

#### 令和2年中の火災発生状況

	火災件数	火災による死者数
南区	16件 (前年比-3件)	0名 (前年比±0名)
市内	204件 (前年比-11件)	9名 (前年比-32名)

- 出火原因1位は…「放火」
- ・市内では、「放火」、「たばこ」、「ごんろ」、「暖房器具」が上位の火災原因となっています。
- ・南区内では、「放火」による火災は0件でしたが、電気や電気製品に関わる火災が目立っています。



- 放火火災を防ぐためには…
- 1 建物の周囲に燃えやすいものを置かない!
- 2 物置や空き家にはしっかり鍵をかけて、不審者の侵入を防ぎましょう!
- 3 夜間は建物周囲を点灯し、明るくしましょう!(センサーライトなどが有効です)
- 4 車やバイクのカバーは燃えにくい素材のものを使いましょう!



☎＝南消防署 ☎681-0711)

### 食品ロスゼロに向けた取組

京都市の家庭から年間約2.5万トンもの「食品ロス」(本来食べられるにもかかわらず捨てられてしまう食べ物)が排出されており、賞味期限内のものも多く含まれます。1世帯(4人家族を想定)あたりでは、これらの食品の購入に年間約6.1万円もかかっており、ごみの処理にかかる費用(約4千円)を合わせると、年間約6.5万円もの無駄が生じています。これらの食品ロスをゼロにするために家庭でできる取組をご紹介します。

#### 買い物編

##### 買い物メモをつくろう!

無駄買い・買い忘れを防ぐためにその日に買う必要があるものを事前にメモしておきましょう。



##### 使い切れる量を買おう!

少しでも安く買うのではなく、次の買い物までに使い切れる量を見極めましょう。



##### 必要なものだけ買い物ごへ

メインのおかずを決めてから必要な食材を買うと無駄なく買い物できます。



#### 料理編

##### 食材を使い切ろう!

野菜・果物の皮、芯、種や魚のアラなども、一手間加えれば、美味しい料理に生まれかわります。



##### 便利に保存しよう!

野菜・果物を正しく保存、肉・魚の余りは小分けして冷凍しましょう。



##### 乾物を活用しよう!

買い置きしやすく冷蔵の必要がない乾物は、エコで便利な食材で、非常食にもなります。



京都市の「食品ロスゼロプロジェクト」のホームページでは、⇒ 冷蔵庫・冷凍庫片付け術や食材の保存のコツなどを紹介しています。

☎＝南エコまちステーション ☎366-0188・1階①番窓口) / 市・ごみ減量推進課 ☎213-4930)

京都市食品ロスゼロプロジェクト

検索

### 地産やさしいレシピ

食育指導員おすすめ!

食育指導員は京都市長の認定を受けた、食育を地域で実践するボランティアです。南区で活躍する食育指導員が、地産やさしいである野菜を使ったレシピを新たに考案しましたので、ご紹介します。



南区で活躍する食育指導員

野菜は古くから関西で親しまれてきた野菜の一つで、壬生菜と並ぶ京都の伝統野菜です。ハウス栽培などが進み通年市場に出回っていますが、冬が旬の野菜です。

栄養面では、水分が多いものの、β-カロテンやビタミンC、葉酸、カルシウム、鉄、食物繊維などの体に必要な栄養素も含まれています。生でも食べられる食材なので、さっと加熱する程度に調理すると、シャキシャキと食感がよく、栄養素も効率よく摂取することができます。

#### 水菜とベーコンの卵とじ丼

##### 作り方(2人分)

- ① 水菜は洗って3~4cmの長さに切る。厚切りベーコンは1cm幅の棒状に切る。油揚げは油抜きをしてから短冊切りにする。
- ② フライパンに厚切りベーコンを入れて炒める。
- ③ ②に油揚げを加えて、焼き目がつくまで炒める。
- ④ ③に水菜を茎から葉の順に入れ、シャキシャキ感が残る程度で溶き卵を流し込み、半熟に仕上げます。
- ⑤ ご飯の上に④のをのせ、めんつゆと白いりごまをかける。



【材料】

水菜	120g
厚切りベーコン	60g
油揚げ	50g
卵	3個
ご飯	300g
めんつゆ	大さじ2
白いりごま	小さじ2

【栄養成分など】(1人分) エネルギー 597kcal・たんぱく質 23.7g・脂質 27.4g・食塩相当量 1.5g

### 地域密着型SNSアプリ「ピアッザ」でご近所さんとオンラインでつながろう

PIAZZA(株)が運営する「ピアッザ」は、まちに暮らす人同士が、直接顔を合わせたことがなくても、役に立つ情報を交換したり、不用品を譲る相手を見つけたり、日常の困りごとを相談したりすることができる「地域密着型SNSアプリ」です。

昨年11月から、「ピアッザ」アプリ内に南区と下京区の2区に限定したエリアを開設しています。ぜひご利用ください!

#### 利用は簡単4ステップ!

- Step 1 アプリをダウンロード
- Step 2 メールアドレスかFacebookアカウントで利用者登録
- Step 3 「下京区・南区エリア」を選択
- Step 4 ニックネームや出身地などを入力



実際にこんな情報交換がされています!



おまごとセットをお譲りします。娘たちが遊んでいたものなので、多少の傷など使用感がありますがまだまだ使えると思います(^o^)



譲渡先が決まりました!



ワークショップができるスペースを南区あたりで探しています。お手頃な価格のレンタルスペースをご存知ではないでしょうか?

レンタルスペースの情報が4件寄せられました!

☎＝地域力推進室(企画担当) ☎681-3417・1階①番窓口)

「みなみ」の情報をユーチューブやインスタグラム等のSNSで発信するみなみなみなみオンラインを配信中心に、みなみオンラインを配信中心に、みなみなみなみオンラインで検索

