



市民しんぶん 左京区版

# 左京ボイス

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

2016 1/15

世帯数 83,087世帯  
 人口 167,113人

(平成27年9月1日現在)

※国勢調査の結果が判明次第、更新します

## 新年のご挨拶

明けましておめでとうございませう。区民の皆様におかれましては、新年を健やかに迎えのこととお慶び申し上げます。

昨年は、左京区の10年間のまちづくりの指針であります「左京はあどふるプラン(左京区基本計画(第二期))」が5年目を迎えたことから、中間点検を実施し、区民の皆様から様々なご意見をいただきました。

皆様からのご意見を踏まえ、「左京はあどふるプラン」に掲げる「美しい自然のまちづくり」、「歴史・文化・学問のまちづくり」、「ひとにや



左京区長  
 鶴谷 隆

さしいぬくもりのまちづくり」の目標を着実に推進してまいります。

本年も、豊かな自然と歴史や伝統に培われた左京区が、誰もが住みやすく、さらに魅力にあふれたまちとなるよう、区民の皆様と力を合わせ、職員一丸となって取り組んでまいりますので、引き続き、ご支援、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

本年が、皆様にとって、幸多き年でありますことを心からお祈り申し上げ、新年のご挨拶とさせていただきます。

## 百花の長兄

霜雪の中に清い香りを放って咲く梅。新春、他の花にさきがけて咲くため、「百花の長兄」と呼ばれます。梅の一番の特徴はその屈曲した枝ぶりにあります。また、幹から細長くまっすぐ伸びた緑の若枝を「すわえ」と呼びます。老いてなお若々しい枝を伸ばす梅の古木の風情は、好ましいものとして尊ばれてきました。

華道「未生流笹岡」家元 笹岡 隆甫 (京都市次代の左京まちづくり会議委員)



## “ほんまもん”の伝統文化を楽しもう

～次代を担う子どもたちと一緒に学ぶ狂言～

文化的な環境に恵まれた左京区で、日本を代表する伝統芸能の一つである「狂言」を解説付きで鑑賞する狂言鑑賞会を開催します。

区内の小学生の皆さんと一緒に鑑賞いただく、一般の観客の皆さまを募集します。



演目  
 かきやまぶし ぶす  
 「柿山伏」「附子」

出演者  
 茂山七五三、茂山あきら、丸石やすし、島田洋海、鈴木実



- 対象** 区内在住又は通勤・通学の方(留学生の方は優先参加枠あり)
- 日時** 2月23日(火)14:00~15:20(開場13:30)
- 場所** 京都観世会館(市バス「東山仁王門」下車東へ徒歩3分)
- 定員** 60名(うち留学生優先参加枠10名)、多数抽選
- 費用** 無料
- 申込み** 1月27日(水)までに往復はがきでお申込みください。(当日消印有効)  
 ※1枚につき2名までお申込みいただけます。

- 【往信用表面】**  
 〒606-8511 左京区役所地域力推進室  
 「ほんまもんの伝統文化を楽しもう」担当
- 【往信用裏面】**  
 参加者全員の氏名(ふりがな)、住所、電話番号、留学生の方は「留学生」と記入
- 【返信用表面】**  
 代表者の氏名、住所、郵便番号

問合せ 区地域力推進室(☎702-1021)

### この記事に注目

- 「左京さくらちゃん体操」パンフレット発行……………2面
- 京都マラソン2016 出走者インタビュー……………4面

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。

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  
 こようほここ 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。

### 市・府民税申告の臨時窓口を設置します 開設期間：2月1日(月)～3月15日(火) (土・日・祝を除く)

#### 市・府民税の申告

市内在住(今年1月1日現在)で、平成27年中の所得が市・府民税の基礎控除額、配偶者控除額、扶養控除額の合計を超える方は、市税事務所又は区役所の臨時窓口(上記期間中のみ)に申告してください。

ただし、次のような方は、通常、申告の必要はありません。

- 平成27年分の所得税の確定申告をした方
- 平成27年中の所得が給与だけで、勤務先から給与支払報告書が提出されている方

#### 平成28年度市・府民税の主な変更点

##### ふるさと納税について

(1) 寄附金税額控除額の拡充  
平成27年1月1日以降に地方自治体へ寄附をされた場合の寄附金税額控除の上限額が約2倍に拡充されました。

(2) ワンストップ特例制度の創設  
平成27年4月1日以降の寄附について、寄附先の自治体へ申告特例申請書を提出された場合は、寄附金控除を受けるための税の申告がなくても、所得税相当分を含む寄附金税額が個人市・府民税から控除されることとなりました。

ただし、以下の方は、従来どおり確定申告又は市・府民税申告で寄附金の申告をしていただく必要があります。(申告特例申請書を提出されていてもワンストップ特例制度が適用されませんので、控除を受けられる場合は寄附をされた金額すべてを確定申告書又は市・府民税申告書に記載してください。)

- ・平成27年1月1日から3月31日までにふるさと納税をした方
- ・ワンストップ特例のための申告特例申請書を6団体以上の自治体に提出された方
- ・医療費控除や社会保険料控除の追加など、寄附金以外の控除の申告をされる方
- ・その他、確定申告書又は市・府民税申告書の提出の必要がある方

#### 京都府豊かな森を育てる府民税について

平成28年度から、府民の暮らしの安全・安心を守るための森林の整備・保全や森林資源の循環利用を目的とした「京都府豊かな森を育てる府民税」として個人の府民税(均等割)に年額600円が上乘せされます。詳しくは、府林務課(☎414-5016)へ。

#### 所得税及び復興特別所得税の確定申告は税務署へ

申告期間＝2月16日(火)～3月15日(火)(土・日を除く) 次のいずれかに該当する方が対象です。

- 事業所得や不動産所得等から算出される所得税額がある方
  - 給与所得以外の所得が20万円を超える方
  - 給与収入が2,000万円を超える方 等
- 所得税及び復興特別所得税が戻る場合があります  
給与所得者や公的年金等受給者で、次のいずれかに該当する方は、税務署に確定申告をすると、源泉徴収された税金が還付されることがあります。
- 勤務先や公的年金等支払者に届け出ている以外に、社会保険料、生命保険料等の所得控除のある方
  - 多額の医療費を支払った方
  - 住宅ローンを借りて住宅を購入した方
- なお、給与所得者の還付申告や公的年金収入のみの簡易な確定申告書は、上記申告期間に市税事務所や区役所の臨時窓口でも受け付けています。

#### 公的年金等を受給されている方へ

公的年金等の収入金額の合計額が400万円以下で他の所得金額が20万円以下の場合は、所得税の確定申告が不要です。  
※所得税の申告が不要でも、市・府民税の申告が必要な場合があります。詳しくは市税事務所へお問い合わせください。

問合せ 市税事務所市民税第4担当 (☎746-5863)

### サラリーマンや年金受給者のための 確定申告相談会場

近畿税理士会左京支部の税理士が無料で相談に応じます。

会場	開催日	開催時間等
京都銀行下鴨支店 4階セミナー室 (市バス及び京都バス「洛北高校前」下車徒歩2分)	2月3日(水)～5日(金)	10:00～16:00 (受付時間 10:00～11:30 13:00～15:00)

※12:00～13:00の間は相談を行いません。  
※混雑状況等により早めに受付を終了する場合があります。  
※相続税、贈与税、土地・建物・株式等の譲渡所得等の相談は行いません。

#### 「広域申告センター」

確定申告書の作成のアドバイスや申告書の受付を行います。

会場	開催日	開催時間等
京都府中小企業会館 (西大路五条下る東側) (阪急「西院駅」下車徒歩15分)	2月21日(日)、28日(日)	9:00～17:00

#### 「左京税務署の署内確定申告会場」

会場	開催期間	開催時間等
左京税務署別館2階	2月16日(火)～3月15日(火)(平日のみ)	9:00～17:00

※混雑状況等により早めに受付を終了する場合があります。  
※2月15日(月)までは通常の窓口で受付します。

確定申告書の作成には、国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」をご利用いただくと便利です。  
☆給与所得者又は公的年金所得者向け作成画面を新設しました。

※各会場へは公共交通機関をご利用ください。  
問合せ 左京税務署個人課税部門(☎761-5371)

### 「左京さくらちゃん体操」のパンフレットを発行しました!

平成26年12月からスタートした「左京さくらちゃん体操ひろば」の開始一周年を機に、多くの方に取り組んでいただけるよう、さくらちゃん体操をバージョンアップし、パンフレットを作成しました。

左京区健康づくりサポーターが開催している毎週水曜日の「左京さくらちゃん体操ひろば」では、区民の皆さまのロコモ・メタボ解消と口腔機能の向上を目標に、30分間たっぷり汗を流して運動しています。パンフレットは「体操ひろば」等で配布していますので、是非ご参加ください。  
※ホームページでもパンフレットを公開しています

「左京さくらちゃん体操」パンフレット 検索

問合せ 区健康づくり推進課(☎702-1219)



### 生活支援員募集

高齢者や知的・精神に障害のある方等が安心して地域生活を送れるよう福祉サービスの利用相談や日常的な金銭管理等の支援活動に協力していただける生活支援員の養成研修を開催します。

対象 30歳～73歳まで  
※民生委員及び福祉サービス事業所等に所属している方を除く  
日時 2月2日(火)、10日(水)、18日(木)各日とも13:30～16:15  
場所 京都市社会福祉協議会(「ひと・まち交流館 京都」2階)  
参加費 無料  
申込み 1月26日(火)までに左京区社会福祉協議会(☎723-5666)へ

### 左京 消防署だより

#### みんなで文化財を 火災からまもろう

左京消防署では、1月23日から29日まで「みんなで文化財を火災からまもろう」をスローガンに、文化財防火運動を実施します。

昭和24年1月26日に、現存する世界最古の木造建造物である法隆寺の金堂が炎上し、貴重な壁画が焼損しました。これを契機として、昭和30年にこの日を「文化財防火デー」と定め、全国的に文化財

防火運動を展開し、文化財愛護の意識の高揚を図っています。

市では、この日を中心に1週間を「文化財防火運動」の期間と定め、社寺等で消防訓練や防火行事を行い、文化財防火を呼び掛けています。

区内には、国宝や重要文化財指定の建物を始め、仏像や絵画等、貴重な文化財が数多くあり、世界文化遺産に登録されているものもあります。市内では、昨年2月に重要文化財が存在する敷地内で火災が発生しました。幸いにも重要文化財に被害はありませんでしたが、先人から受け継がれたかけがえのない財産で

ある文化財は、焼失すると二度と元に戻すことができません。文化財としての価値は失われてしまいます。

文化財防火は関係者だけではなく、地域の皆様の御協力も重要です。防火見廻りなど御協力をお願いします。

問合せ 左京消防署 (☎703-0119)



### 古紙・古着等を回収します ～ごみ減量にご協力ください～

京都市では、新聞・段ボール・雑がみ・古着等を回収しています。左京区役所での回収日を、ぜひご利用下さい。

○回収日時 毎月第2・第4火曜日 10:00～14:00

○回収場所 庁舎西側検診車駐車スペース(検診日はタクシー乗り場前)

問合せ 左京エコまちステーション(☎366-0821)  
東部まち美化事務所(☎722-4345)



コーナー中! 今号の募集内容 川柳 テーマ 桜 掲載号 3月15日号 応募締切 2月5日(金) 左京さくらちゃん体操 伸びよう! せならよう! (後ろに) せならよう! (足踏み) せならよう! (上) ぽこぽこ元氣左 毎週水曜日(祝日除く)14時から30分程度 区役所3階保健センターにて開催中

# お知らせ

## 税

### 市税の納期内納付にご協力ください

納税の公平性と市税収入の確保のため、2月と3月を「滞納整理強化期間」として、昼間や平日に不在の方を対象に、夜間・休日に各戸訪問や電話等による納税指導や催告等を実施するなど、集中的に市税徴収の取組を進めます。特別な事情があって市税の納付が困難な場合は、左京税務センターまでご相談ください。

**問合せ** 左京税務センター(☎702-1198)

## 福祉

**介護保険適用除外施設に入(退)所の際には届出が必要です**  
 京都府国民健康保険に加入している40歳～64歳の方(介護保険第2号被保険者)が、指定障害者支援施設などの介護保険適用除外施設に入所された場合、入所中の介護分保険料はかかりません。

該当施設への入所及び退所があった場合は、14日以内に区保険年金課へお届けください。

**問合せ** 区保険年金課(☎702-1168)

## 保健衛生

### 食育セミナー 野菜クッキング

健康を考えながら、冬野菜をたっぷり使ったバランスのよいメニューを作ります。

**対象** 区内在住18歳以上の方  
**日時** 2月19日(金)、23日(火)10:00～12:30(受付9:45～)※どちらも同じ内容  
**場所** 区役所3階栄養指導室  
**内容** お話「野菜を食べよう」調理実習「旬の野菜を使った献立」  
**定員** 各24名(先着順) **費用** 500円  
**持ち物** エプロン、三角巾、タオル  
**申込み** 2月2日(火)8時30分から2月17日(水)までに電話又は直接区健康づくり推進課(☎702-1219、区役所3階33番窓口)へ。

### 成人・妊婦歯科相談

**対象** 市内在住の18歳以上の方及び妊産婦の方  
**日時** 毎月第2水曜日 受付9:00～10:30  
**場所** 区役所3階  
**内容** 歯科医師・歯科衛生士による歯科健診及び歯科相談

※65歳以上の方には口腔機能相談も実施してい

### まちづくり活動掲示板

**アルコールで悩んでいる方のセミナー**

アルコール依存症という病気に対する知識や解決法を学び一緒に考えましょう。

**日時** 2月13日(土)13:30～16:30(受付13:00～)

**場所** 京都教育文化センター(京阪電車「神宮丸太町」駅下車徒歩3分、市バス「丸太町京駅前」、「熊野神社前」下車徒歩3分)

**内容** ○専門医によるお話「ひとごと? アルコール依存症」  
 ○依存症から回復された方の体験談

**費用** 無料 **申込み** 不要  
**問合せ** 京都府断酒平安会 左京支部 佐久間哲司(☎090-3283-3403)

ます。  
**費用** 無料 **申込み** 不要  
**問合せ** 区健康づくり推進課(☎702-1219)

### 骨粗しょう症予防健康診査

**対象** 市内在住18歳～70歳の方で検査日、結果説明日ともに来所できる方  
 ※妊娠中及び可能性のある方はご遠慮ください。  
**日時** 毎月第2・4水曜日 受付9:00～10:30  
 ※祝日を除く。  
**場所** 区役所3階  
**内容** 検査日：問診、X線撮影による骨塩定量の測定  
 結果説明日：結果説明、栄養・保健指導  
**費用** 1,000円(免除制度あり)  
**申込み** 電話又は直接区健康づくり推進課(☎702-1219、区役所3階33番窓口)へ。

### 冬場を快適に過ごすために

冬場は、暖房器具の使用や長時間窓を閉めていることで室内の温度が高くなり、ダニが発生しやすくなります。また、新建材などから出る化学物質で健康被害が生じることがあります。そこで、次の予防法を参考に、快適な室内環境を作りましょう。

○定期的に換気を行う  
 換気の際には2か所以上窓を開け、普段換気されない部屋の扉も開ける。

○原因物質を持ち込まない  
 新築、リフォームや家具を購入するときは、化学物質を含まない又は少ないものを選び、ダニを駆除する  
 隅々まで掃除する。また、寝具類は天日干し等で乾燥させた後叩いて、表面に掃除機をかける。

**問合せ** 区衛生課(☎702-1256)

## 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** 2月9日(木)14:00～16:00  
**場所** 区役所会議室  
**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** 2月4日(木)13:30～16:30  
**場所** 区役所会議室  
**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 ☎761-4484

**レコードを聴く会「ガラスの鉢から聴こえるSP音」**  
**日時** 1月23日(土)14:00～16:00  
**参加費** 無料 **申込み** 不要  
**問合せ** 電話で当センターへ。

### 「わいわい文化祭」

子どものダンス、大人のコーラスや民謡の発表など、ぜひ見に来てください。  
**日時** 2月6日(土)13:30～17:00  
**場所** 国際交流会館ホール  
**費用** 無料 **申込み** 不要  
**問合せ** 電話で当センターへ。

## 「左京はあたらしく 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

**平成28年度 各同好会会員募集**  
**募集同好会** 体操、手品、謡曲、詩吟、英会話、フラダンス、編物、絵手紙、大正琴、カラオケ、民謡、俳句、太極拳、ヨーガ、自由画、茶道  
**会員期間** 平成28年4月1日～平成29年3月末日の1年間  
**対象** 市内在住60歳以上の方  
**費用** 会費制(各同好会により異なります)  
**申込み** 2月8日(月)～2月20日(土)に直接当センターへ。  
 ※電話、FAX、代理人による申込みは不可。

**左京区地域介護予防推進センター**  
 下鴨上川原町62 ☎706-6499

**スポーツ吹き矢体験**  
 年齢・性別を問わず誰でもゲーム感覚で楽しみながらできるスポーツです。腹式呼吸による様々な健康効果が期待できます。  
**対象** 区内在住65歳以上の介護保険サービスを利用していない方  
**日時** 毎月第2・4土曜日9:00～10:30  
**場所** ひまわりサロン下鴨(左京区地域介護予防推進センター内)  
**定員** 各回15名 **費用** 無料  
**申込み** 電話で当センターへ。

**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  
 ※2月8日(月)～10日(水)は図書特別整理のため臨時休館

**赤ちゃん絵本ふれあいタイム**  
 1月21日、28日、2月4日、11日  
 各日も木曜日10:30～  
**おたのしみ会** 1月23日(土)11:00～  
**懐かし名画シアター** 1月30日(土)14:00～

**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** 1月22日、2月12日  
 各日も金曜日11:00～  
**えいごタイム** 1月23日、2月13日  
 各日も土曜日10:30～  
**冬の星空観望会** 2月15日(月)17:30～

**移動図書館「こじか号」**  
 (☎801-4196)

巡回日程	時間	巡回先
1月20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
1月22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
2月5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

**投稿コーナー募集!**  
 2,3面(広告下)掲載希望の作品を募集します。今号の募集内容 川柳 テーマ 桜  
**掲載方法** 氏名は必ず添えて、郵送又はメールで送付してください。  
 ※掲載できない場合もあります。  
**応募先** 4面 左京区イスクロセンターと同じ。

**左京さくらちゃん体操**  
 ほろりストレッチバージョン①  
 しあわせなら 伸びしよう  
 (前)

**さお伸びしよう**  
 しあわせなら 伸びしよう  
 (後ろ)

**さお伸びしよう**  
 しあわせなら 伸びしよう  
 (前)

**さお伸びしよう**  
 しあわせなら 伸びしよう  
 (後ろ)

**さお伸びしよう**  
 しあわせなら 伸びしよう  
 (前)

**さお伸びしよう**  
 しあわせなら 伸びしよう  
 (後ろ)

**さお伸びしよう**  
 しあわせなら 伸びしよう  
 (前)

**さお伸びしよう**  
 しあわせなら 伸びしよう  
 (後ろ)

**左京さくらちゃん体操ひろば**  
 毎週水曜日(祝日除く)14時から30分程度  
 区役所3階保健センターにて開催中  
 ※無料・事前申込み不要  
 ※ロコモ・メタボ解消とお口の健康アップに最適です。

## 市・府民税申告の臨時窓口を設置します

**開設期間：2月1日(月)～3月15日(火) (土・日・祝を除く)**

**市・府民税の申告**  
 市内在住(今年1月1日現在)で、平成27年中の所得が市・府民税の基礎控除額、配偶者控除額、扶養控除額の合計を超える方は、市税事務所又は区役所の臨時窓口(上記期間中のみ)に申告してください。  
 ただし、次のような方は、通常、申告の必要はありません。  
 ○平成27年中の所得税の確定申告をした方  
 ○平成27年中の所得が給与だけで、勤務先から給与支払報告書が提出されている方

**平成28年度市・府民税の主な変更点**  
**ふるさと納税について**  
 (1) 寄附金税額控除額の拡充  
 平成27年1月1日以降に地方自治体へ寄附をされた場合の寄附金税額控除の上限額が約2倍に拡充されました。  
 (2) ワンストップ特例制度の創設  
 平成27年4月1日以降の寄附について、寄附先の自治体へ申告特例申請書を提出された場合は、寄附金控除を受けるための税の申告がなくても、所得税相当分を含む寄附金税額が個人市・府民税から控除されることとなりました。ただし、以下の方は、従来どおり確定申告又は市・府民税申告で寄附金の申告をしていただく必要があります。(申告特例申請書を提出されていてもワンストップ特例制度が適用されませんので、控除を受けられる場合は寄附をされた金額すべてを確定申告書又は市・府民税申告書に記載してください)

・平成27年1月1日から3月31日までにふるさと納税をされた方  
 ・ワンストップ特例のための申告特例申請書を6団体以上の自治体に提出された方  
 ・医療費控除や社会保険料控除の追加など、寄附金以外の控除の申告をされる方  
 ・その他、確定申告書又は市・府民税申告書の提出の必要がある方

**問合せ** 市税事務所市民税第4担当(☎746-5863)

京都府豊かな森を育てる府民税について  
 平成28年度から、府民の暮らしの安全・安心を守るための森林の整備・保全や森林資源の循環利用を目的とした「京都府豊かな森を育てる府民税」として個人の府民税(均等割)に年額600円が上乗せされます。詳しくは、府林務課(☎414-5016)へ。

**所得税及び復興特別所得税の確定申告は税務署へ**  
**申告期間＝2月16日(火)～3月15日(火)(土・日を除く)** 次のいずれかに該当する方が対象です。  
 ○事業所得や不動産所得等から算出される所得税額がある方  
 ○給与所得以外の所得が20万円を超える方  
 ○給与収入が2,000万円を超える方  
 等  
**所得税及び復興特別所得税が戻る場合があります**  
 給与所得や公的年金等受給者で、次のいずれかに該当する方は、税務署に確定申告をすると、源泉徴収された税金が還付されることがあります。

○勤務先や公的年金等支払者に届け出ている以外に、社会保険料、生命保険料等の所得控除のある方  
 ○多額の医療費を支払った方  
 ○住宅ローンを借りて住宅を購入した方  
 なお、給与所得者の還付申告や公的年金収入のみの簡易な確定申告書は、上記申告期間に市税事務所や区役所の臨時窓口でも受け付けています。  
**公的年金等を受給されている方へ**  
 公的年金等の収入金額の合計額が400万円以下で他の所得金額が20万円以下の場合、所得税の確定申告が不要です。  
 ※所得税の申告が不要でも、市・府民税の申告が必要な場合があります。詳しくは市税事務所へお問い合わせください。

**問合せ** 市税事務所市民税第4担当(☎746-5863)

## 「左京さくらちゃん体操」のパンフレットを発行しました!

平成26年12月からスタートした「左京さくらちゃん体操ひろば」の開始一周年を機に、多くの方に取り組んでいただけるよう、さくらちゃん体操をバージョンアップし、パンフレットを作成しました。左京区健康づくりサポーターが開催している毎週水曜日の「左京さくらちゃん体操ひろば」では、区民の皆さまのロコモ・メタボ解消と口腔機能の向上を目標に、30分間たっぷり汗を流して運動しています。パンフレットは「体操ひろば」等で配布していますので、是非ご参加ください。  
 ※ホームページでもパンフレットを公開しています

**「左京さくらちゃん体操」パンフレット 検索**

**問合せ** 区健康づくり推進課(☎702-1219)

## 古紙・古着等を回収します ～ごみ減量にご協力ください～

京都市では、新聞・段ボール・雑がみ・古着等を回収しています。左京区役所での回収日を、ぜひご利用下さい。

**回収日時** 毎月第2・第4火曜日 10:00～14:00

**回収場所** 庁舎西側検診駐車スペース(検診日はタクシー乗り場前)  
**問合せ** 左京エコまちステーション(☎366-0821)  
 東部まち美化事務所(☎722-4345)



## サラリーマンや年金受給者のための確定申告相談会場

会場	開催日	開催時間等
京都銀行下鴨支店 4階セミナー室 (市バス及び京都バス「洛北高校前」下車徒歩2分)	2月3日(水)～5日(金)	10:00～16:00 受付時間 10:00～11:30 13:00～15:00

※12:00～13:00の間は相談を行いません。  
 ※混雑状況等により早めに受付を終了する場合があります。  
 ※相続税、贈与税、土地・建物・株式等の譲渡所得等の相談は行いません。

## 「広域申告センター」

確定申告書の作成のアドバイスや申告書の受付を行います。

会場	開催日	開催時間等
京都府中小企業会館(西大路五条下る東側) (阪急「西院駅」下車徒歩15分)	2月21日(日)、28日(日)	9:00～17:00

## 「左京税務署の署内確定申告会場」

会場	開催期間	開催時間等
左京税務署別館2階	2月16日(火)～3月15日(火)(平日のみ)	9:00～17:00

※混雑状況等により早めに受付を終了する場合があります。  
 ※2月15日(月)までは通常の窓口で受付します。  
 確定申告書の作成には、国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」をご利用いただくと便利です。  
 ☆給与所得者又は公的年金所得者向け作成画面を新設しました。  
 ※各会場へは公共交通機関をご利用ください。  
**問合せ** 左京税務署個人課税部門(☎761-5371)

**左京消防署たより**  
**みんなで文化財を火災からまもろう**  
 左京消防署では、1月23日から29日まで「みんなで文化財を火災からまもろう」を実施します。昭和44年1月26日に、現存する世界最長の木造建造物である法隆寺の金堂が炎上し、貴重な壁画が焼損しました。これを契機として、昭和30年にこの日を「文化財防火デー」と定め、全国的に文化財

防火運動を展開し、文化財愛護の意識の高揚を図っています。市では、この日を中心に1週間を「文化財防火運動」の期間と定め、社寺等で消防訓練や防火行事を行います。文化財防火を呼び掛けます。区内には、国宝や重要文化財指定の建物を始め、仏像や絵画等、貴重な文化財が数多くあり、世界文化遺産に登録されているものもあります。市内では、昨年2月に重要文化財が存在する敷地内で火災が発生しました。幸いにも重要文化財に被害はありませんでしたが、先人から受け継がれたかけがえのない財産で

ある文化財は、焼失すると二度と元に戻すことができません。文化財としての価値は失われてしまいます。文化財防火は関係者だけではなく、地域の皆様の御協力も重要で、防火見廻りなど御協力をお願いします。  
**問合せ** 左京消防署(☎763-0119)



# お知らせ

## 税

### 市税の納期内納付にご協力ください

納税の公平性と市税収入の確保のため、2月と3月を「滞納整理強化期間」として、昼間や平日に不在の方を対象に、夜間・休日に各戸訪問や電話等による納税指導や催告等を実施するなど、集中的に市税徴収の取組を進めます。

特別な事情があって市税の納付が困難な場合は、左京税務センターまでご相談ください。

問合せ 左京税務センター(☎702-1198)

## 福祉

### 介護保険適用除外施設に入(退)所の際には届出が必要です

京都市国民健康保険に加入している40歳～64歳の方(介護保険第2号被保険者)が、指定障害者支援施設などの介護保険適用除外施設に入所された場合、入所中の介護分保険料はかかりません。

該当施設への入所及び退所があった場合は、14日以内に区保険年金課へお届けください。

問合せ 区保険年金課(☎702-1168)

## 保健衛生

### 食育セミナー 野菜クッキング

健康を考えながら、冬野菜をたっぷり使ったバランスのよいメニューを作ります。

対象 区内在住18歳以上の方

日時 2月19日(金)、23日(火)10:00～12:30 (受付9:45～)※どちらも同じ内容

場所 区役所3階栄養指導室

内容 お話「野菜を食べよう」

調理実習「旬の野菜を使った献立」

定員 各24名(先着順) 費用 500円

持ち物 エプロン、三角巾、タオル

申込み 2月2日(火)8時30分から2月17日(水)までに電話又は直接区健康づくり推進課(☎702-1219、区役所3階33番窓口)へ。

### 成人・妊婦歯科相談

対象 市内在住の18歳以上の方及び妊産婦の方

日時 毎月第2水曜日 受付9:00～10:30

場所 区役所3階

内容 歯科医師・歯科衛生士による歯科健診及び歯科相談

※65歳以上の方には口腔機能相談も実施している。

**まちづくり活動掲示板** 左京区まちづくり活動支援交付金

**アルコールで悩んでいる方のセミナー**

アルコール依存症という病気に対する知識や解決法を学び一緒に考えましょう。

日時 2月13日(土)13:30～16:30 (受付13:00～)

場所 京都教育文化センター(京阪電車「神宮丸太町」駅下車徒歩3分、市バス「丸太町京阪前」、「熊野神社前」下車徒歩3分)

内容 ○専門医によるお話「ひとごと? アルコール依存症」  
○依存症から回復された方の体験談

費用 無料 申込み 不要

問合せ 京都府断酒平安会 左京支部 佐久間哲司(☎090-3283-3403)

ます。  
費用 無料 申込み 不要  
問合せ 区健康づくり推進課(☎702-1219)

### 骨粗しょう症予防健康診査

対象 市内在住18歳～70歳の方で検査日、結果説明日ともに来所できる方

※妊娠中及び可能性のある方はご遠慮ください。

日時 毎月第2・4水曜日 受付9:00～10:30  
※祝日を除く。

場所 区役所3階

内容 検査日：問診、X線撮影による骨塩定量の測定

結果説明日：結果説明、栄養・保健指導

費用 1,000円(免除制度あり)

申込み 電話又は直接区健康づくり推進課(☎702-1219、区役所3階33番窓口)へ。

### 冬場を快適に過ごすために

冬場は、暖房器具の使用や長時間窓を閉めていることで室内の温度が高くなり、ダニが発生しやすくなります。また、新材材などから出る化学物質で健康被害が生じることがあります。

そこで、次の予防法を参考に、快適な室内環境を作りましょう。

○定期的に換気を行う  
換気の際には2か所以上窓を開け、普段換気されない部屋の扉も開ける。

○原因物質を持ち込まない  
新築、リフォームや家具を購入するときは、化学物質を含まない又は少ないものを選ぶ。

○ダニを駆除する  
隅々まで掃除する。また、寝具類は天日干し等で乾燥させた後叩いて、表面に掃除機をかける。

問合せ 区衛生課(☎702-1256)

## 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 2月9日(火)14:00～16:00

場所 区役所会議室

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 2月4日(木)13:30～16:30

場所 区役所会議室

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 ☎761-4484

### レコードを聴く会「ガラスの鉢から聴こえるSP音」

日時 1月23日(土)14:00～16:00

参加費 無料 申込み 不要

問合せ 電話で当センターへ。

### 「わいわい文化祭」

子どものダンス、大人のコーラスや民謡の発表など、ぜひ見に来てください。

日時 2月6日(土)13:30～17:00

場所 国際交流会館ホール

費用 無料 申込み 不要

問合せ 電話で当センターへ。

## 左京老人福祉センター

高野西開町5 ☎722-4650

### 平成28年度 各同好会会員募集

募集同好会 体操、手品、謡曲、詩吟、英会話、フラダンス、編物、絵手紙、大正琴、カラオケ、民謡、俳句、太極拳、ヨーガ、自由画、茶道

会員期間 平成28年4月1日～平成29年3月末日の1年間

対象 市内在住60歳以上の方

費用 会費制(各同好会により異なります)

申込み 2月8日(月)～2月20日(土)に直接当センターへ。

※電話、FAX、代理人による申込みは不可。

## 左京区地域介護予防推進センター

下鴨上川原町62 ☎706-6499

### スポーツ吹き矢体験

年齢・性別を問わず誰でもゲーム感覚で楽しみながらできるスポーツです。腹式呼吸による様々な健康効果が期待できます。

対象 区内在住65歳以上の介護保険サービスを利用されていない方

日時 毎月第2・4土曜日9:00～10:30

場所 ひまわりサロン下鴨(左京区地域介護予防推進センター内)

定員 各回15名 費用 無料

申込み 電話で当センターへ。

## 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

※2月8日(月)～10日(水)は図書特別整理のため臨時休館

### 赤ちゃん絵本ふれあいタイム

1月21日、28日、2月4日、11日

各日とも木曜日10:30～

おたのしみ会 1月23日(土)11:00～

懐かし名画シアター 1月30日(土)14:00～

## 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

1月22日、2月12日

各日とも金曜日11:00～

えいごタイム 1月23日、2月13日

各日とも土曜日10:30～

冬の星空観望会 2月15日(月)17:30～

## 移動図書館「こじか号」

(☎801-4196)

### 巡回日程

1月20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
1月22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
2月5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

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。  
応募先 4面「左京ボイス」コーナーと同じ。

ほろみ  
伸びし  
のメロデーで足踏みしながら

さあ  
しまし

しあわ  
伸びし

※無料・事前申込み不要  
※口コモ・メタボ解消とお口の健康アツ  
プに最適です。



11月7日、京都府歯科医師会主催の平成27年度「いい歯の日週間」記念行事において、左京区の板谷るり子様が受賞されました。

8020 推進団

理事長賞表彰

板谷様はご自分の歯が27本あり、その秘訣は「よく噛むこと」。

「8020」とは「80歳で自分の歯を20本以上保とう」という運動です。左京区の皆様も、歯と口の健康から健康長寿を目指しましょう。

Q. これまで毎回、養徳体振からボランティアとして京都マラソンを支えてこられました。今回はランナーとして参加されます。きっかけは何でしょうか？

A. 10年位前までは、京都シティハーフマラソンに出場したりしていましたが、それからは全然走っていません。最近、僕より若い地元の人々が走り始めたので、それに刺激されてもう一度走ってみようかと思いました。

Q. 練習は結構されているんですか？

A. 7月から練習を始めて、土日に高野川や鴨川沿いに12キロ位走っています。日曜日は前日の様子をみて軽めに走ります。



養徳学区在住 続木昭さん

Q. 4時間半で完走が目です。先日出場した淀川市民マラソンでは5時間だったのだから、楽しみにしているのは、普段見ることのない右京区や北区の景色ですか？

今年はずっと京都の景色を楽しみます！  
新設のボランティア経験者枠出走者インタビュー

雪かきボランティア募集

左京区の北部では、積雪が2mに達し、自力では雪かきが難しい高齢世帯の方が家から外出できない日もあります。雪かきボランティアとして、ご都合の良い日にご協力下さい。

〈久多地域〉スノーバスターズ

救援ボランティア左京（医師及び市民有志）の主催で行います。

日時 2月7日(日) 7:30出発～16:00解散予定  
集合場所 白川通北大路交差点(北大路通北側)  
費用 500円(ボランティア保険、昼食代)  
申込み 1月25日(月)までに住所・氏名・電話番号を記入のうえ、FAXで藤田(FAX781-5035)または山藤(FAX754-0750)へ

〈広河原・別所・花背地域〉

左京区北部雪かきボランティア

左京区社会福祉協議会主催で行います。初めてのの方は、事前にボランティア講座を受講していただきます。

日時・場所 1月30日(土) 広河原地域  
2月6日(土) 別所地域  
2月13日(土) 花背地域  
各日 8:30集合～17:30解散予定(2月6日のみ17:00解散)  
集合場所 左京図書館前(高野西開町5)  
定員 各30名(先着順)  
費用 500円(ボランティア保険、昼食代)  
ボランティア講座 1月25日(月)14:00～15:30、26日(火)19:00～20:30  
申込み 電話で左京区社会福祉協議会(723-5666)へ



左京区北部山間地域冬季ふれあい交流イベント

～雪の森都市の味「食・伝統文化」を伝えます～

日時 2月14日(日)10:00～15:00  
場所 山村都市交流の森  
内容 市民農園「花育の里」での収穫体験(白菜)、漬物づくり、地域伝統行事「どんど」体験、地域特産加工品の販売・試食、雪像コンテスト、雪遊び  
定員 60名(応募多数の場合は抽選)  
費用 中学生以上2,500円、小学生2,000円、未就学児は無料  
申込方法 1月15日(金)から29日(金)までにはがきに参加者全員の氏名、年齢、住所、電話番号を記入  
※送迎バス(地下鉄「国際会館」駅前発着、1,000円/席)利用の場合は、「送迎バス希望」と乗車席数を記入  
申込先 〒603-8203北区紫竹東高縄町69-1 北部農業振興センター「冬季交流イベント」係  
問合せ 北部農業振興センター(493-6660)



昨年度の様子(野菜収穫体験)



入母屋造りの京都市公会堂  
写真帖より大饗宴場の内観写真  
「二条離宮大饗宴場建築」  
岡崎エリアゆかりの市電車両を活用し、内外装の一部は走行当時の姿に修復

京都 ロームシアター 土地の記憶と物語を受け継いで

この連載では、岡崎にある各施設が用途や目的といった土地の記憶を受け継ぎながら時代に順応して変化してきた姿を紹介してきました。これもまた、そうした歴史と物語を継承する場所のひとつです。京都会館ができたのは今から55年前の昭和35年でしたが、実はそのもっとも昔、大正

6年に京都市公会堂がこの場所に建設されています。京都市公会堂は、大正天皇の即位大礼(大正4年)の際に二条離宮(現在の二条城)に建てられた大饗宴場の一部を移築したもので、当時市内最大を誇る大ホールでした。ステンドグラス・ガラス張りの折上格天井の2階建て。1階に2千人、2階にも千人を収容できたといわれます。全国水平社創立大会など多くの著名な集会の場となりましたが、昭和9年の室戸台風で倒壊。その後この地に京都会館ができるまで、進駐軍の駐留を経て戦後15年を待つことになりました。その後50余年にわたり「文化の殿堂」として親しまれてきた京都会館は、再整備工事を経て、今月ついにロームシアター京都としてリニューアルオープンを迎えました。(京都岡崎魅力づくり推進協議会 魅力情報発信担当マネージャー 藤井容子)

今月のクイズ  
2面に掲載の「古着・古紙等を回収します」。左京区役所の回収日はどれでしょうか？  
A. 毎月第2・4火曜日  
B. 毎月第2・4金曜日  
C. 毎月第1・3火曜日

岡崎を知るオカシル連続講座(紙上版⑤)

「メールの場合」  
件名に「左京ボイス クイズ応募」と明記の上、sakyov@city.kyoto.lg.jp  
city.kyoto.lg.jp  
応募締切  
2月5日(金)(必着)  
12月号の解答  
「こじか号」  
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。