



特に記載のないものについては、事前申込不要、料金無料

時…日時、時期 所…場所 対…対象 内…内容 定…定員 費…費用 必…必要な物 申…申込み 問…問合せ 休…休日 注…注意

保険

平成28年度の後期高齢者医療保険料の納付

◆特別徴収(年金からの引き落とし)の方
27年度から引き続き特別徴収により保険料を納付する方については、28年2月の保険料と同額を4月、6月、8月に仮徴収します。また、28年4月から新たに特別徴収となる方については、4月、6月、8月の仮徴収の額を4月にお知らせをし、7月に正式な保険料額をお知らせします。
◆納付書又は口座振替により納付されている方
28年度の正式な保険料の額は、7月にお知らせします。4～6月の間は納付の必要はありません。
区役所保険年金課(☎381・7406)
支所保険年金課(☎332・9297)

◆国民年金保険料の学生納付特例制度
学生の方で本人に前年の所得がない場合や所得が基準以下の場合は、申請して承認されることにより、国民年金保険料の納付が猶予されます。
※申請には学生証等が必要
27年度学生納付特例が承認された方で、引き続き申請する方は日本年金機構から送られた申請書(ハガキ)を28年4月中に返信してください。
区役所保険年金課(☎381・7409)
支所保険年金課(☎332・9298)
京都西年金事務所(☎315・1829)

福祉

平成28年度介護保険料の通知

65歳以上の方(介護保険第1号被保険者)に対し、28年度の介護保険料の通知書を4月下旬までに送ります。これは、27年度の市民税の課税状況に基づき仮に算定したもので、28年度の市民税確定後、改めて7月に「確定通知書」を送ります。
※28年2月が特別徴収(年金からの引き落とし)の方は今回の通知はありません。
納付書が同封されている方は、毎月、納期限までに、金融機関やゆうちょ銀行(郵便局)で納めてください。26年中に一時的な所得があり、27年度の保険料が大きく増加した方などは、28年8月の年金からの特別徴収額を変更できる場合があります。(5月中旬に申請要)
区役所福祉介護課(☎381・7638)
支所福祉介護課(☎332・9274)

健康

竹エクスサイズ教室

5月9日(月) 西文化会館ウエスティ
◇踏み竹を使った竹エクスサイズと健康運動指導士による簡単ストレッチ。◇先着30名
◇踏み竹(以前参加された方のみ)、運動しやすい服、飲み物、タオル、バスタオル
申・問4月21日(木)から保健センター健康づくり推進課(☎392・5690)へ電話で。
※初参加の方には踏み竹をプレゼント♪
5月25日(水)、6月22日(水)、7月27日(水) ※3回シリーズ 支所保健センター
◇「健康づくりサポーターらくさい」の皆さんと一緒に楽しくリフレッシュしましょう。◇各回先着20名
◇運動しやすい服と靴、飲み物、タオル
申・問4月20日(水)から支所健康づくり推進室(☎332・9348)へ電話で。

◇いずれも10～11時半(受付9時45分～)
◇医師から運動制限をされていない、18歳以上で、区内に在住又は通勤、通学をされている方
◇グループでの申込不可。

春の行楽シーズン 食中毒にご注意!

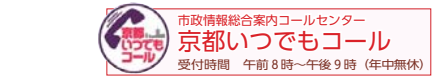
気温が高くなると食中毒が発生しやすくなります。しっかり対策を行いましょう。
◆こまめに手を洗う。
◆お弁当等を持ち歩くときは、保冷剤等により温度が上がらないようにする。
◆生肉を扱う箸と食べるための箸を分ける。
◆生肉は十分に加熱して食べる。
◆生肉を保存する場合は、容器に入れ、他の食品(特に、サラダ等加熱せずに食べるもの)に触れないようにする。
保健センター衛生課(☎392・5690)

ミツバチの巣分かれの季節です

ミツバチは春と秋に女王バチの交代に伴い巣分かれをします。数千～数万のミツバチが、新たな巣を作る場所を求めて引越をします。群れに何もなければ、ミツバチが人を襲うことはなく、数時間～数日で別の場所に移動します。
保健センター衛生課(☎392・5690)

健康チェックをしましょう

- ①青年期健康診査内検査：問診、身体・血圧測定、尿・血液検査、診察
結果説明：健診結果説明、栄養・保健指導
市内在住の18～39歳の方
会社等で同様の健診を受診できる方はご遠慮ください。¥500円
②骨粗しょう症予防健康診査内検査：問診、身体測定、骨塩定量検査
結果説明：健診結果説明、栄養・保健指導
市内在住の18～70歳の方
妊娠中又はその可能性のある方はご遠慮ください。¥1,000円



電話 661-3755 F A X 661-5855
電子メール(右のホームページから送信できます)

対①又は②の条件に加え、検査日と結果説明日の2回とも来所できる方
西京保健センター：毎月第2、4木曜各回先着20名
洛西支所：毎月第1、3金曜各回先着10名
いずれも9～10時半
費用免除制度あり。詳しくは問まで。
申・問保健センター健康づくり推進課(☎392・5690)又は支所健康づくり推進室(☎332・8140)へ電話で予約。
※同時に胸部(結核)検診も受診可(申込不要、無料)。

胸部(結核・肺がん)検診、大腸がん検診

◇5月9日(月) ②5月13日(金) いずれも14～15時半
①川岡東小②新林小
検診内容、料金等は「保健センターニュース」の回覧で。
※胸部X線撮影では、無地の肌着やTシャツは着用可。(ボタン、柄のある服やブラジャー等は脱衣)
保健センター健康づくり推進課(☎392・5690)
支所健康づくり推進室(☎332・8140)

こころの健康相談

精神科医師と精神保健福祉相談員が相談をお受けします。秘密は必ず守られます。
◆保健センター健康づくり推進課(☎392・5690) 時第1～4水曜14～15時半
◆支所健康づくり推進室(☎332・9348) 時第1～4火曜13時半～15時

骨髄バンクのドナー登録にご協力

骨髄提供—それは、人から人への、いのちの贈り物です。
市保健医療課(☎222・3419)
保健センター健康づくり推進課(☎392・5690)
支所健康づくり推進室(☎332・8140)

その他

学校コミュニティプラザ事業 竹取コンサート

市立芸大北村准教授企画の「輝くピアノの調べにのせて」と題したコンサート
5月7日(土) 18時半～
大原野中コミュニティホール
定150名(多数の場合は抽選)
¥600円(中学生以下は無料)
申・問住所、氏名、年齢、参加人数(5名まで)を記入のうえ、往復はがき又は電子メールで〒610-1123西京区大原野上里南ノ町18大原野中(☎333・3207、☎taketoricncert@yahoo.co.jp)へ。
4月22日(金)必着。

司法書士による無料法律相談

相続登記、成年後見、商業登記、多重債務、訴訟などのご相談に応じます。
4月25日(月)13時半～16時半
区役所2階中会議室
申・問予約優先。予約は22日(金)の17時までに京都司法書士会(☎255・2566)へ電話で。

行政書士による無料相談

遺言、相続、成年後見、クーリングオフ等に関するご相談に応じます。
5月17日(火)13時半～16時(先着順)
区役所2階小会議室
問京都府行政書士会(☎692・2500)

老人福祉センター

●市内在住で60歳以上の方が利用対象
●9～17時 休日、祝

西京老人福祉センター(☎392・4705)

すこやか講座
5月12日(木)14～15時
テーマ「肩こりと首の病気のお話」
講師 相馬病院医師 池永稔氏
頭の体操・漢字のおさらいのついで
5月26日(木)14～15時半
鉛筆(黒、赤)、消しゴム

洛西老人福祉センター(☎335・0766)

健康講座
5月26日(木)14～15時
医師の講話「認知症について」
先着50名
講師 塚本医院医師 塚本忠司氏
5月6日(金)から電話か来所で。

図書館

●平日9時半～19時半 ●土、日、祝9時半～17時
火(祝日の場合、翌平日)

西京図書館(☎392・5558)

「子ども読書の日」記念事業おたのしみ会
◇消防士による絵本の読み聞かせなど、
◇絵本の読み聞かせや手遊びなど、
◇パネルシアターや絵本の読み聞かせなど、
◇エプロンシアターや紙人形劇など
◇4月21日(木)15時～、④4月22日(金)11時～、③4月24日(日)11時～、④4月24日(日)14時～
おたのしみ会
◇絵本の読み聞かせなど
5月7日(土)15時～

洛西図書館(☎333・0577)

「子ども読書の日」記念事業おたのしみ会
◇①絵本の読み聞かせなど、②絵本の読み聞かせやパネルシアターなど
◇④4月23日(土)14時～、②4月24日(日)10時半～
「洛西読み聞かせの会」おはなし会
◇絵本の読み聞かせなど
5月7日(土)14時～

移動図書館「こじか号」巡回(☎801・4196)

4月28日(木) ☆10～10時40分：桂東小、☆11時20分～11時50分：右京の里自治会館北側、☆13～13時半：大原野小
5月11日(水) ☆10～10時半：松尾小、☆10時50分～11時50分：嵐山東小



救急車の適正な利用を!

西京区内の27年中の救急出動回数は6,330件で、前年より126件増加しており、1日平均で約17件の救急車が出動したことになります。
真に緊急な対応を要する方のために、今後も救急車の適正な利用をお願いします。
問西京消防署(☎392・6071)

パソコン http://www.city.kyoto.lg.jp/sogo/page/0000012821.html
携帯電話 http://www.city.kyoto.lg.jp/mobile/main/page/0000180068.html

らくさいマルシェ
西京の特産物やバラエティーに富んだ手作り品など、多彩な物産販売を行う楽しいっぱいの市場です。たけにょんも登場し、家族で楽しめるイベントが盛りだくさんです。毎月最終土曜日に開催していますので、ぜひお越しください。
4月の開催予定
5月30日(土) 午前10時～午後4時(雨天決行)
所 ラクセース広場(洛西タカシマヤ北側)
問 市住宅供給公社(☎rakusaimarche01@gmail.com)

西京区体育振興会連合会 創立40周年記念ニュースポーツ大会
3月6日、西京区体育振興会連合会創立40周年記念ニュースポーツ大会が、選手、役員を含め約50名の参加にも盛大に開催されました。
各会場では、各種目の競技が同時に進行し、熱戦が繰り広げられ、観客も大いに盛り上がり、深められました。
大会結果
ファミリーバドミントン
優秀チーム 桂川、川岡東、松尾、新林、福西
グラウンドゴルフ
優勝 新林A 第4位 松尾B
準優勝 桂徳A 第5位 豊原A
第3位 大枝A 第6位 大枝B
ベタング
各ブロック 桂A、桂B、川岡A、川岡東A、竹の里、大原野A、大原野B
優勝チーム

大枝西山街道の整備が進みました
大枝西山街道(大崎大枝線)の大原野IC以南約10mから小塩山大原野線までの約70mの整備が完了し、3月29日から供用を開始しました。
(☎222・3417)



西京区制40周年記念事業
あなたの地域に防災の出前いたします!
防災に関する疑問や知りたい内容について、区役所・支所の職員がお住まいの地域に出向き「防災の出前」を実施します。
《出前内容》
●地震・水害・土砂災害への備えや避難行動などに関する話を行う講座形式の出前
●災害時に役立つグッズの作成、避難所運営などの体験形式の出前
●楽しみながら気軽に防災や災害対応を学ぶ、親子や子供向けのカードを使ったゲーム形式の出前
町内会などの団体はもちろん、ご近所の集まりやお友達、または親子や子供など、5人以上集まればお伺いします。ぜひ災害対応力の向上を図るきっかけにしてください。まずはお気軽にご相談ください。区内に在住、通勤、通学されている方による5人以上のグループ ¥無料
5月4日(月)から希望日の2週間前までに電話、FAX又は来所で。
問 区役所総務・防災担当(☎381・7158、FAX381・6135)
支所総務・防災担当(☎332・9185、FAX332・8188)
※FAXの場合は、「防災出前希望」と明記のうえ、代表者の氏名、電話番号を問まで。

京都市スポーツ賞 受賞おめでとう!
3月12日、京都市スポーツ賞表彰式が行われ、特別茶賞として西京区体育振興会連合会会長の山下正則氏、功労賞として境合体体育振興会会長の田中弘之氏が授賞されました。これは永年にわたる市民スポーツの振興に貢献してこられた功績が高く評価されたものです。
(敬称略、順不同)

亀岡市との住民交流
第44回 亀岡光秀まつり
亀岡の礎を築いた丹波亀山城主・明智光秀公を顕彰して行う春の一大イベント。明智光秀公を筆頭に、勇壮な武者行列が戦国絵巻さながらに城下町を練り歩きます。JR亀岡駅前の南郷公園でも、地元特産品の販売やフリーマーケットなどの様々なイベントが催されます。
5月3日(火・祝)
問 丹波亀山城下町一帯(JR亀岡駅から徒歩10分)
¥無料
主催 亀岡光秀まつり実行委員会
問 JR亀岡駅観光案内所(☎0771・22・0691)
からとこえ 唐櫃越ウォーキングを開催
西京区から亀岡市にまたがる古道のウォーキングを開催します。
集合日時・場所 5月29日(日) 午前8時30分 京阪京都交通バス停「篠」
コース バス停「篠」～みずぎ山～沓掛山～桂坂野鳥遊園～丁塚～苔寺口【全長11km】
※緊急桂駅東口から亀岡行臨時バスあり
!雨天中止
対 区内に在住の方※健脚向け
定40名(多数の場合は抽選)
¥200円
お茶、昼食等
申 往復はがきに「古道ウォーキング参加」と明記のうえ、代表者の電話番号と申込者全員の郵便番号・住所・氏名(ふりがな)を記入し、〒621-0806 亀岡市余部町室久保ガレリアかめおか内 西京区・亀岡市都市間交流協力会まで。5月10日(火)必着。※同時に3名まで申込可。
問 同協力会 幹事(☎090・2285・9350)

京都市は「地域コミュニティ活性化推進条例」を制定し、自治会・町内会を中心とする地域コミュニティを応援しています。
京都市 地域コミュニティ活性化