

2021 2/15

市民しんぶん 左京区版



左京区シンボルマーク

左京ボイス

新型コロナウイルス 基本的な感染症対策 徹底のお願い



市民ぐるみ、事業者ぐるみで感染拡大を抑え、医療崩壊を防ぐため、引き続きご協力をお願いします。

京都市長
門川 大作

- 3つの基本(マスクの着用、手洗い、身体的距離の確保)の実践
- 3密(密閉空間・密集場所・密接場面)を避ける
- 家庭内でも可能な限りマスクを着用し、身体的距離を確保
ウイルスを持ち込まない
- 発熱、風邪の症状があるなど、調子が悪いときは、無理せず休む
- 寒い環境でも換気の実施と適度な保湿
- 発熱症状などのある方は、まずは地域の診療所(かかりつけ医)に電話相談
- 感染された方や医療関係者等への誹謗中傷は絶対に行わない

- 家庭内でも、友人等とのホームパーティーなど、家族や普段一緒にいる人以外との会食は自粛する
- 飲酒を伴わない昼間のランチやカフェでも、会話するときはマスクをつけ、「会」と「食」を分ける
- 飲食店においては、パーティション等の設置、十分な換気等、ガイドライン遵守を徹底する
- ガイドラインを遵守していない店舗の利用の自粛
- 「京都市新型コロナあんしん追跡サービス」等の活用



問合せ 区地域力推進室総務・防災担当(☎702-1001)

もくしよく
黙食

にご協力ください

お食事中の会話が飛沫感染リスクになります
「会話」と「食事」を分け、「ノーマスクでの会話」は控えてください

おうちでごはん！大原で美味しい食材を見つけよう

特別企画 草喰なかひがし店主 料理研究家
中東久雄氏 × 大原千鶴氏 対談

参加無料

定員：100名
(今後感染状況を踏まえ最大250名まで)
日時：3月6日(土)
11:00~12:30(開場10:30)
場所：京都大原学院 体育館
(大原バス停から徒歩4分)



内容 「京都で最も予約がとれない」といわれる草喰なかひがしの店主・中東久雄さんとNHK番組「きょうの料理」などでお馴染みの人気料理研究家・大原千鶴さんが自然に恵まれた大原の食の魅力についてお話しします。
2月24日(水)までに**京都いつでもコール(2・3面下に記載)**での事前申し込み制。応募者多数の場合抽選(当選者のみ通知)。必要事項は特設サイトをご覧ください。
※新型コロナウイルス感染防止のため3密回避などを徹底して実施します。

ほんまもんの
食を楽しむ

3月6日(土)・7日(日)
会場：里の駅大原 ほか

in 京都大原

時間・場所の分散化を図り実施(感染状況を踏まえて予定を変更又は中止する場合あり)
問合せ 区地域力推進室企画担当(☎702-1021)

最新情報は特設サイトで



ため、
あります。予めご了承ください。

文化・観光・スポーツ

左京区民ふれあい事業

第30回 左京区民作品展

出展者の皆様の思いのこもった力作をこの機会に是非ご覧ください!

日時 2月25日(木)~2月27日(土)
10:00~16:00(最終日のみ正午まで)

内容 絵画、写真、書道、手工芸、その他の創作作品展示

場所 区役所1階大会議室及び区民ロビー

費用 無料

申込み 不要

問合せ 区地域力推進室まちづくり推進担当(☎702-1029)



ヨウくん



くらし

エコまちステーション

左京区民ごみ減量エコバスツアー ~ごみの行方を探検しよう!~

私たちの生活と切っても切り離せないごみ。暮らしに身近なごみ問題を見つめ直し、ごみ出しマナーやごみ減量に取り組むきっかけとして、ごみ処理施設の見学会を開催します。

日時 3月6日(土)9:00~13:00頃(集合8:50)

集合場所 左京区総合庁舎前

見学先 さすてな京都(市南部フリースペース環境学習施設)

費用 無料

対象 区内在住の方(小学生以下は保護者同伴)

定員 15名(先着順、参加希望者が5名以下の場合(中止))

申込み 2月16日(火)から2月24日(水)に氏名、フリガナ、電話番号、住所を[京都いつでもコール\(2・3面下に掲載\)](#)へ

問合せ エコまちステーション(☎366-0821)

安心・安全

左京区 保護司会

「第70回社会を明るくする運動」 左京区作文コンテスト表彰式

犯罪や非行を未然に防ぐとともに、罪を犯した人の更生についての理解を深める啓発活動の一環として、昨年12月13日に「作文コンテスト」表彰式と作文発表会を開催し、小学生・中学生16名の皆様が表彰されました。



子育て

児童扶養手当・特別児童扶養手当は、ひとり親家庭や障害のある子どもの子育てを応援する手当です

どちらの手当も所得が一定以上ある場合や子どもが児童福祉施設などに入所している場合などは支給されません。

● **児童扶養手当**は、父母の離婚などで、ひとり親となった家庭の、生活の安定と自立促進のために支給されます。

支給対象児童の年齢 18歳に到達以後最初の3月31日まで
問合せ 区子どもはぐくみ室子育て推進担当(☎702-1114)

● **特別児童扶養手当**は、中程度以上の知的・精神・身体障害のある子どもを育てる父母、又は父母に代わって育てる人に対し支給されます。

支給対象児童の年齢 20歳未満
問合せ 区障害保健福祉課(☎702-1131)

● **障害基礎年金等を受給している方について**

障害基礎年金等の額が児童扶養手当の額を上回る場合、これまでは児童扶養手当が支給されませんでした。令和3年3月分(令和3年5月支払分)以降、児童扶養手当の額が障害基礎年金等の子加算分に係る額を上回る場合、その差額が支給されるようになります。ただし、障害厚生年金3級、遺族年金等の障害基礎年金等以外の公的年金給付を受給されている場合の取扱いについてはこれまでどおりです。

問合せ 区子どもはぐくみ室子育て推進担当(☎702-1114)



イネ課長

市・府民税の臨時相談窓口を区役所2階15番窓口開設中。3月15日(月)まで9:00~17:00(土・日・祝日を除く)

自治会・町内会に入って住みよいまちづくり
近所・地域の絆で安心安全・快適なまちに

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)
おかけ間違いに注意ください

サキョウ定期便

移動図書館「こじか号」

巡回日程		
2月	26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
		3月
17日(水)	10:00~11:00 京都大原学院(大原小中学校) 11:20~11:50 農協静原支所横	

問合せ 移動図書館 (☎801-4196)

無料相談 (弁護士、行政書士、司法書士)

相談	日時	場所
弁護士 (京都市法律事務所)	毎週水曜日 13:15~15:15	区役所1階相談室
	相談日の週の月~水曜日 9:00~17:00 (水曜日は15:00まで)に要予約 定員12組(1組20分以内)	区役所1階相談室
行政書士	3月9日(火) 14:00~16:00	区役所1階相談室
	3月11日(木) 13:30~16:30	区役所1階相談室

問合せ 京都府行政書士会第4支部事務局 (☎741-3567)
京都司法書士会 (☎255-2566)

お知らせ

京都市左京老人福祉センター
**「手芸ボランティア養成講座」
受講生募集**

市内の老人福祉施設等で活動する手芸ボランティアを養成する講座です。

日時 令和3年4月~令和4年3月
毎月第4木曜日10:00~11:30

場所 当センターホール

対象 市内在住 60歳以上の方

持ち物 上履き、マスク、飲み物、ハンカチ、筆記用具、裁縫道具

定員 10名(先着順)

費用 毎月550円(教材代)

申込み 3月1日(月)~電話又は直接当センターへ

問合せ 左京老人福祉センター(☎722-4650)



健康長寿・福祉

**第4回 左京・健康なまちづくりコンテスト
入賞作品紹介**

〈2月の健康標語〉

佳作 検診で、知って得する自分のからだ、
知らなきゃ損する自分のからだ
(谷川 重和さん 65歳)
※年齢は応募当時のものです。

保健福祉センターからのメッセージ
2月4日は世界がんデーです。がんから「いのち」を守るためには、健康的な生活習慣と、定期的な健康チェックが大切です。自分では気付かない身体の異常を知るために、「健診(検診)」を受けましょう!
次号もお楽しみに♪

問合せ 区健康長寿推進課健康長寿推進担当(☎702-1219)

左京区地域介護予防推進センター

冷え性予防の食事 食事で体をしっかり温めて、
寒い冬を乗り切りましょう!

体を温める食材	体を冷やす食材
ねぎ、しょうが、根菜類、黒砂糖、肉、魚、卵、りんご、さくらんぼ、ぶどう、味噌、納豆、チーズ、酒粕、黒酢、紅茶など	夏野菜、すいか、バナナ、パイナップル、白米、白砂糖、牛乳、豆腐、バターなど
見分け方 ◆冬に旬を迎えるもの ◆寒い国で育つもの ◆土の中でゆっくり育つもの ◆濃い色や暖かな色のもの ◆からだの代謝をよくする発酵食品	見分け方 ◆夏に旬を迎えるもの ◆南国で育つもの ◆地上で早く育つもの ◆青や白、緑といった涼しげな色のもの

からだを温めるポイント

- ①体を冷やす食材は、火を通す。
- ②とろみをつけて保温性を上げる。
- ③体を温める香辛料(唐辛子、生姜、シナモンなど)を使う。
- ④よく噛んで食べる。
- ⑤食べ過ぎないで、腹八分目にする。
- ⑥肉、魚、卵などのタンパク質を食べて、適度に運動し、筋肉を維持する。

問合せ 左京区地域介護予防推進センター(☎706-6499)

当センターホームページにレシピ掲載中

まちづくり

**3月・4月は地域力アップ
キャンペーン月間です!!**

自治会・町内会に加入して地域活動に参加しましょう!
顔の見えるつながりから、地域をよくしていきませんか?
区役所では、転入者の皆様にも、お住まいになる「地域情報の提供」、「自治会・町内会の有無の確認や取次」を行っています。
また、自治会・町内会長の皆様向けに、入会案内にご利用いただけるチラシをお渡ししており、同じ内容を区HPにも掲載しておりますので、プリントしてお使いください。

問合せ 区地域力推進室まちづくり推進担当(☎702-1029)

さっきょん ひーちゃん
左京区の町内会啓発マスコットキャラクター

文化・観光・スポーツ

左京区民ふれあい事業
第30回 左京区民作品展

出展者の皆様の思いのこもった力作をこの機会に是非ご覧ください!

日時 2月25日(木)~2月27日(土)
10:00~16:00(最終日のみ正午まで)

内容 絵画、写真、書道、手芸、その他の創作作品展示

場所 区役所1階大会議室及び区民ロビー

費用 無料

申込み 不要

問合せ 区地域力推進室まちづくり推進担当(☎702-1029)



くらし

エコまちステーション
左京区民ごみ減量エコバスツアー
~ごみの行方を探検しよう!~

私たちの生活と切っても切り離せないごみ。暮らしに身近なごみ問題を見つめ直し、ごみ出しマナーやごみ減量に取り組むきっかけとして、ごみ処理施設の見学会を開催します。

日時 3月6日(土)9:00~13:00頃(集合8:50)

集合場所 左京区総合庁舎前

見学先 さすてな京都(市南部クリーンセンター環境学習施設)

費用 無料

対象 区内在住の方(小学生以下は保護者同伴)

定員 15名(先着順、参加希望者が5名以下の場合中止)

申込み 2月16日(火)から2月24日(水)に氏名、フリガナ、電話番号、住所を**京都いつでもコール(2・3面下に掲載)へ**

問合せ エコまちステーション(☎366-0821)

安心・安全

左京区保護司会
**「第70回社会を明るくする運動」
左京区作文コンテスト表彰式**

犯罪や非行を未然に防ぐとともに、罪を犯した人の更生についての理解を深める啓発活動の一環として、昨年12月13日に「作文コンテスト」表彰式と作文発表会を開催し、小学生・中学生16名の皆様が表彰されました。

子育て

**児童扶養手当・特別児童扶養手当は、ひとり親家庭や障害のある
子どもの子育てを応援する手当です**

どちらの手当も所得が一定以上ある場合や子どもが児童福祉施設などに入所している場合などは支給されません。

- **児童扶養手当**は、父母の離婚などで、ひとり親となった家庭の、生活の安定と自立促進のために支給されます。
支給対象児童の年齢 18歳に到達以後最初の3月31日まで
問合せ 区子どもはぐくみ室子育て推進担当(☎702-1114)
- **特別児童扶養手当**は、中程度以上の知的・精神・身体障害のある子どもを育てる父母、又は父母に代わって育てる人に対し支給されます。
支給対象児童の年齢 20歳未満
問合せ 区障害保健福祉課(☎702-1131)
- **障害基礎年金等を受給している方について**
障害基礎年金等の額が児童扶養手当の額を上回る場合、これまでは児童扶養手当が支給されませんでしたが、令和3年3月分(令和3年5月支払分)以降、児童扶養手当の額が障害基礎年金等の子加算分に係る額を上回る場合、その差額が支給されるようになります。ただし、障害厚生年金3級、遺族年金等の障害基礎年金等以外の公的年金給付を受給されている場合の取扱いについてはこれまでどおりです。
問合せ 区子どもはぐくみ室子育て推進担当(☎702-1114)



市・府民税の臨時相談窓口を区役所2階15番窓口開設中。3月15日(月)まで9:00~17:00(土・日・祝日を除く)

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)
おかけ間違い防止のため、お電話の際は「113755」をおかけください。

電子メールでも「113755」検索

FAX ☎ 075-661-3755
☎ 075-661-5855



サキョウ定期便

移動図書館「こじか号」



巡回日程			
2月	26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	
3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	
3月	10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	
		17日 (水)	10:00~11:00 京都大原学院(大原小中学校)
			11:20~11:50 農協静原支所横
		13:00~13:40 静原小学校	

問合せ 移動図書館 (☎801-4196)

無料相談(弁護士、行政書士、司法書士)

相談	日時	場所
弁護士 (京都市民法律相談)	毎週水曜日 13:15~15:15	区役所1階相談室
	相談日の週の月~水曜日 9:00~17:00 (水曜日は15:00まで)に要予約 定員12組(1組20分以内) 問合せ 区地域力推進室まちづくり推進担当 (☎702-1029)	
行政書士	3月9日(火) 14:00~16:00	区役所1階相談室
	問合せ 京都府行政書士会第4支部事務局(☎741-3567)	
司法書士	3月11日(木) 13:30~16:30	区役所1階相談室
	問合せ 京都司法書士会(☎255-2566)	

お知らせ

京都市左京老人福祉センター

「手芸ボランティア養成講座」 受講生募集

市内の老人福祉施設等で活動する手芸ボランティアを養成する講座です。

日時 令和3年4月~令和4年3月
毎月第4木曜日10:00~11:30

場所 当センターホール

対象 市内在住 60歳以上の方

持ち物 上履き、マスク、飲み物、ハンカチ、筆記用具、裁縫道具

定員 10名(先着順)

費用 毎月550円(教材代)

申込み 3月1日(月)~電話又は直接当センターへ

問合せ 左京老人福祉センター(☎722-4650)



健康長寿・福祉

第4回 左京・健康なまちづくりコンテスト 入賞作品紹介

〈2月の健康標語〉



検診で、知って得する自分のからだ、
知らなきゃ損する自分のからだ

(谷川 重和さん 65歳)

※年齢は応募当時のものです。

保健福祉センターからのメッセージ

2月4日は世界がんデーです。がんから「いのち」を守るためには、健康的な生活習慣と、定期的な健康チェックが大切です。自分では気付かない身体の異常を知るために、「健診(検診)」を受けましょう!
次号もお楽しみに♪




問合せ 区健康長寿推進課健康長寿推進担当(☎702-1219)

左京区地域介護予防推進センター

冷え性予防の食事

食事で体をしっかり温めて、
寒い冬を乗り切りましょう!

体を温める食材	体を冷やす食材
ねぎ、しょうが、根菜類、黒砂糖、肉、魚、卵、りんご、さくらんぼ、ぶどう、味噌、納豆、チーズ、酒粕、黒酢、紅茶など	夏野菜、すいか、バナナ、パイナップル、白米、白砂糖、牛乳、豆腐、バターなど
見分け方 ◆冬に旬を迎えるもの ◆寒い国で育つもの ◆土の中でゆっくり育つもの ◆濃い色や暖かな色のもの ◆からだの代謝をよくする発酵食品	見分け方 ◆夏に旬を迎えるもの ◆南国で育つもの ◆地上で早く育つもの ◆青や白、緑といった涼しげな色のもの
からだを温めるポイント ①体を冷やす食材は、火を通す。 ②とろみをつけて保温性を上げる。 ③体を温める香辛料(唐辛子、生姜、シナモンなど)を使う。 ④よく噛んで食べる。 ⑤食べ過ぎないで、腹八分目にする。 ⑥肉、魚、卵などのタンパク質を食べて、適度に運動し、筋肉を維持する。	
問合せ 左京区地域介護予防推進センター(☎706-6499)	当センターホームページに レシピ掲載中

まちづくり

3月・4月は地域力アップ キャンペーン月間です!!

自治会・町内会に加入して地域活動に参加しましょう!
顔の見えるつながりから、地域をよくしていきませんか?

区役所では、転入者の皆様に、お住まいになる「地域情報の提供」、「自治会・町内会の有無の確認や取次」を行っています。

また、自治会・町内会長の皆様向けに、入会案内にご利用いただけるチラシをお渡ししており、同じ内容を区HPにも掲載しておりますので、プリントしてお使いください。

問合せ 区地域力推進室まちづくり推進担当(☎702-1029)



左京区の町内会啓発マスコットキャラクター



京都市は「地域コミュニティ活性化推進条例」を制定し、自治会・町内会を中心とする地域活動を応援しています

文化・観光・スポーツ

「ほっこり左京区北部山間【公式】」 Instagramを開設しました!

北部山間地域(花脊・別所・広河原・久多・百井・大原)の魅力を発信するInstagramを開設しました!

皆様に北部山間地域の新たな魅力を知っていただけるよう、「こんなところがあるんだ!」「知らなかった!」「気になる!」が詰まった写真を投稿しております。

ぜひ、ご覧ください!

アカウント名 @sakyo_hokubusankan(ほっこり左京区北部山間【公式】)

問合せ 区地域力推進室まちづくり推進担当(☎702-1029)



花脊



別所



広河原



久多



百井



大原

「左京・地域ゆかりの文化」

第7回

大阪府立大学名誉教授、京都府立大学文学部特任教授、
左京・地域ゆかりの文化実行委員会委員

中村 治



左京区民の皆さんが引き継いでこられた「地域ゆかりの文化」について、「左京・地域ゆかりの文化実行委員会」委員が順番にコラムを掲載します。

「若狭街道」

若狭から京都へ至る街道は多数ありましたが、そのうちの大原を通る若狭街道と鞍馬を通る若狭街道を使って運ばれた物のうち、最も重要であったのは、1950年代前半まで、炭と柴でした。統計がなかった村もあるので、正確ではないのですが、『京都府地誌』(1881年頃)の時代でも『愛宕郡村志』(1911年)の時代でも、鞍馬を通る道に沿った村の炭と柴は、大原を通る道に沿った村のそれらの数倍あったようです。



背に薪を載せた馬を牽く女性。上賀茂の御園橋東詰。明治45年(1912)以前に撮影。

その理由は、鞍馬と大原より北の花脊・百井・大見・尾越の人は、京都まで徒歩で日帰りできなかったため、

鞍馬あるいは大原まで炭を人力・畜力で運んで売ったのですが、炭の運び先が鞍馬であることが多かったからです。大原と京都間の道は狭いので、大原と京都間の道は狭く、そこでは牛馬がすれ違うことも困難でしたが、鞍馬と京都間はそれより道幅が広く、牛馬がすれ違うことができました。鞍馬と京都間の岩倉、松ヶ崎、上賀茂、下鴨、紫竹などの村人が、農間に牛馬を連れて鞍馬へ行き、炭を牛馬の背に載せて京都まで運び、鞍馬と京都間の流通が確立されていたからでしょう。



背に薪を載せた牛を牽き、自らは薪を一束頭上にいただいている小原女(八瀬の女性)。大正7年(1918)4月1日～昭和8年(1933)2月14日。

では、鯖はどこを通ったのでしょうか。京都市最北端に久多があり、久多から梅ノ木への道(4km弱)は、久多川、針畑川に沿って下る道ですが、険しい道で牛馬が通れず、梅ノ木から安曇川沿いに大原へ至る道も未整備でした。他方、久多から尾越への道(約10km)は、オグロ坂峠(842m)を越えなければなりません。久多でも通れました。そのため、久多の人は炭を尾越に運び、明治時代中頃の尾越には久多の炭を扱う問屋が3軒あったのです。久多と小浜間は山地ですが、久多は小浜

と京都を結ぶ直線近くにあります。鯖のように、鮮度を気にして運ばなくても、人は最短路を通ったでしょう。そして久多からは、炭運びに使われたしつかりした道を通り、京都へ向かったのです。この小浜と久多と鞍馬と京都という道が重要であったことは、久多に15世紀には関所があったこと、徳川家康が、朝倉攻めをしていた敦賀から退軍する時(1570年)にこの道を通ったことからも明らかでしょう。



しかし京都と大原間の道が拡幅され、滋賀途中から花折峠を越えて安曇川沿いに朽木へ至る道が整備された大正時代中頃以降は、大原を通る道の方が多く使われるようになりました。もともと、鉄道の東海道線が明治22年(1889)に、米原と福井間が明治29年(1896)に開通すると、物流が変わり、鯖は鉄道で運ばれるようになったと思われ

左京ボイス ワイズコーナー

今月の
Q
ワイズ

発熱症状などのある方は
まずかかりつけ医に〇〇
で相談してください。
(ヒント:1面)

〇に入る言葉をお答えください。

正解者の中から抽選でトラフィカ京カード500円分を3名様にプレゼント

応募方法 ①氏名②年齢③住所④電話番号⑤クイズの解答
⑥本紙への感想・意見(必須)を記入のうえ、ハガキ又はメールで送付

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」担当まで
【メールの場合】件名に「左京ボイス クイズ応募」と明記のうえ、
sakyo@city.kyoto.lg.jpまで

応募締切 3月5日(金)(必着)

1月15日号の解答「ヒイラギ」 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。