

# 情報コーナー

特に記載のないものについては、**事前申込不要、料金無料**

- 日・日時、時期
- 場所
- 対象
- 内容
- 定員
- 費用
- 必要な物
- 申込み
- 問合せ
- 休日
- 注意
- 区役所保健福祉センター
- 区役所保健福祉センター別館
- 支所保健福祉センター

## 各種相談のご案内

いずれも無料

### 弁護士による京都市民法律相談(予約制)

日時	毎週水曜日(閉庁日を除く) 13時15分～15時15分(各20分以内)	
場所	区役所1階 まちづくり推進 担当室内	支所2階会議室
定員	12名	6名
予約	相談日の週の月曜日から当日の8時半～ 17時(当日は14時45分)までに問い合わせ 先へ電話または来庁で。	
問合せ先	区役所まちづくり 推進担当 (☎381・7197)	支所まちづくり 推進担当 (☎332・9318)

**行政書士による無料相談会**  
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。  
時6月19日(火)13時半～16時(先着  
順) 所支所2階第1会議室  
問京都市行政書士会(☎692・2500)

## 税

### 平成30年度分の市・府民税の証明は、6月1日(金)から

平成30年度分市・府民税の課税証明書、  
所得証明書および納税証明書は6月1日  
(金)から交付します。  
なお、どの種類の証明書が必要か、提出  
先等に十分にご確認ください。また、請求  
される際には、本人確認書類(マイナンバー  
カード、運転免許証、パスポート等)をご  
持参ください。  
問区役所市民窓口課(☎381・7215)  
支所市民窓口課(☎332・9139)

## 保険

### 国民健康保険、後期高齢者医療のお知らせ

保険料の納め忘れにご注意ください。  
保険料を滞納されていると・・・  
・延滞金をお納めいただくことになります。  
・給与・預(貯)金等の財産を差し押さえる  
ことがあります。  
問区保険年金課(☎381・7407)  
支所保険年金課(☎332・9297)

## 福祉

### 京都市戦没者追悼式

時7月18日(水)14～15時  
所ロームシアター京都メインホール

対戦戦者の配偶者、父母、子、兄弟姉妹、  
孫、その他三親等内親族およびその配偶者  
等  
申・間入場整理券をお渡しします。5月23  
日(水)から6月6日(水)までに区園生  
活福祉課(☎381・7642)、または区園生  
活福祉課(☎332・9194)へ来所で。

### 介護や子育てなどでお困りの方へ

民生委員・児童委員および主任児童委員  
は生活上の困りごとに関する身近な相談相  
手です。相談内容の秘密は固く守られます  
ので、ひとりで悩まずお気軽にご相談くだ  
さい。各地域の委員についてはお問合せく  
ださい。  
問区保健康長寿推進課(☎748・9092)  
区保健康長寿推進課(☎323・7245)

## 健康

### 献血にご協力ください

日時	場所
5月25日(金)	10～12時 13～15時 上桂御霊神社
6月14日(木)	10～12時 13時～15時半 デリリーカーナ イズミヤ桂坂店

問区保健康長寿推進課(☎748・9092)  
区保健康長寿推進課(☎323・7245)

### 胸部(結核・肺がん)検診、大腸がん検診

日時	場所
5月25日(金)	榎原小学校
5月29日(火)	桂川小学校
6月1日(金)	14時～ 15時半 西京区役所保健福祉 センター別館 ※桂東小学校の代替場所
6月6日(水)	竹の里小学校
6月11日(月)	境谷小学校

❗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)  
問区保健康長寿推進課(☎381・7643)  
区保健康長寿推進課(☎332・8140)

### 竹エクササイズ教室

踏み竹を使った運動やお口の体操、簡単  
ストレッチ  
時①6月11日(月)、②7月9日(月)  
※どちらも10時～11時半(受付9時45分)  
所①②区役所大会議室 定①②先着40人  
問医師から運動制限をされていない、18歳  
以上で区内に在住の方  
持ち物動きやすい服装、飲み物、タオル  
時①5月28日(月)、②6月25日(月)から  
区保健康長寿推進課(☎381・7643)へ。  
❗グループでの申し込み不可。男性参加者  
大歓迎!

## その他

### 工業統計調査を実施します

6月1日現在で製造業を営む事業所を対  
象に、調査を実施します。5月中旬から6  
月にかけて、調査員がお伺いしますので、  
調査へのご協力をお願いします。  
問区役所総務・防災担当(☎381・7158)  
市情報統計担当(☎222・3216)

市政情報総合案内コールセンター  
**京都いつでもコール**  
受付時間 午前8時～午後9時(年中無休)

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) スマホ・タブレット▶

**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)

5月25日(金) 11時～	アフロのおはなしさんと絵本を 楽しむ会	
6月9日(土) 15時～	おたのしみ会 紙芝居・簡単な工作 など	
6月16日(土) 15時～	たんぽぽの会による絵本の 読み聞かせ	

### 洛西図書館(☎333・0577)

5月24日(木) 11時～	赤ちゃんと絵本 をひらく会	保育士による絵本の 読み聞かせや手遊び など
6月2日(土) 14時～	「洛西読み聞か せの会」おはな し会	「のはらクラブ」よ るおはなし会
6月16日(土) 14時～	おたのしみ会	絵本の読み聞かせな ど

### 移動図書館「こじか号」巡回(☎801・4196)

5月31日(木)	10時～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時～13時半	大原野小
	10時～10時半	松尾小
6月6日(水)	10時50分～11時50分	嵐山東小

**こちら西京119**  
西京消防署 392-6071

### 西京消防団総合査閲を実施します

地域の防火防災を担う消防団員の知識  
や技能の向上と団結力を高めることを目  
的に「西京消防団総合査閲」を実施します。  
区内の15消防分団約300名が参加し、  
礼式訓練やポンプ操法訓練を行い、日頃  
の訓練の成果を披露します。  
地元の誇りを胸に活動する消防団員に  
熱いエールをお願いします!  
時5月20日(日)7～9時頃まで  
所嵐山東公園(嵐山東小学校東側)



### 危険物安全週間 6月3日(日)～6月9日(土)

**西京警察110番**  
西京警察署 391-0110

### しない!させない!自転車盗～自転車に愛情(錠)を!!～

マンション、アパート等の集合住宅や  
一戸建て住宅で自転車が盗まれています。  
一戸建て住宅での被害のうち約8割が  
錠をかけていない状態で盗まれています。  
盗難防止ポイント  
◆短時間でも錠をかける習慣を!  
◆ワイヤー錠などの補助錠で「ツーロッ  
ク」しましょう!  
◆自転車は路上に止めず、自宅等の敷地  
内に入れて、門扉がある場合は閉めて  
おきましょう!

西京区のまちづくり予定  
桂徳まつり  
時6月10日(日)  
9時半～  
所桂徳小学校

**西京健康ひろば**  
「いきいき健康で暮らせる西京  
区」をテーマに健康であることの大切  
さや健康づくりについて考えていた  
だくイベントを開催します。  
時6月23日(土)13時～16時  
所京都市西文化会館ウエスティ 入場無料  
★歯のヒーロー「デンタルエンジャーショー」  
★歯のひろば(14時～)  
★健康・薬についての個別相談(14時～)  
★骨密度、血管年齢、皮下脂肪、体脂肪、内臓脂肪、足指  
力等の測定  
★竹エクササイズを体験! ★食育コーナ  
★お子様も楽しめるアース など

**スタンプラリー**  
6月1日から6月22日の間、  
阪急桂駅・嵐山駅改札口付近およ  
び松尾大社授与所前(9～16時)  
に、また、6月23日当日の会場内  
7ヶ所にスタンプを設置していま  
す。3つ以上スタンプを押して、  
当日提出していただくご参加賞を  
お渡しするとともに、賞品の抽選  
に応募いただけます。  
問区保健康長寿推進課(☎381・7643)

**同日開催**  
**骨密度測定・ヨガ教室**  
(いずれも事前予約制)  
時6月23日(土)10～12時  
所区役所2階大会議室および  
京都市西文化会館ウエスティ、  
骨密度測定およびヨガ教室、  
いずれも無料、往復はが  
きで6月8日に区保健康長寿  
推進課必着。多数抽選。

問区保健康長寿推進課(☎381・7643)

## 歯科相談事業

**乳幼児歯科相談**  
歯科医師・歯科衛生士が歯科健診や歯みがき指導をいた  
します。

問0歳～就学前児 定15名 無料 時9時半～10時半  
申区保別子どもはぐくみ室(☎392・5691)、区保子どもは  
ぐくみ室(☎332・9186)まで事前に電話または窓口で。

スケジュール	6月	7月	8月	9月
西京区役所保健福祉センター別館	7日(木)	—	2日(木)	—
洛西支所保健福祉センター	—	10日(火)	—	11日(火)

### 成人・妊婦歯科相談

歯科医師・歯科衛生士が歯科健診・歯周病チェックや  
歯みがき指導をいたします。  
問妊産婦、または18歳以上の方  
無料(事前申し込み不要)  
問区保健康長寿推進課(☎381・7643)  
支保健康長寿推進課(☎332・8140)

スケジュール	6月	7月	8月	9月
西京区役所保健福祉センター別館 13時半～14時半	6日(水)	4日(水)	1日(水)	5日(水)
洛西支所保健福祉センター 9時半～10時半	1日(金)	—	3日(金)	—

### 西京区民ふれあい事業 俳句教室作品紹介

減塩の 夫に馳走を 桜餅  
行く春や 水の碧きと 白鳥と  
夕雉の ころ名刺の 井手  
重田 昭子さん(大枝学区)

区民の皆さまが丹  
精込めて育てたさつ  
きと、風情豊かな  
俳句作品の展示に  
併せ、桂高校の生  
徒によるフラワー  
アレンジメント作  
品、西総合支援学  
校の生徒による絵  
画作品の展示を  
行います。  
時5月30日(水)、31日(木)9～17時、  
6月1日(金)9～14時  
所洛西支所1階ロビー  
問支所まちづくり推進担当(☎332・9318)  
当日、会場でアンケートに回答いただ  
いた方の中から抽選で、ミニアレンジメント  
作品をプレゼント!

## 「らくさい健康長寿プロジェクト」始動!

～健康にいいこと 始めよう! 続けよう!～  
洛西支所では、年齢を重ねてもいきいきと活躍できるまちづくりを目指  
し、今年度も「らくさい健康長寿プロジェクト」を開始します。  
また昨年度に引き続き、がん検診や西京・洛西で開催される健康に関す  
るイベントや各種健康教室などに参加してスタンプを集めていただいた方  
に、ステキなプレゼントを差し上げるスタンプラリーも実施します。  
スタンプラリー帳は5月15日(火)から、区役所・支所等で配布します。

### らくさい健康づくりサポーター養成講座 ～広めよう地域の健康づくり～

洛西では、「地域」の健康づくり  
を旨として「健康づくりサポーター  
らくさい(通称:らくサポ)」が、  
ウォーキングラリーや竹エクササイ  
ズの教室等を通して楽しく活動して  
います。この機会に、健康づくりに  
ついて学び、「らくサポ」の活動を  
体験してみま  
せんか?地  
域で高齢者  
の方の支援  
をされている  
方も大歓迎  
です!!

	1回目	2回目
日時	5月30日(水)10～12時 (受付:9時45分～)	6月13日(水)10～12時 (受付:9時45分～)
場所	洛西支所2階会議室	
内容	①フレイル (加齢に伴う心身の虚弱) の予防について(医師) ②栄養と食事について (栄養士) ③お口の健康とお口の体操 (歯科衛生士)	①洛西地域の特色と 健康づくりについて ②ボランティア活動について (栄養士) ③竹エクササイズの体験
対象	18歳以上の西京区在住の方	
料金	無料	
持ち物	(2回目ののみ)動きやすい服装と靴、飲み物、タオル	
申込先	5月21日(月)から区保健康長寿推進課(☎332・8140) まで電話または窓口にて	

※2回シリーズの講座です。受講後は、らくサポの活  
動に参加可能となります(登録制)。

## 食育月間(6月) 全市共通テーマ「適正な体重を維持する」

元気で長生きするためには、まずは自分の適正体重を知って、そして  
その体重を維持することが大切です。  
初夏に美味しい旬の食材を使った献立クッキングを楽しみながら、食  
生活に活かせるちょっとしたコツを栄養士からお伝えします。

会場	西京区役所保健福祉センター別館	洛西支所保健福祉センター
月日	6月12日(火)	①6月8日(金)、②6月20日(水)
時間	10時～12時半	
内容	*講話「健康的な体重を維持しましょう」 講師:管理栄養士 *調理実習「初夏の旬野菜を使った献立」 *京都市内産のお米を使用します *試食・交流	
参加費	500円(食材料費)	
対象	18歳以上の西京区民 各回 24名(先着順) 料理初心者の方、男性の方もお気軽にご参加 ください	
持ち物	エプロン・三角巾(スカーフなど)・手拭きタオル	
申込	5月21日(月)～ 電話または窓口にてお申し込みください。	
その他	6月20日(水)のみ保育有り(定員6名)。対象幼児(1歳6ヶ月～就学前)	
申込先	区保健康長寿推進課(☎381・7643)	支保健康長寿推進課(☎332・8140)

## つながり・しごと・くらしを育てる西京区

### 「平成30年度西京区運営方針」を策定

この度、区において取り組  
む施策・事業の方針や内容を  
取りまとめた「平成30年度西  
京区運営方針」を策定しまし  
た。  
4つの重点方針を中心に、  
区民の皆さまとの協働によ  
り、地域力を生かしたまちづ  
くりを進めていきます。  
※運営方針の冊子を、区役所  
・支所で配布しているほか、  
ホームページにも掲載してい  
ます。 西京区運営方針 検索

4つの重点方針

- ①文化を基軸とした西京区  
ならではのまちづくりの推進
- ②地域の更なる活性化  
健康長寿の推進
- ③地域ぐるみでの子ども・若  
者・高齢者の推進
- ④安心安全で環境にやさしい  
まちづくりの推進

問区役所総務・防災担当(☎381・7158)  
支所総務・防災担当(☎332・9185)