



左京区シンボルマーク

市民しんぶん 左京区版

左京ボイス

左京区役所 ☎702-1000(代表) ホームページ <http://www.city.kyoto.lg.jp/sakyo/>

2016 4/15

世帯数 83,404世帯
人口 168,253人
(平成28年3月1日現在)

27年度活動報告 & 28年度事業募集

左京区まちづくり活動支援交付金

区民の皆様の自主的なまちづくり活動を応援する「左京区まちづくり活動支援交付金」の平成28年度事業を募集します。平成27年度は25団体が交付金を活用してまちづくり活動に取り組まれました。

問合せ 区地域力推進室 (☎702-1021)



左京区が更に個性と活力にあふれたまちになるよう、私も皆様のまちづくり活動を応援しています！

京都市長 門川 大作

27年度 五感を刺激し生きる力を育む親子の農業&食育活動



大原の里山で有機無農薬栽培の野菜作りや「災害対応型食育活動」を実施

活動報告会・説明会を開催します

※1回目と2回目の説明会は同内容

日時 4月20日(水)
18:30～18:50 募集説明会(1回目)
19:00～21:00頃 前年度交付団体による活動報告会
21:10頃～21:30頃 募集説明会(2回目)

場所 区役所1階大会議室 **申込み** 不要

27年度 茶の湯を用いた水車の竹中みちの文化的景観継承



白川やその周辺に設けた茶席や友禅流し等の仕掛けを通じて地域の歴史や文化的景観を発信

「左京区まちづくり活動支援交付金」28年度事業を募集

支援期間 交付決定後～翌年3月末
申請方法 区地域力推進室企画担当(3階☎702-1021)又はまちづくり推進担当(1階☎702-1029)へ申請書類を持参
申請期間 4月13日(水)～5月17日(火)
※申請前に必ず事前相談を行ってください(要予約)。
※詳しくは区役所ホームページや区役所、出張所、区内の6大学等で配布する募集案内をご覧ください。
※申請後、審査会(6月10日(金))で趣旨説明をしていただきます。

重点分野部門
対象 左京区内で行う重点分野に掲げるまちづくり活動
重点分野 地域防災、地域文化振興、里山整備、定住促進、まちの居場所づくり
交付金 対象経費10万円以下は全額補助。10万円を超える場合は、10万円+10万円を超える額の2/3。上限70万円。

地域活動部門
対象 左京区内で行う地域の課題解決や魅力向上につながるまちづくり活動
交付金 対象経費10万円以下は全額補助。10万円を超える場合は、10万円+10万円を超える額の半額。上限50万円。

大学・学生団体と区民団体との協働事業は20万円まで全額補助。

研究成果還元部門
対象 大学・学生が研究成果を広く区民に還元する活動
交付金 全額補助。上限10万円。

27年度 鞍馬火祭の再発見と理解を深める活動



学生ボランティアによる当日の誘導や見どころマップの改訂で観衆の祭りへの理解を深める活動を実施

27年度 京都動物物語絵本の制作・出版とその朗読・普及活動



古典文学作品や伝説を元に学生が平易な文章と挿絵で作成。区内の幼稚園等で読み聞かせを実施



就任のご挨拶

左京区長 浅野 信之

この度、左京区長に就任しました浅野 信之でございます。

左京区は美しい自然と悠久の歴史、文化に彩られた魅力あふれるまちです。この左京区を次世代に引き継ぎ、発展させていくため、今年度以後半期がスタートする左京区の10年間のまちづくりの指針「左京はあとふるプラン」の着実な推進に、職員一丸となって取り組んで参ります。皆様のご支援、ご協力をよろしくお願い申し上げます。

視覚に障害のある方を対象に点字版・文字拡大版・テープ版・CD(デージー)版も発行。【問合せ】広報担当(☎222-3094 FAX 213-0286)

にこそ元気左
ポーターズ（健
康づくりサポー
ター）の皆さんが

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)

TEL(075)661-3755 FAX(075)661-5855



に囲まれており、市民の皆樹を
はじめとして観光客やハイ
カーの方にも親しまれていま
す。この素晴らしい自然を守
り、次代へ残していきましょ
う。

お知らせ

福 祉

国民健康保険料の納め忘れはありませんか

保険料の負担の公平性を保つため、今月は徴収の取組を強化しています。また、夜間の相談日を設けていますので、普段はお仕事等でお越しになれない方も、この機会にぜひご相談ください。

日時 4月25日(月)17:15～19:30

問合せ 区保険年金課(☎702-1169)

保険料の納付には口座振替が便利です

申込みに必要なもの 国民健康保険の記号番号(後期高齢者医療の場合は被保険者番号と徴収番号)の分かるもの、預貯金通帳、口座届出印

申込場所 お取引のある金融機関

※特別徴収(年金からの引落とし)の方で、口座振替での納付を希望される方は、口座振替の申込みとあわせて区保険年金課へ納付方法の変更をお申し出ください。

※国民健康保険は、一部の金融機関のキャッシュカードがあれば、区保険年金課窓口にて口座振替手続きができます(預貯金通帳、印鑑は不要)。

問合せ 区保険年金課(☎702-1168)

平成28年度後期高齢者医療保険料のお知らせ

○特別徴収(年金からの引落とし)の方

2月に特別徴収された額と同額の保険料が、4月、6月、8月に支給される年金から特別徴収されます(仮徴収)。平成28年度の正式な保険料と、10月、12月、平成29年2月に特別徴収する保険料については、7月にお知らせします。

4月から新たに特別徴収される方については、別途お知らせを送付します。

○金融機関での納付又は口座振替の方

平成28年度の正式な保険料と、7月～平成29年3月の納付額は、7月にお知らせします。4月～6月の納付はありません。

問合せ 区保険年金課(☎702-1168)

平成28年度介護保険料通知書をお送りします

介護保険第1号被保険者(65歳以上の方)に、平成28年度の介護保険料の通知書を4月下旬までに送付します。今回お知らせする保険料は、平成27年度の市民税をもとに仮計算したものです。平成28年度の市民税が確定後、保険料を計算し直し、改めて7月に通知書を送付します。納付書が付いている場合は、毎月の期限までに最寄りの金融機関又は区役所でお納めください。※口座振替を利用されている方と平成28年4月から特別徴収(年金からの引落とし)となる方については、通知書に納付書は付いていません。

○平成28年2月が特別徴収となっている方は、今回の通知書はありません。

4月、6月、8月の特別徴収額は、2月と同額となります。平成28年度の確定した保険料と10月以降の特別徴収額は7月にお知らせします。

問合せ 区福祉介護課(☎702-1069)

保健衛生

胸部検診・大腸がん検診

検診内容(対象)・費用 ※免除制度あり

結核検診(15歳以上)無料

肺がん検診(40歳以上)無料

肺がん^{かくたん}喀痰検査(問診の結果必要な方)1,000円
大腸がん検診(40歳以上)300円

※職場等で受診機会のある方はご遠慮ください。

日時・場所

5月13日(金)	14:00～15:30	北白川小学校
6月9日(木)	14:00～15:30	上高野小学校
6月14日(火)	14:00～15:30	明德小学校
6月17日(金)	14:00～15:30	修学院第二小学校

問合せ 区健康づくり推進課(☎702-1219)

乳がん検診

対象 30歳以上で今年偶数年齢になる女性(昨年受診されなかった方を含む)

※職場等で受診機会のある方はご遠慮ください。

日時 6月初旬～7月下旬の平日午後

場所 区役所3階

内容 診察とマンモグラフィー(30歳代の方は超音波撮影)

費用 1,300円 ※免除制度あり

申込方法 はがきに郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・生年月日(年齢)・電話番号・以前の受診の有無を記入のうえ、5月20日(金)までにお申し込みください(当日消印有効)。

※検診日時等は後日郵便でお知らせします。

申込先 〒604-8491 中京区西ノ京左馬寮町28 京都予防医学センター「左京区乳がん検診」係

問合せ 区健康づくり推進課(☎702-1219)

乳幼児歯科相談

お子さんの歯について心配なこと、困ったことのある方はこの機会にぜひご相談ください。

対象 0歳～小学校入学前のお子さん

日時 5月25日(水) 受付9:00～10:00

場所 区役所3階 定員 10名(予約制)

内容 歯科医師、歯科衛生士による歯科健診、歯科相談、歯科保健指導

費用 無料 持ち物 母子健康手帳、歯ブラシ

申込み 区健康づくり推進課(☎702-1222)

相談窓口

京都市民法律相談

日常生活で起こる様々な法律問題の相談に弁護士が応じます。

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)

費用 無料 ※1人20分以内

問合せ 区地域力推進室(☎702-1029)

行政書士による無料相談

行政機関に提出する書類、遺産分割協議書や契約書をはじめとする書類の作成等、様々な相談に応じます。

日時 5月10日(火)14:00～16:00

場所 区役所1階大会議室A

問合せ 京都府行政書士会第4支部事務局(☎762-0505)

司法書士による無料相談

相続・遺言・不動産登記・成年後見など、様々な相談に応じます。

日時 5月12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 ☎761-4484

「アートパフォーマンスin OKAZAKI vol.4(おかっぱ)」
オカリナ、弾き語り、ジャズ等様々なジャン

左京はあとふるプラン 自然を愛で、歴史を学び、文化を

ルの野外音楽ライブをお届けします。

日時 4月30日(土)、5月1日(日)

各日とも12:00～17:00

※雨天時は5月7日(土)、8日(日)に延期

場所 センター前庭「音の庭」 費用 無料

左京老人福祉センター

高野西開町5 ☎722-4650

介護予防講座『ストレッチとチェアエクササイズ』

日時 5月13日(金)13:30～15:00

対象 市内在住の60歳以上で医師から運動制限を受けていない方

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 4月20日(水)から電話又は直接当センターへ。

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

赤ちゃん絵本ふれあいタイム

4月21日、28日、5月5日、12日

各日とも木曜日10:30～

子ども読書の日記念事業

4月23日(土)11:00～ おたのしみ会

4月24日(日)10:00～

えほんのひろばinきょうと

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

子ども読書の日記念事業おたのしみ会

4月16日(土)14:00～

赤ちゃんと絵本を楽しむ会

4月22日(金)11:00～ あかちゃんタイム

4月23日(土)10:30～ えいごタイム

14:00～ おたのしみ会

4月24日(日)11:00～ おたのしみ会

あかちゃんタイム 5月13日(金)11:00～

えいごタイム 5月14日(土)10:30～

移動図書館「こじか号」

(☎801-4196)

巡回日程

4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
4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
5月9日(月)	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
5月16日(月)	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
5月18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

ほろりストレッチバージョン④
しあわせなら手をたたこう
のメロディで足踏みしながら

ウデ(腕・肩)



しあわせ
腕伸ばそ



(右腕を伸)

しあわせ
腕伸ばそ



(左腕を伸)

しあわせ
態度でしめそ



(右腕を
左手でつ

ほらみんな
腕伸ばそ



(左腕を
右手でつ

康づくりサポ
ーの皆さんが
考えた健康
づくりです。

左京
さくらち
体操ひまわり

【行先】区役所1階
※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
ブに最適です。

受付時間 午前8時～午後9時(年中無休)
☎075-661-3755、FAX 075-661-5885
おかけ間違いに注意ください
電子メール(ホームページから)
京都いつでもコール 検索

「おつぎのまつり 左京伝統行事ガイド」発行

区内の市登録無形民俗文化財等の伝統行事の解説や開催情報等を盛り込んだ冊子「おつぎのまつり 左京伝統行事ガイド」を発行しました。

京都造形芸術大学「キョウノマツリゴト2015」プロジェクトの学生の皆さんに掲載行事の取材や冊子のデザインに協力していただき、親しみやすい冊子になりました。ぜひご覧ください。

配布場所 左京区役所・出張所、左京・岩倉図書館等
問合せ 区地域力推進室 (☎702-1021)



- 吉田 幸 (明徳小5年)
○犯罪予防部会賞
○南部 麗奈 (明徳小6年)
○高嶋 優 (養徳小6年)
○左京区保護司会賞
○笑顔
○池田 心 (岩倉北小6年)
○藤谷 彩乃 (鞍馬小5年)
「思った事はまず考えてから」
左京区保護司会会長賞
○小池真珠子 (修学院中1年)
「犯罪・非行のない地域社会づくり」
「犯罪・非行のない地域社会づくり」

伝統行事カレンダー (4月～6月)

「おつぎのまつり 左京伝統行事ガイド」掲載行事等を紹介します。

日付	行事名	場 所
4月29日(金・祝)	長谷八幡宮 湯立祭	長谷八幡宮
5月5日(木・祝)	一乗寺八大神社剣鉾	一乗寺八大神社
5月15日(日)	葵祭	下鴨神社
6月20日(月)	鞍馬山竹伐り会式	鞍馬寺



「社会を明るくする運動」
左京区
作文コンテスト
表彰式
(3月4日)

○清川 慶伍 (第三錦林小6年)
○福田 咲紀子 (岩倉南小6年)

今月のクイズ
この面掲載の区内の伝統行事を掲載した冊子の名称は？
「○○○○○○○ 左京伝統行事ガイド」



正解者の中から抽選でトライフカ京カード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クイズの解答⑥本紙への感想(必須)をご記入いただき、ハガキ又はメールにて送付。
応募先
【ハガキの場合】
〒606-8511 左京区役所地域力推進室「左京ボイス」担

日本女子プロ野球リーグ 京都フローラ左京区民デー



日時 5月2日(月)19:00～
場所 わかさスタジアム京都

特別企画①

50組100名様を内野自由席に無料で招待。
対象 区内在住又は通学、通勤されている方
申込み 4月22日(金)までに往復はがきでお申し込みください。
○往信用表面(あて先) 〒604-8145 中京区東洞院通元竹田町647-1 大平ビル3階「京都フローラ 左京区民デー招待」係
○往信用裏面 住所、氏名(ふりがな)、電話番号
○返信用表面 郵便番号、住所、氏名
特別企画②
当日券(内野自由席)が区民優待価格で購入できます。

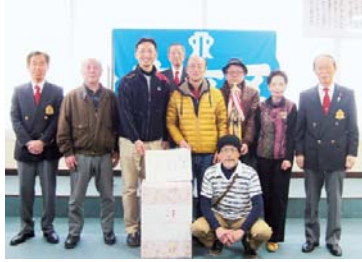
※当日、区内在住、通学、通勤のいずれかを証明できるものをチケット販売窓口でご提示ください。学生は、大学生、高校生、専門学校生が対象です。
問合せ 京都フローラ (☎213-8911)

一般		学生		中学生以下
通常	優待	通常	優待	無料
1,500円	1,200円	700円	500円	



【2月28日】
左京区民ボウリング大会が開催され、熱戦の末、養徳体振チーム(写真)が優勝しました。
準優勝は、明徳体振チームです。

左京スポーツニュース



「ほんまもん」を食べる 第一回

料理研究家 大原千鶴

左京食文化プロジェクト「ほんまもん」の食を「ほんまもん」の一環として、左京ならではの季節の料理や食材を楽しむコラムでご紹介します。

「ほんまもん」って

今月から隔月でこのコーナーを担当させていただきます。まず大原千鶴です。

私は生粋の左京区生まれの左京区育ち。とはいえ左京区の最北端花脊の生まれなので、実はちよびりエセです(笑)が、左京を愛する気持ちを強く持っています。つたない文面ですが皆様に楽しく読んでくれるコーナーになるよう頑張りますので、よろしくお願いたします。

さてさて、テーマの「ほんまもん」。今回は「松ヶ菜の花」。



菜の花

「ほんまもん」について。お漬物組合の方にお聞きして初めて知ったお漬物です。中身は「菜の花漬け」なのですが、「花漬け」ともいいます。松ヶ菜の花の生から売られている物です。生産量がわずかで、農家さんが自宅用にお作りになるくらいしか流通していないので、存じない方も多いと思います。

普通、菜の花のお漬物は綺麗な緑色をしています。が、こちらは室(むろ)で塩漬けた菜の花を発酵させて作るもので、独特の酸味と菜の花の花粉がもたらす風味が独特です。しっかり発酵しているから匂いもそれなりで好き嫌いがある分かれるものとは思いますが、私はこういった自然発酵のものが大好きで、ハマるともう他のものは食べられないくらいになります。

自分でも作ってみるのですが、やはり昔からの室や蔵に住んでいる乳酸菌にしか出せない味があるので、同じ味には到底なりません。そういった昔からの誰にも真似のできない味を戴くと「ほんまもん」やな



松ヶ菜漬け

あ。と思います。同じ家と同じように毎年作られているからこそ出せる味。作り手の生活がほんまもんなので、そんな味になる気がします。余談ですが、5月に京都府漬物協同組合さんのシンポジウムで講演会をさせていただきます。色々なお漬物の話をさせていただきますのでよろしくければいらしてくださいませ。

京都府漬物協同組合設立45周年記念シンポジウム「漬物はサラダだ!?(無料・要事前申込)」
日時 5月29日(日)13:00～16:00
場所 京都商工会議所講堂
演者 高橋拓児(京料理 木乃婦 三代目主人) 伏木亨(龍谷大学農学部教授・食の嗜好研究センター長) 大原千鶴(料理研究家)
問合せ 京都府漬物協同組合 (☎361-8181)

大原 千鶴 <料理研究家>

京都・花脊の料理旅館「美山荘」の次女として生まれ幼少のころから料理に触れて育つ。現在も京都市内に住まい、料理家として雑誌やテレビ、料理教室、講演会などで活躍。



現在NHK Eテレ「きょうの料理」のレギュラー出演中。NHK BSプレミアム「あてなよる」「京都人の密かな愉しみ」の番組出演や料理監修も手掛ける。中学生と小学生、二男一女の母でもある。近著に『京のうちはん』(PHP)などがある。