



市民しんぶん 左京区版

左京ボイス

2015 9/15

世帯数 83,213世帯
人口 167,267人

左京区役所ホームページ <http://www.city.kyoto.lg.jp/sakyo/>

(平成27年8月1日現在)

9月21日は敬老の日

100歳おめでとうございます

岩倉の閑静な住宅街で、小気味よい音を響かせながらゲートボールを楽しむ大島博さん。地域の気の置けない仲間と大島さんご夫妻は、週3回、近くの公園で汗を流しています。体を動かすことが好きな大島さんは、どこに出かけるのも徒歩で、庭の掃き掃除や洗濯などの家事は日課とのことです。



ゲートボール仲間のみなさんと



大島博さん

100歳を迎えられる皆様に心からお祝い申し上げます。皆様が健やかに暮らし、いきいきと地域でご活躍されますよう、「ひとにやさしいぬくもりのまちづくり」に引き続き全力で取り組んでまいります。



京都市長 門川 大作



大島さんご夫妻

好き嫌いなく3食きちんと食べ、お菓子も好物という甘党の大島さんは「ゲートボールを通じて地域の皆様と仲良く過ごしてきたこと」が長生の秘訣と語ってくれました。

今年度、区内では49名の方が100歳を迎えられます。

龍池	吉田	山好	三野	文野	古田	平井	林井	林谷	蜂谷	面堀	長澤	中川	徳岡	田中	高成	高嶋	祖父江	重澤	酒上	小屋	小島	小島	木村	桂田	小田	太田	大島	梅本	宇野	今村	今井	今井	居原	井上	伊藤	一井	井口	浅井		
崇	信	操	房	登志	登志	登志	登志	登志	登志	登志	登志	登志	登志	登志	登志	登志	登志	登志	登志	登志	登志	登志	登志	登志	登志	登志	登志													
さん	さん	さん	さん	さん	さん	さん	さん	さん	さん	さん	さん	さん	さん	さん	さん	さん	さん	さん	さん	さん	さん	さん	さん																	

これからも健やかに過ごされますようお祈り申し上げます。 左京区長 鶴谷 隆

「平成27年国勢調査」へのご協力をお願いします

国勢調査は、日本の人口や世帯の実態を明らかにするため、5年ごとに実施する国の最も重要な統計調査です。調査結果は様々な施策の計画づくりなどに役立てられます。

【インターネット回答】**新設**
9月10日頃～ 回答用ID記載の書類入り封筒を調査員が配布(水色)

9月20日 回答締切
【紙の調査票での回答】
※インターネットで回答されなかった世帯のみ調査員が配布します。

9月26日頃～ 調査票入り封筒の配布(茶色)
10月1日～10月7日 郵送提出又は調査員に手渡し

すべての人・世帯が対象です

国勢調査コールセンター
0570-07-2015(IP電話の場合03-4330-2015)
設置期間 平成27年10月31日まで

受付時間 午前8時～午後9時(土日祝もご利用になれます)
※お掛け間違いにご注意ください。

インターネット回答用封筒



紙の調査票入り封筒



問合せ 区地域力推進室(☎702-1021)

この記事に注目

- サンガ区民デー..... 4面
- 第3回みんなで作る左京朝カフェ..... 4面

市政情報総合案内コールセンター
京都いつでもコール
8:00~21:00(年中無休)

みなここ 電話...661-3755 FAX...661-5855
こようはここ 電子メール(ホームページから送信できます).....
● パソコン、携帯電話で **京都いつでもコール** 検索
※電話・FAXのお掛け間違いにご注意ください。

左京区役所 電話...702-1000(代表) ※お掛け間違いにご注意ください。

ナー
中
掲載
11月15日
応募締切
10月7日水

毒キノコによる食中毒に注意しましょう

毎年、キノコ狩りの季節になると、全国で毒キノコによる食中毒事件が数多く発生しています。キノコの毒は大変強力で、毒キノコによる食中毒で死亡することも珍しくありません。

京都市内でも山林、河川敷、市街地などの様々な場所で毒キノコが自生しています。専門家でないで食用キノコか毒キノコを見分けるのは大変困難ですので、次のことに注意しましょう。

科学的に根拠のない誤った言い伝えや迷信による素人判断をしない

●「食用キノコであると確実に判断できないキノコは、採らない」
●「食味の色もありません」

Q 派手な色のキノコは毒キノコ？
A 地味な色もあります。

●「食用キノコであると確実に判断できないキノコは、採らない」
●「食味の色もありません」

1 採らない
2 食べない
3 人にあげない、貰わない

キノコを食べて体調を崩したら、すぐに医療機関を受診しましょう。その際、原因と思われるキノコを持参すると治療の参考になる場合があります。

問合せ 区衛生課 (☎702-1208)



毒キノコによる食中毒に注意しましょう

区民公開講座 今日から始める楽しい認知症予防

楽しく簡単にできる認知症予防法をご紹介します。

日時 10月6日(火) 14:00~15:30

場所 区役所1階大会議室

講師 西口 周 (理学療法士)

定員 50名 (先着順)

申込み 9月17日(木)午前9時から電話にて京都市左京区地域介護予防推進センター (☎706-7301) へ



東部まち美化フェスタ 2015

「環境」をテーマに子どもから大人まで楽しめるイベントを開催しますので、ぜひご来場ください。

日時 10月18日(日) 10:00~13:00(少雨決行)

場所 東部まち美化事務所 (市バス「高野橋東詰」徒歩2分)

- 内容**
- 子ども服・古本・陶器の無料交換会
 - 資源物回収 (使用済みお風呂油、紙パックなど)
 - ごみ収集車への積込体験
 - エコ工作
 - 地域の皆様によるステージ
 - 地元農家による朝市 など



問合せ 東部まち美化事務所 (☎722-4345)

安心安全通信

警察への各種相談は#9110番へ

皆さんは警察相談専用電話「#9110番」をご存知でしょうか。事件・事故発生時の緊急ダイヤル「110番」に、相談や問合せをされると回線がパンクし、緊急事態に警察が対応できなくなるおそれがあります。各種相談に対し、きめ細かい対応ができるように、相談専用電話「#9110番」を設定していますのでご利用ください。



問合せ 川端警察署 (☎771-0110) 下鴨警察署 (☎703-0110)

障がい児者親子のつどい 参加者募集

自然豊かな静原地域で、芋ほりや餅つき体験等を通して、障がいのある方と地域の方々や静原小の児童との交流を深めていただきます。ぜひご参加ください。

日時 10月25日(日) 9:30~15:00頃

場所 静原小学校

参加費 1人500円(昼食代込、3歳以下無料)

持ち物 飲み物、タオル等

申込み 10月19日(月)までに電話で左京区社会福祉協議会 (☎723-5666) へ



左京消防署だより

熱中症に対する応急手当

9月も、まだまだ暑い日が続きます。熱中症対策を怠らないようにしましょう。

熱中症の症状

- 手足の筋肉の痛みを訴えたり、筋肉が硬直したりする。
- 身体がだるい、吐き気、頭痛、めまいがする。
- 立ちくらみや頭がぼーっとして注意力が散漫になる。
- 意味不明な言動が見られる。など

ポイント

熱中症は必ずしも炎天下で無理に運動したときだけでなく、クーラーのない暑い室内や車の中に長時間いるだけでも発症することがあります。汗をかかなくなり皮膚が赤く乾いてくると、体温の調節ができなくなり、命にかかわるので直ちに救急車を要請しましょう。

熱中症の応急手当の方法

- 涼しい環境に避難する。
- 衣服を脱がせ、身体を冷やす。



普通救命講習 希望者募集

左京消防署では、AEDを含む心肺蘇生法(胸骨圧迫、気道確保、人工呼吸)や異物除去、止血法などを学んでいただくための普通救命講習(3時間講習)を希望(10名以上参加の団体等)により開催します。 ※受講者には修了証(カード)を発行します。 ※個人で参加できる定例の救命講習会もあります。(場所:京都市市民防災センター(南区))

●水分、塩分を補給する。 ●楽な体位にする。

問合せ 左京消防署 (☎723-0119)

平成27年度スポーツ講座 「初心者のためのウォーキング講座」



これからウォーキングを始めようという方を対象に、ウォーキングを基礎から学び、楽しく安全に歩く方法を身につけるための講座を開催します。

日時 10月23日(金)18:30~20:00 ※雨天時は屋内で実施します。

場所 宝が池公園運動施設 球技場

講師 平山浩介氏 (ミズノスポーツサービス株式会社)

内容 講義及び実技を通じ、正しいウォーキングのフォームや効果を学ぶ

定員 100名(抽選) 参加費 無料

申込み 10月9日(金)消印有効で右記のいずれかの方法でお申込みください。

①ハガキ 氏名(ふりがな)、年齢、郵便番号、住所、電話番号を記入して下記まで。 〒615-0864 京都市右京区西京極新明町1 公益財団法人京都市体育協会 事業運営課 ウォーキング講座係 ②FAX313-6043 ※記載事項は①ハガキと同じ ③ホームページ(申込フォーム) https://www.kyoto-sports.or.jp/lec_02/form/index.php 問合せ 公益財団法人京都市体育協会事業運営課 (☎313-9134)

受水槽の法定検査はお済みですか?

有効容量が10m³(10t)を超える受水槽を設置されているビル等の所有者の方には、法律で定期的な受水槽の清掃や点検・管理、法定検査の受検が義務付けられています。飲料水の衛生



状態を確保していただくためにも、1年以内に1回受水槽の清掃を行うとともに、法定検査を受けてください。 また、有効容量が10m³(10t)以下の受水槽を設置されているビル等の所有者の方も衛生的な水を供給するため法律に準じて受検するようにしましょう。 問合せ 区衛生課 (☎702-1256)

平成27年 秋の全国交通安全運動 9月21日(月・祝)~30日(水)

スローガン 京の秋 早めのライトと反射材

- 運動重点**
- ・子どもと高齢者の交通事故防止
 - ・夕暮れ時と夜間の歩行中・自転車乗車中の交通事故防止(特に、反射材用品等の着用)の推進及び自転車前照灯の点灯の徹底
 - ・後部座席を含めた全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底
 - ・飲酒運転の根絶

左京さくらちゃん体操

せなら 3うッキ

をふって)

せなら 3うッキ

を(バタバタ)

せなら 3うッキ

を(わり返し)

せなら 3うッキ

を(右回り)

せなら 3うッキ

を(左回り)

を(ふる)

せなら 3うッキ

を(健康づくり)

せなら 3うッキ

を(健康づくり)

せなら 3うッキ

を(健康づくり)

お知らせ

福祉

国民健康保険加入の届出は14日以内に
 次の場合は、14日以内に保険年金課へ国民健康保険加入の届出をしてください。(職場の健康保険等に加入している場合を除く)。
 ①他の市町村から転入したとき。
 ②退職などで、職場の健康保険等をやめたとき。
 ③生活保護を受けなくなったとき。
 ④国民健康保険の加入者に子が生まれたとき。
 ※加入の届出が遅れても、保険料は本来加入すべき時点までさかのぼって納めていただきます(最長2年。その間の医療費は原則全額自己負担)。
問合せ 区保険年金課(☎702-1168)

10月から保険料の特別徴収が開始される方へ
 世帯の国民健康保険被保険者全員が65歳以上であるなどの条件に当てはまる場合、10月から特別徴収(年金からの引落し)により納付いただきます。対象となる方には、7月に特別徴収の開始通知をお送りしています。
 □座振替による納付を希望される方は、保険年金課へお申し出ください。
問合せ 区保険年金課(☎702-1168)

保健衛生

9月24日(木)～30日(水)は結核予防週間です
 結核は過去の病気と思われがちですが、毎年全国で2万人以上の方が新たに結核にかかっています。早期発見・早期治療が大切ですので、胸部検診を受けましょう。
対象 15歳以上で学校や職場などで受ける機会がない方
日時 第2・第4水曜日(祝日除く) 9:00～10:30受付(予約不要)
内容 胸部X線検査 **費用** 無料
問合せ 区健康づくり推進課(☎702-1219)

胃がん検診と大腸がん検診

対象 40歳以上の方
日時 11月上旬～12月上旬の午前
 ※検診日時等は、後日郵便でお知らせします。
場所 区役所1階、他4会場
内容 バリウムによる胃部X線撮影、便潜血検査
費用 胃がん検診1,000円、大腸がん検診300円(費用免除制度あり)
申込方法 はがき又は封書に「胃がん・大腸がん

まちづくり活動掲示板

まちはまちづくり活動
 支援交付金

和太鼓による地域の活性化と伝統文化の継承～吉田今宮太鼓～

今宮社神幸祭にて勇壮な和太鼓演奏を行います。通年で太鼓の打ち手も募集中です。
日程 10月11日(日)
時間・場所

11:00 京都大学正門前	12:30 上阿達町西部
11:20 京都大学総合博物館前	13:25 第四錦林小学校前
11:45 吉田市場前	14:25 ファミリーマート 東山近衛店前
12:05 京都大学大学文書館前	15:30 福井株式会社前
	15:40 吉田神社南参道

※太字の場所では児童も演奏します。
問合せ 宮村(☎090-8658-2807)

申込書・郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・生年月日(年齢)・電話番号・申込検診名(胃がん・大腸がん・胃がん大腸がん)を記入のうえ、10月23日(金)までにお申し込みください。
申込先 〒604-8491 中京区西ノ京左馬寮町28番地 京都予防医学センター-左京区胃がん検診係
問合せ 区健康づくり推進課(☎702-1219)

相談窓口

弁護士による無料法律相談
日時 毎週水曜日13:15～(受付13:00～)
場所 区役所1階地域力推進室相談室
定員 先着15名(正午から整理券を配付)
 ※1人20分以内
問合せ 区地域力推進室(☎702-1029)

行政書士会による無料相談
日時 10月13日(火) 14:00～16:00
場所 区役所1階大会議室
問合せ 京都府行政書士会第4支部事務局(☎762-0505)

司法書士会による無料相談
日時 10月8日(木)13:30～16:30
場所 区役所1階大会議室A
問合せ 京都司法書士会(☎241-2666)

岡崎いきいき市民活動センター
 岡崎最勝寺町2番地 ☎761-4484

左京東部いきいき市民活動センター
 鹿ヶ谷高岸町3番地の2 ☎761-1385

左京西部いきいき市民活動センター
 田中玄京町149番地 ☎791-1836

「京都おさんぽコレクション」
 いきいき市民活動センター(以下、いきセン)主催のまち歩きに参加しませんか(小学生以下保護者同伴)。
 ①タイムスリッパ・ウォーキング～思い出のまちめぐり(約6km)
日時 10月3日(土)10:00(受付9:30)～13:00
行程 左京西部いきセン～田中神社～下鴨神社～下鴨神社前<市バス>大徳寺前～船岡山～北いきセン
持ち物 交通費230円、飲み物
申込み 9月25日(金)までに電話で左京西部いきセンへ。
 ②平家物語～戦国絵巻～明治・昭和の足跡を辿る(約6km)
日時 10月24日(土)9:30(受付9:15)～14:30
行程 醍醐いきセン～平重衡の墓～醍醐駅<地下鉄>東山駅～光秀の首塚～(昼食)～左京東部いきセン
持ち物 交通費290円、飲み物、弁当(昼食)
申込み 電話で醍醐いきセン(☎571-0035)へ。
 ③ツウの人も初めての人も楽しめる大人のDeep京都見どころ案内(約6km)
日時 11月14日(土)13:15(受付13:00)～16:00
行程 岡崎いきセン～八坂神社～安井金比羅宮～六道珍皇寺～高瀬川～下京いきセン
持ち物 飲み物、筆記具
申込み 電話で岡崎いきセンへ。
定員 各20名(①は応募者多数の場合抽選。②、③は定員になり次第締切。)
費用 無料(交通費等実費は必要。)

赤い羽根共同募金にご協力をお願いします

10月1日(木)～12月31日(木)
問合せ 左京区共同募金会事務局:区地域力推進室(☎702-1029)

自然を愛で、歴史を学び、文化を楽しむ「豊かなこころ」を大切に伝えます

左京老人福祉センター

高野西開町5 ☎722-4650

介護予防講座「お顔(表情筋)の筋トレ・体のストレッチ」
 頭・首・肩とつながる顔の筋トレ、全身のストレッチで、体を調節しましょう。
対象 市内在住60歳以上で医師から運動制限を受けない、腰や膝に痛みのない方
日時 10月30日(金)13:30～15:00
定員 30名(先着順) **費用** 無料
持ち物 運動のできる上履き、タオル
 ※当センターに更衣室はありません。
申込み 10月5日(月)から電話か直接当センターへ。

「歴史散歩～天下人、秀吉の光と影」
 東山に残る豊臣秀吉に関する史跡を散策しながら、秋のはじまりを感じてみませんか。
対象 市内在住60歳以上の方
日時 10月20日(火)9:20～12:30
 ※少雨決行
場所 東山七条周辺(京都国立博物館西門前集合)
定員 15名(先着順) **費用** 無料
持ち物 飲み物(散策時に持ち歩きます。)
申込み 9月28日(月)～10月10日(土)に直接当センターへ(電話申込み不可)。

左京図書館

高野西開町5 ☎722-4032

開館時間 平日:9:30～19:30
 土・日曜、祝日:9:30～17:00
休館日 毎週火曜

赤ちゃん絵本ふれあいタイム
 9月17日、10月1日、8日、15日
 各日とも木曜日10:30～
おたのしみ会 9月26日(土)11:00～

岩倉図書館

岩倉下在地町16 ☎702-8510

開館時間 月・木曜:9:30～19:00
 その他の曜日・祝日:9:30～17:00
休館日 毎週火曜

あかちゃんタイム 9月25日、10月9日
 各日とも金曜日11:00～
えいごタイム 9月26日、10月10日
 各日とも土曜日10:30～
東日本大震災取材報告会 9月26日(土)15:00～
おとなのための朗読会 10月17日(土)15:00～

移動図書館「こじか号」

(☎801-4196)

巡回日程

9月16日(水)	10:00～11:00 京都大原学院 11:20～11:50 農協静原支所横
9月25日(金)	10:00～10:40 修学院小学校 11:00～11:40 上高野小学校 13:00～13:40 八瀬小学校
10月2日(金)	10:00～10:40 市原野小学校 11:00～11:30 鞍馬本町かどや駐車場 13:00～13:40 鞍馬小学校
10月14日(水)	10:30～11:00 広河原伝兵衛前 11:20～11:50 JA京都中央花背支店前 13:00～13:30 花背小中学校 13:50～14:20 別所喫茶カウベル前

投稿コーナー募集中!

今号の募集内容 川柳テーマ 紅葉
 掲載号 11月号 応募締切 10月7日
 応募方法 応募は筆を添えて、郵送又はメールで受付。
 ※掲載できない場合があります。
 (4面左京イラストコーナーと同じ)

Q 縦に裂けるキノコは食べられる?
A 裂け方は関係ありません。

Q 派手な色のキノコは毒キノコ?
A 地味な色もあります。

Q 食用キノコであると確実に判断できないキノコは、採らない、食べない、人にあげない、貰わない

Q キノコを食べると体調を崩したら、すぐに医療機関を受診しましょう。その際、原因と思われるキノコを持参すると治療の参考になる場合があります。
問合せ 区衛生課(☎702-1268)

安心安全通信

警察への各種相談は#9110番へ
 皆さんは警察相談専用電話「#9110番」をご存知でしょうか。事件・事故発生時の緊急ダイヤル「110番」に、相談や問合せをされると回線がバンクし、緊急事態に警察が対応できなくなるおそれがあります。各種相談に対し、きめ細かい対応ができるように、相談専用電話「#9110番」を設定していますのでご利用ください。

問合せ 川端警察署(☎771-0110) 下鴨警察署(☎703-0110)

平成27年度スポーツ講座

「初心者のためのウォーキング講座」

これからウォーキングを始めようという方を対象に、ウォーキングを基礎から学び、楽しく安全に歩く方法を身につけるための講座を開催します。
日時 10月23日(金)18:30～20:00
 ※雨天時は屋内で実施します。
場所 宝が池公園運動施設 球技場
講師 平山浩介氏(ミズノスポーツサービス株式会社)
内容 講義及び実技を通じ、正しいウォーキングのフォームや効果を学ぶ
定員 100名(抽選) **参加費** 無料
申込み 10月9日(金)消印有効で右記のいずれかの方法でお申込みください。

①ハガキ 氏名(ふりがな)、年齢、郵便番号、住所、電話番号を記入して下記まで。
 〒615-0864 京都市右京区西京極新明町1 公益財団法人京都市体育協会 事業運営課 ウォーキング講座係
 ②FAX313-6043
 ※記載事項は①ハガキと同じ
 ③ホームページ(申込フォーム)
https://www.kyoto-sports.or.jp/lec_02/form/index.php
問合せ 公益財団法人京都市体育協会事業運営課(☎313-9134)

受水槽の法定検査はお済みですか?

有効容量が10㎡(10t)を超える受水槽を設置されているビル等の所有者の方には、法律で定期的な受水槽の清掃や点検・管理、法定検査の受検が義務付けられています。飲料水の衛生状態を確保していただくためにも、1年以内に1回受水槽の清掃を行うとともに、法定検査を受けてください。
 また、有効容量が10㎡(10t)以下の受水槽を設置されているビル等の所有者の方も衛生的な水を供給するため法律に準じて受検するようにしましょう。
問合せ 区衛生課(☎702-1256)

平成27年 秋の全国交通安全運動

9月21日(月・祝)～30日(水)

スローガン
京の秋 早めのライトと反射材

毒キノコによる食中毒に注意しましょう

毎年、キノコ狩りの季節になると、全国で毒キノコによる食中毒事件が数多く発生しています。キノコの毒は大変強力で、毒キノコによる食中毒で死亡することも珍しくありません。

京都市内でも山林、河川敷、市街地などの様々な場所、毒キノコが生えています。専門家でないと食用キノコか毒キノコを見分けるのは大変困難ですので、次のことに注意しましょう。

1 採らない
2 食べない
3 人にあげない、貰わない

Q 食用キノコであると確実に判断できないキノコは、採らない、食べない、人にあげない、貰わない

Q キノコを食べると体調を崩したら、すぐに医療機関を受診しましょう。その際、原因と思われるキノコを持参すると治療の参考になる場合があります。
問合せ 区衛生課(☎702-1268)

障がい児者親子のつどい参加者募集

自然豊かな静原地域で、芋ほりや餅つき体験等を通して、障がいのある方と地域の方々や静原小の児童との交流を深めていただけます。ぜひご参加ください。
対象 左京区在住の障がいの

ある方とそのご家族
日時 10月25日(日) 9:30～15:00頃
場所 静原小学校
参加費 1人500円(昼食代込、3歳以下無料)
持ち物 飲み物、タオル等
申込み 10月19日(月)までに電話で左京区社会福祉協議会(☎723-5666)へ

熱中症に対する応急手当

9月も、まだまだ暑い日が続きます。熱中症対策を怠らないようにしましょう。
熱中症の症状
 ●手足の筋肉の痛みを訴えたり、筋肉が硬直したりする。
 ●身体が硬直したり、吐き気、頭痛、めまいがある。
 ●立ちくらみや頭がぼーっとして注意力が散漫になる。
 ●意味不明な言動が見られるなど。
ポイント
 ●熱中症は必ずしも炎天下で無理に運動したときだけでなく、

く、クーラーのない暑い室内や車の中に長時間いるだけでも発症することがあります。汗をかかなくなり皮膚が赤く乾いてくると、体温調節ができなくなります。そのまま体温が上昇すると命にかかわるので直ちに救急車を要請しましょう。
熱中症の応急手当の方法
 ●涼しい環境に避難する。
 ●衣服を脱がせ、身体を冷や

普通救命講習 希望者募集

左京消防署では、AEDを含む心肺蘇生法(胸骨圧迫、気道確保、人工呼吸)や異物除去、止血法などを学んでいただくための普通救命講習(3時間講習)を希望(10名以上参加の団体等)により開催します。
 ※受講者には修了証(カード)を発行します。
 ※個人で参加できる定例の救命講習会もあります。(場所:京都市市民防災センター(南区))

●水穴、塩分を補給する。
 ●楽な体位にする。
 ●左京消防署(☎703-0110)へ**問合せ**

●子どもと高齢者の交通事故防止
 ●夕暮れ時と夜間の歩行中・自転車乗車中の交通事故防止(特に、反射材用品等の着用の推進及び自転車前照灯の点灯の徹底)
 ●後部座席を含めた全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底
 ●飲酒運転の根絶

東部まち美化フェスタ

2015

「環境」をテーマに子どもから大人まで楽しめるイベントを開催しますので、ぜひご来場ください。
日時 10月18日(日) 10:00～13:00(少雨決行)
場所 東部まち美化事務所(市バス「高野橋東詰」徒歩2分)

内容

- 子ども服・古本・陶器の無料交換会
- 資源物回収(使用済みお風呂油、紙パックなど)
- ごみ収集車への積込体験
- エコ工作
- 地域の皆様によるステージ
- 地元農家による朝市 など

問合せ 東部まち美化事務所(☎722-4345)

左京 消防署だよ!

●水穴、塩分を補給する。
 ●楽な体位にする。
 ●左京消防署(☎703-0110)へ**問合せ**

お知らせ

福祉

国民健康保険加入の届出は14日以内に

次の場合は、14日以内に保険年金課へ国民健康保険加入の届出をしてください（職場の健康保険等に加入している場合を除く）。

- ①他の市町村から転入したとき。
- ②退職などで、職場の健康保険等をやめたとき。
- ③生活保護を受けなくなったとき。
- ④国民健康保険の加入者に子が生まれたとき。

※加入の届出が遅れても、保険料は本来加入すべき時点までさかのぼって納めていただきます（最長2年。その間の医療費は原則全額自己負担）。

問合せ 区保険年金課(☎702-1168)

10月から保険料の特別徴収が開始される方へ

世帯の国民健康保険被保険者全員が65歳以上であるなどの条件に当てはまる場合、10月から特別徴収(年金からの引落とし)により納付いただきます。対象となる方には、7月に特別徴収の開始通知をお送りしています。

口座振替による納付を希望される方は、保険年金課へお申し出ください。

問合せ 区保険年金課(☎702-1168)

保健衛生

9月24日(木)～30日(水)は結核予防週間です

結核は過去の病気と思われがちですが、毎年全国で2万人以上の方が新たに結核にかかっています。早期発見・早期治療が大切ですので、胸部検診を受けましょう。

対象 15歳以上で学校や職場などで受ける機会がない方

日時 第2・第4水曜日(祝日除く) 9:00～10:30受付(予約不要)

内容 胸部X線検査 費用 無料

問合せ 区健康づくり推進課(☎702-1219)

胃がん検診と大腸がん検診

対象 40歳以上の方

日時 11月上旬～12月上旬の午前

※検診日時等は、後日郵便でお知らせします。

場所 区役所1階、他4会場

内容 バリウムによる胃部X線撮影、便潜血検査

費用 胃がん検診1,000円、大腸がん検診300円(費用免除制度あり)

申込方法 はがき又は封書に「胃がん・大腸がん

申込書」・郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・生年月日(年齢)・電話番号・申込検診名(胃がん・大腸がん・胃がん大腸がん)を記入のうえ、10月23日(金)までにお申し込みください。
申込先 〒604-8491 中京区西ノ京左馬寮町28番地 京都予防医学センター左京区胃がん検診係
問合せ 区健康づくり推進課(☎702-1219)

相談窓口

弁護士による無料法律相談

日時 毎週水曜日13:15～(受付13:00～)

場所 区役所1階地域力推進室相談室

定員 先着15名(正午から整理券を配付)

※1人20分以内

問合せ 区地域力推進室(☎702-1029)

行政書士会による無料相談

日時 10月13日(火) 14:00～16:00

場所 区役所1階大会議室

問合せ 京都府行政書士会第4支部事務局(☎762-0505)

司法書士会による無料相談

日時 10月8日(木)13:30～16:30

場所 区役所1階大会議室A

問合せ 京都司法書士会(☎241-2666)

岡崎いきいき市民活動センター

岡崎最勝寺町2番地 ☎761-4484

左京東部いきいき市民活動センター

鹿ヶ谷高岸町3番地の2 ☎761-1385

左京西部いきいき市民活動センター

田中玄京町149番地 ☎791-1836

「京都おさんぽコレクション」

いきいき市民活動センター(以下、いきセン)主催のまち歩きに参加しませんか(小学生以下保護者同伴)。

①タイムスリップ・ウォーキング～思い出のまちめぐり(約6km)

日時 10月3日(土)10:00(受付9:30)～13:00
行程 左京西部いきセン～田中神社～下鴨神社～下鴨神社前<市バス>大徳寺前～船岡山～北いきセン

持ち物 交通費230円、飲み物
申込み 9月25日(金)までに電話で左京西部いきセンへ。

②平家物語～戦国絵巻～明治・昭和の足跡を辿る(約6km)

日時 10月24日(土)9:30(受付9:15)～14:30
行程 醍醐いきセン～平重衡の墓～醍醐駅<地下鉄>東山駅～光秀の首塚～(昼食)～左京東部いきセン

持ち物 交通費290円、飲み物、弁当(昼食)
申込み 電話で醍醐いきセン(☎571-0035)へ。

③ツウの人も初めての人も楽しめる大人のDeep京都見どころ案内(約6km)

日時 11月14日(土)13:15(受付13:00)～16:00
行程 岡崎いきセン～八坂神社～安井金比羅宮～六道珍皇寺～高瀬川～下京いきセン

持ち物 飲み物、筆記具
申込み 電話で岡崎いきセンへ。

定員 各20名(①は応募者多数の場合抽選。②、③は定員になり次第締切。)

費用 無料(交通費等実費は必要。)

赤い羽根共同募金にご協力をお願いします

10月1日(木)～12月31日(木) 問合せ 左京区共同募金会事務局：区地域力推進室(☎702-1029)

自然を愛で、歴史を学び、文化

左京老人福祉センター

高野西開町5 ☎722-4650

介護予防講座「お顔(表情筋)の筋トレ・体のストレッチ」

頭・首・肩とつながる顔の筋トレ、全身のストレッチで、体を調節しましょう。

対象 市内在住60歳以上で医師から運動制限を受けない、腰や膝に痛みのない方

日時 10月30日(金)13:30～15:00

定員 30名(先着順) 費用 無料

持ち物 運動のできる上履き、タオル ※当センターに更衣室はありません。

申込み 10月5日(月)から電話か直接当センターへ。

「歴史散歩～天下人、秀吉の光と影」

東山に残る豊臣秀吉に関する史跡を散策しながら、秋のはじまりを感じてみませんか。

対象 市内在住60歳以上の方

日時 10月20日(火)9:20～12:30

※少雨決行

場所 東山七条周辺(京都国立博物館西門前集合)

定員 15名(先着順) 費用 無料

持ち物 飲み物(散策時に持ち歩きます。)

申込み 9月28日(月)～10月10日(土)に直接当センターへ(電話申込み不可)。

左京図書館

高野西開町5 ☎722-4032

開館時間 平日：9:30～19:30 土・日曜、祝日：9:30～17:00

休館日 毎週火曜

赤ちゃん絵本ふれあいタイム

9月17日、10月1日、8日、15日

各日とも木曜日10:30～

おたのしみ会 9月26日(土)11:00～

岩倉図書館

岩倉下在地町16 ☎702-8510

開館時間 月・木曜：9:30～19:00 その他の曜日・祝日：9:30～17:00

休館日 毎週火曜

あかちゃんタイム 9月25日、10月9日

各日とも金曜日11:00～

えいごタイム 9月26日、10月10日

各日とも土曜日10:30～

東日本大震災取材報告会 9月26日(土)15:00～

おとなのための朗読会 10月17日(土)15:00～

移動図書館「こじか号」

(☎801-4196)

巡回日程

9月16日(水)	10:00～11:00	京都大原学院
	11:20～11:50	農協静原支所横
	13:00～13:40	静原小学校
9月25日(金)	10:00～10:40	修学院小学校
	11:00～11:40	上高野小学校
	13:00～13:40	八瀬小学校
10月2日(金)	10:00～10:40	市原野小学校
	11:00～11:30	鞍馬本町かどや駐車場
	13:00～13:40	鞍馬小学校
10月14日(水)	10:30～11:00	広河原伝兵衛前
	11:20～11:50	JA京都中央花背支店前
	13:00～13:30	花背小中学校
	13:50～14:20	別所喫茶カウベル前

まちづくり活動掲示板

在宅店まちづくり活動 支援交付金

和太鼓による地域の活性化と伝統文化の継承～吉田今宮太鼓～

今宮神社幸祭にて勇壮な和太鼓演奏を行います。通年で太鼓の打ち手も募集中です。

日程 10月11日(日)

時間・場所

11:00	京都大学正門前	12:30	上阿達町西部
11:20	京都大学総合博物館前	13:25	第四錦林小学校前
		14:25	ファミリーマート 東山近衛店前
11:45	吉田市場前		
12:05	京都大学大学文書館前	15:30	福井株式会社前
		15:40	吉田神社南参道

※太字の場所では児童も演奏します。

問合せ 宮村(☎090-8658-2807)

投稿募集 応募方法 氏名又は筆名を添えて、郵送又はメールで送付。 ※掲載できない場合があります。 4画「左京ポイスクスコーナー」と同じ。

平成27年度 第3回みんなでつくる左京朝カフェ

参加者募集!



10月3日(土) 開催!!

夜まで朝カフェ 食×アート×

左京での自主的なまちづくり活動に興味・関心のある方が出会い、交流し、左京のまちについて語り合う場です。

今回は、左京の「食」と「アート」をテーマに、一日を通してじっくり話ができます。各部のみの参加も可能です(夜ごはんの部のみは不可)。

時間	内容	費用
1部 11:00~14:00	料理でつながろう みんなで料理を作りながら交流します。	500円 (昼食材料代)
2部 14:30~17:00	アートで話そう アートとまちづくりについてグループに分かれて話し合います。	200円 (茶菓代)
夜ごはんの部 17:00~18:00	軽食を食べながら交流します。	300円 (軽食代)
3部 18:00~20:00	アートでもっと話そう アートとまちづくりについてさらに深めます。	200円 (茶菓代)

※託児コーナーあり(要予約・無料)
※【1部】参加希望の方は、エプロン・三角巾・手拭きタオルをご持参ください。

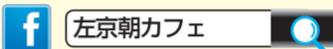
食やアートをまちづくりに活かしてみたい方はもちろん、どなたでもご参加ください。

場所 左京東部いきいき市民活動センター(鹿ヶ谷高岸町3-2 市バス「東天王町」徒歩5分、市営地下鉄東西線「蹴上」駅徒歩15分)

申込み 9月29日(火)までにホームページ、メール、電話、FAXで、参加希望する部、氏名(ふりがな)、お住まいの市町村(京都市の場合は区)、連絡先(電話、メール)、託児希望の場合はお子さんの名前と年齢をお知らせください。

申込先 区地域力推進室(☎702-1021/FAX702-1301/メールsakyocity.kyoto.jp)

フェイスブックもご覧ください。



○次回の朝カフェは11月下旬開催予定! お楽しみに!

伝統行事カレンダー (10月)

左京伝統行事ぐるり旅2015 掲載行事等をご紹介します。

日付	行事名	場所
10月4日(日)	北白川高盛御供	北白川天神宮
10月11日(日)	八瀬赦免地踊り	秋元神社
10月11日(日)	吉田今宮太鼓	吉田神社今宮社
10月11日(日)	還幸祭	北白川天神宮
10月12日(月・祝)	木瓜大明神剣鉾	吉田神社
10月18日(日)	氏子大祭	田中神社
10月22日(木)	鞍馬の火祭	由岐神社
10月23日(金)	木野愛宕神社の烏帽子着	木野愛宕神社
10月24日(土)	石座例大祭	石座神社
10月25日(日)	祭礼	新宮神社・白雲稲荷神社
10月25日(日)	例祭	幡枝八幡宮

学園祭情報

京都造形芸術大学「大瓜生山祭」

日時 9月19日(土)、20日(日)
問合せ 京都造形芸術大学 (☎791-9122)

左京スポーツニュース

開催日	体振名	会場	予備日
10月11日	川東	錦林小学校	10月12日
	浄栄	第三錦林小学校	10月12日
	新洞	元新洞小学校	10月12日
	養正	養正小学校	10月12日
	養徳	高野中学校	10月12日
	下鴨	下鴨小学校	10月12日
	葵	葵小学校	10月12日
	修二	修学院第二小学校	10月12日
	上高野	上高野小学校	10月18日
	岩倉南	岩倉南小学校	10月12日
10月18日	市原野	川島織物セルコングラウンド	10月18日
	久多	久多グラウンド	10月12日
	岡崎	錦林小学校	10月25日
	北白川	北白川小学校	10月25日

※10月10日以前の日程は8月15日号に掲載で行われます。

各体育振興会主催の体育祭は、次の日程で行われます。

京都サンガF.C. を応援しよう 10月25日(日) 13:00キックオフ

左京区民デー100組200名様をご招待

VS 大宮アルディージャ

会場 西京極陸上競技場兼球技場
対象 区内在住の方
招待内容 ペア観戦チケット(申込み多数の場合は抽選。落選の場合は観戦優待券(割引券))をプレゼント。
申込み 次の①②のうちいずれかでお申込みください(重複不可)。
①往復はがきに次の事項を記入して送付。10月9日(金)必着
②往信用表面(あて先) 〒610-0102城陽市久

世上大谷89-1 京都サンガF.C. 左京区民デー招待係
○往信用裏面 左京区民デー招待、住所、代表者氏名(ふりがな)、電話番号
○返信用表面 郵便番号、住所、氏名
②以下のQRコード又はURLからアクセスのうえ、表示に従って必要項目を入力。
URL <https://s360.jp/form/31122-1107/>
問合せ 京都サンガF.C.ホームタウン推進課(☎0774-55-7603)



FW宮吉拓実選手



京都市美術館玄関ホール

正面階段から天井のステンドグラスを仰ぐ吹き抜け空間の美しさは圧巻。展示作品はもちろん、建物自体もアート。今度足を運ばれ



昭和天皇即位を祝って開催された大礼記念京都大博覧会(昭和3/1928年)

「ルーヴル美術館展」(開催中)、「マグリット展」(開催中)、「フエルメールとレンブラント」(10/24~平成28年1/5)。

京都市美術館 帝冠様式の美しい建築

「ルーヴル美術館展」(開催中)、「マグリット展」(開催中)、「フエルメールとレンブラント」(10/24~平成28年1/5)。

岡崎を知るオカシル連続講座(紙上版③)

「今月のクイズ」
2面に掲載の「東部まち美化フェスタ2015」。イラストの京都環境マスコットの名前は?
A. 澄都(すみと)くん
B. 京(きょう)ちゃん
C. エコちゃん

正解者の中から抽選でトラフィカカード500円分を3名様にプレゼント。
応募方法①お名前②年齢③ご住所④電話番号⑤クイズの回答⑥本紙への感想(必須)をご記入いただき、ハガキまたはメールにて送付。
応募先 「ハガキの場合」 〒606-8511左京区役所地域力推進室「左京ポイス」担当まで

「メールの場合」件名に「左京ポイス クイズ応募」と明記の上、sakyocity.kyoto.jpへ応募締切 10月7日(水)(必着) 8月号の解答 「インターネット」 当選者の発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。



大鳥居もライトアップ。写真は2012年