

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・区役所保健福祉センター 区別別…区役所保健福祉センター別館 [区保]…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無料法律相談(予約制)

Table with columns: 日時, 場所, 定員, 予約, 問合せ先

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。

福祉

10月から国民健康保険料の特別徴収(年金からの引き落とし)が開始される方へ
対象者には7月に通知書を送付いたします。

その他

住み替え・空家活用相談会

洛西ニュータウン活性化のため、中古住宅の購入・賃貸や住み替え等が安心してできる仕組みづくりを検討しており、その取り組みの一環として実施します。

洛西ニュータウンに居住、住み替えを考えている方 定30名
主 管 洛西NTアクションプログラム推進会議
住宅・拠点関係ワーキンググループ

西京医師会 区民公開講座2018

「病とともに私らしく生きる」～望めばかなう在宅生活～
第一部 講演「ALS(筋萎縮性側索硬化症)を知ろう」

平成30年秋の全国交通安全運動の実施について

9月21日(金)～30日(日)
スローガン: 周りに見る 心の余裕が事故防止

学区・地域の体育大会の日程

Table with columns: 開催日, 学区・地域, 場所, 予備日

※○は開会式が9時から、☆は8時40分から、★は8時45分から、その他は8時半から。

京都市ソフトボール大会

7月22日、第65回京都市ソフトボール大会(一般)・第28回京都市少年ソフトボール大会が若倉東グラウンドで開催され、西京区からは桂東体育振興会(一般)と桂塚体育振興会(壮年)が出場されました。

大原野分団が府消防操法大会(府立丹波自然運動公園)に出場!

8月5日、市の消防団を代表して出場した西京消防団大原野分団は、西京消防団としては初めての出場となりましたが、連日猛暑が続く中、事前訓練を積み重ねてこられました。



らくさいマルシェ・夜マルシェの開催

9月29日(土) 10～16時(らくさいマルシェ) 17～21時(夜マルシェ)
所 ラクセヌエ広場(洛西タクシマヤ北側)
問 らくさいマルシェ実行委員会
E rakusaimarche01@gmail.com

共同募金 地域の福祉、みんなで参加

今年も10月1日から12月31日まで共同募金活動が実施されます。西京区の皆さまからご協力いただいた貴重な募金は高齢者の方、障害のある方、児童・青少年の地域福祉のために役立てられています。

親子で確認 地震対策

- 1 家庭内の安全対策
家具の転倒防止など、安全対策を実施しましょう。
2 オリジナルの非常持出袋
親子で話し合いながら、オリジナルの非常持出袋を準備しましょう。
3 グラッときたらだんご虫
低くかがんで、両手で頭をおおう。だんご虫のポーズと覚えましょう。
4 応急手当てを覚えましょう
地震の時は、救急車がすぐに来ないことも考えられます。いざという時に備え、応急手当てを覚えましょう。

西京医師会事務局

393・5733

京都市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)

エコまちレーター<西京・洛西エコまち駅>移動式拠点回収のご案内



以下の場所から資源物、有害・危険ごみを回収します。

Table with columns: 学区, 日時, 場所

回収品目等の詳細は、配架中のチラシやホームページをご覧ください。

移動式拠点回収事業 検索
西京まち美化事務所 (☎391・5983)
西京エコまちステーション(☎366・0192)
洛西エコまちステーション(☎366・0194)

「市民創造ステージ」を開催します。

市内で舞台芸術活動を行う団体による舞台発表
10月14日(日) 12時半～18時
所 京都市西文化会館ウエスティ ホール
問 京都市西文化会館ウエスティ (☎394・2005)

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)

Table with columns: 日時, 内容

洛西図書館(☎333・0577)

Table with columns: 日時, 内容

移動図書館「じじ号」巡回(☎801・4196)

Table with columns: 日時, 場所

こちら西京119

西京消防署 392-6071

親子で確認 地震対策

- 1 家庭内の安全対策
家具の転倒防止など、安全対策を実施しましょう。
2 オリジナルの非常持出袋
親子で話し合いながら、オリジナルの非常持出袋を準備しましょう。
3 グラッときたらだんご虫
低くかがんで、両手で頭をおおう。だんご虫のポーズと覚えましょう。
4 応急手当てを覚えましょう
地震の時は、救急車がすぐに来ないことも考えられます。いざという時に備え、応急手当てを覚えましょう。

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

健康

こころの病について知ろう!
〜つなげよう 広げよう 地域の輪〜
こころの健康講座を開催します!

気分が落ち込むときや、ストレスを感じたとき、どう対処していますか。こころの健康を保つために、自分らしい対処法をみつめて、少しでもストレスを軽くしてみましょう。この機会に、対処法について考えてみましょう。

9月21日(金) 13時半～15時半(受付13時～)
所 西文化会館ウエスティ

講話「ストレスとこころの健康-自分らしい対処法を見つけてよう-」、各事業所による展示・販売など
講師 公益社団法人 葵橋ファミリー・クリニック 臨床心理士 卯月 路子氏

区 区保健障害保健福祉課(☎381・7666)
区 区保健障害保健福祉課(☎332・9275)
主催 こころの病のある人が地域で安心して暮らせるようにする会

献血にご協力ください

Table with columns: 日時, 場所

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

結核予防週間(9月24日～30日)

年に1回は胸部エックス線検査を受けましょう。

Table with columns: 会場, 日時, 対象, 問い合わせ

西京警察 110番
西京警察署 391-0110
振り込め詐欺被害が増加!

「キャッシュカードを預かります」[医療費が戻るのでATMに行ってください]「会社のトラブルで示談金があります」などの電話は、振り込め詐欺のわなかも。また、最近では、金融機関を名乗って、「キャッシュカードの更新時期です」「新しいカードに切り替わります」などと巧妙に暗証番号を聞き出してキャッシュカードをだまし取る手口も見受けられます。絶対に他人に暗証番号を教えたり、キャッシュカードを渡したりしてはいけません! 不審な電話などには1人で対応せずに、家族や警察に相談しましょう。

9月17日は敬老の日
100歳おめでとうございます
今年度100歳を迎えられる区民の皆さまを紹介します。

Table listing 100-year-old residents with columns: 氏名, 住所, 年齢

「健康づくりサポーターらくさい」と歩く「竹エクササイズ教室」

四季折々の魅力あふれる洛西路を仲間とともに歩きましょう。皆さまのご参加をお待ちしています!

Table with columns: 日時, コース, 時間

★桂坂コースは古墳の森を見学し、現地解散
所 支所正面玄関前集台
※市内在住の医師から運動制限をされていない方
※運動しやすい服と靴、飲み物、タオル
※8時半時点で雨天の場合は中止
問 区保健健康長寿推進課(☎332・8140)

老人福祉センター
●市内在住60歳以上の方が利用対象
●9～17時 日、祝

西京老人福祉センター(☎392・4705)

頭の体操・漢字おさらいのつどい
※楽しく漢字に触れ、知的達成感で脳も心も満足
9月27日(木) 14～15時半
要鉛筆(黒・赤)、消しゴム
※市内在住の60歳以上の方
すこやか講座
テーマ お口元気で健口長寿
10月11日(木) 14時10分～15時
講師 西京区地域介護予防推進センター職員
※市内在住の60歳以上の方

洛西老人福祉センター(☎335・0766)

洛西落語会
9月29日(土) 14～15時(13時半開場)
※不要(当日先着順)(満腹亭一門会共催事業)
定60名程度

生き生き男塾
～からだの男前講座 三本立て～

男性のためのメタボリックシンドローム・生活習慣病予防の講座を開催します。身体状況を把握し、いつまでもいきいきと過ごせるからだづくりのコツを知り、健康寿命をのばしましょう!

Table with columns: 日時, 内容, 会場, 定員

※①区内在住または通勤の40歳以上の男性(③は医師から運動制限をされていない方)
※②エプロン、三角巾、手拭タオル
※③動きやすい服装、飲み物、タオル

※②のみ調理材料費500円
申・問 9月18日(火) から区保健健康長寿推進課(☎381・7643)までお電話にてお申し込みください。

いきいきエイジング教室 参加者募集

10月30日(火) 14～16時予定(受付13時半～)
所 区役所2階大・中会議室(公共交通機関でお越しください)
※座ってできる簡単な運動、竹エクササイズ、歯科医師・歯科衛生士によるお口の話など
※区内在住の65歳以上の方で、要支援・要介護認定を受けておらず1人で運動ができる方
定 先着40名
※動きやすい服装・靴、飲み物、タオル、今使っている歯ブラシ
9月18日(火)～10月12日(金)(日・祝を除く)の9～17時に、高齢サポート西京・北部(☎392・7817)へ電話で。

乳がん巡回検診

30歳以上の女性で、受診する年の12月31日時点で偶数年齢の方(1奇数年齢の方でも前年に本市のがん検診を受診されていない方は受診可能)
11～12月 ※検診日時等はお申し込みいただいた方に対して、後日郵便でお知らせします。
所 区役所保健福祉センター別館、支所保健福祉センター
¥1,300円(30歳代はエコー検査、40歳以上はマンモグラフィ検査)
※いずれも免除制度あり。
※乳がん検診無料クーポン券をお持ちの方はご持参ください。
※郵便番号、住所、氏名(フリガナ)、生年月日、電話番号、受診希望場所(区役所または支所)、前回受診の有無をご記入のうえ、郵便はがきまたは封書で「京都予防医学センター-乳がん検診係」(〒604-8491 中京区西ノ京左馬寮町28)へ。
期限 10月15日(月)当日消印有効。
問 区保健健康長寿推進課(☎381・7643)
支所保健健康長寿推進課(☎332・8140)

歯科相談事業

乳幼児歯科相談
お子さんのお口のことで悩んでおられる方に歯科医師・歯科衛生士が歯科健診や歯みがき指導をします。
※0歳～就学前児 定15名
9月9時半～10時半
問 区保別子どもはぐくみ室(☎392・5691)、度保子どもはぐくみ室(☎332・9186)
※事前に電話または窓口で。
区役所保健福祉センター別館 10月4日(木) 12月6日(木)
支所保健福祉センター 11月13日(火) 1月8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します。
※妊産婦または18歳以上の方
問 区保健健康長寿推進課(☎381・7643)
支所保健健康長寿推進課(☎332・8140)

Table with columns: スケジュール, 会場, 日時

住宅・土地統計調査を実施します
皆さまの住宅や住居する等の状況、保有する土地等の実態を把握し、今後の住まいと暮らしに関する計画の作成などの基礎資料とするための調査を行います。無作為抽出で選ばれた世帯には、調査員が書類をお配りしますので回答をお願いします。インターネット上で回答しない世帯には、後日調査員が紙の調査票をお配りします。防火担当統計担当(☎381・7158)