No.308 令和3年（2021）8月15日　京都市左京区役所地域力推進室　〒606-8511 左京区松ケ崎堂ノ上町7番地の2　☎（075）702-1000㈹　FAX（075）702-1301　京都市印刷物第031148号
メール sakyo@city.kyoto.lg.jp　※電話・FAXのお掛け間違いにご注意ください。
題字デザイン：京都芸術デザイン専門学校生

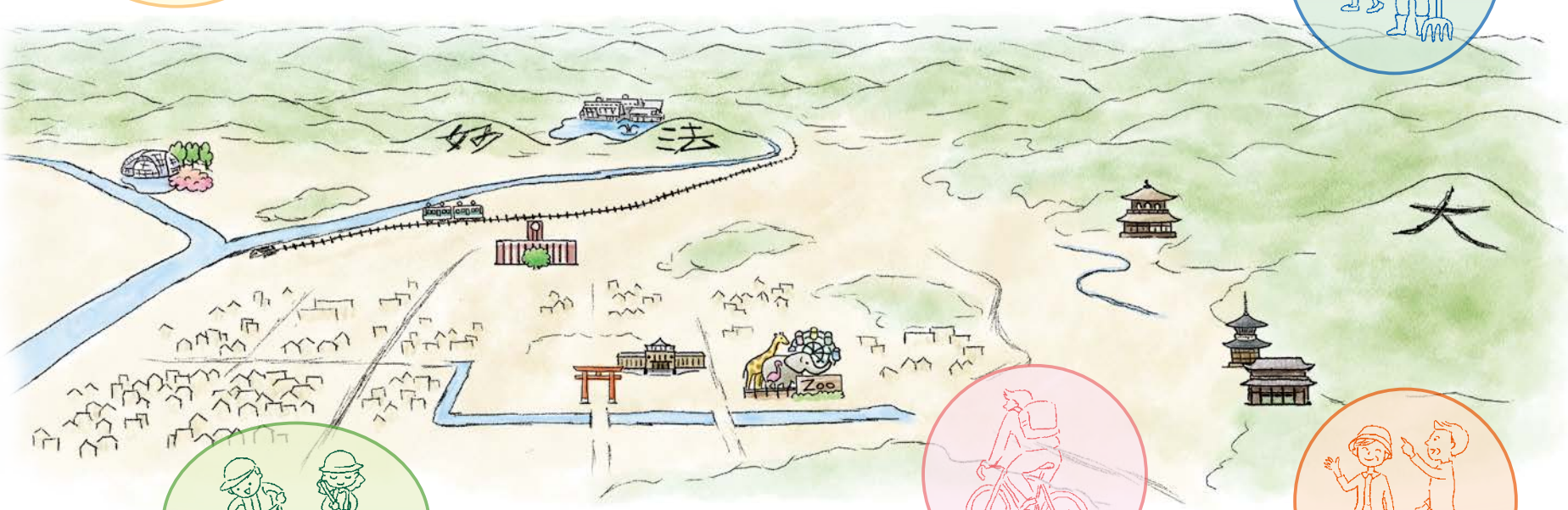
2021 8/15
市民しんぶん
左京区版

左京ボイス

左京区シンボルマーク

ホームページ
左京区役所 検索

左京区基本計画（第3期）を策定しました



左京区が誇る「美しく豊かな自然」、「地域が育んできた悠久の歴史と文化」、それらを受け継ぎ守って来られた「ひと」という大きな魅力にますます磨きをかけ、区政100周年に向けて区民の皆さんの参加と協働による持続可能なまちづくりをすすめていきます。詳しくは、ホームページや冊子をご覧ください。

冊子は区役所、各出張所などで8月末頃から配布予定です。左京区役所ホームページからもダウンロードできます。

問合せ　区地域力推進室企画担当（☎702-1021）

Pick up記事

⬅4面
コラム　～コロナ禍での「京都五山送り火」～

サキちゃん

定を中止又は変更する場合があります。

まちづくり

北部農業振興センター

左京区久多地域 とちの実の収穫ボランティア参加者募集

急傾斜を移動します。健脚の方のご応募お待ちしています。

日　時　**9月12日(日)9:00～15:00(雨天の場合18日(土)に延期)**

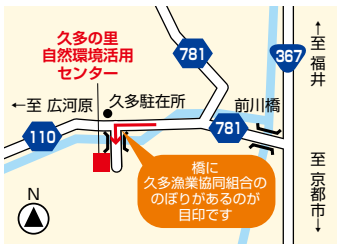
集合場所　久多の里自然環境活用センター(久多下の町37-1)
現地集合・解散(京都バス「葛川梅の木」バス停を西へ車で約10分)

内　容　とちの実収穫作業(片道約30分の山道を登り、とちの実を収穫して下山)

定　員　20名(多数抽選)　**費　用**　300円(保険料)

申込み　8月31日(火)までに氏名・住所・年齢・電話番号を久多里山協会へ

問合せ　久多里山協会(☎748-2180担当　駒池☎090-6798-6330)
北部農業振興センター(☎366-2010)



子育て

現況届の提出をお忘れなく

下表手当を受給中の方は、指定期間中に届出をしてください。正当な理由なく届出がない場合、8月分以降(児童扶養手当は11月分以降)の支給が受けられなくなります。

手当の名称	必要な届出提出期限	提出先・問合せ
児童扶養手当	現況届 8月31日(火)	区子どもはぐくみ室子育て推進担当 (☎702-1114、３階32番窓口)
特別児童扶養手当	所得状況届 9月13日(月)	区障害保健福祉課 (☎702-1131、３階35番窓口)
特別障害者手当	現況届 9月13日(月)	
障害児福祉手当		
経過的福祉手当		
外国籍市民 重度障害者特別給付金		

健康長寿・福祉

高齢者インフルエンザ予防接種

期　間　**10月15日(金)～令和4年1月31日(月)**

対　象　接種日現在で65歳以上の市民(60歳～65歳未満の方で特例措置の場合あり)

料　金　2,000円

※市民税非課税者等は事前申請により、軽減措置あり。軽減措置の郵送申請書類は9月1日から協力医療機関、京都市内の郵便局(簡易郵便局を除く)及びJTB店舗(一部を除く)、区役所・支所等で配布。市HPの「令和3年度高齢者インフルエンザ予防接種のお知らせ」からも申請及びダウンロード可能。

実施機関　協力医療機関
※市HPかコールセンターで確認の上、受診の予約をしてください。

問合せ　コールセンター(☎0570-000-774　平日8:30～17:00※9月1日開始)

国民健康保険のお知らせ

入院や高額な外来受診により高額な自己負担が見込まれる方は、申請により「限度額適用認定証」等を交付しますので、保険証と併せて医療機関にご提示ください。

ア　毎月一つの医療機関における支払額が自己負担限度額までとなります。

イ　入院時の食事代が減額されます(市民税非課税世帯の方に限ります)。

※70歳未満の方で保険料を滞納している場合、**ア**の交付が受けられない場合があります。

また、70歳以上の方は、所得状況によって申請が不要な場合があります。詳しくはお問い合わせください。

問合せ　区保険年金課保険給付・年金担当(☎702-1170)

年金生活者支援給付金のお知らせ

所得が一定以下の年金受給者に対して、「年金生活者支援給付金」(以下、「給付金」という)が支給されます。

新たに給付金の対象となる方には、9月以降に日本年金機構から、はがき形式の請求書が送付されますので、必要事項を記入のうえ日本年金機構あてに郵送してください。請求が遅れると給付金を受給できない月が生じるおそれがあります。

問合せ　日本年金機構　年金生活者支援給付金専用ダイヤル
(☎0570-05-4092)

市の福祉医療制度のお知らせ

市内在住で医療保険加入者を対象に医療費等の自己負担を軽減する制度を実施しています。制度の適用を受けるには申請が必要です。

制度	対象者	申請・問合せ
ひとり親 家庭等医療	次のいずれかに該当する方(所得制限あり) (1) 生計を一にする父又は母のない18歳到達後最初の３月31日までにある児童 (2) (1)の児童と生計を一にする母又は父 (3) 両親のいない児童と、その児童を扶養する20歳未満の方など	区子どもはぐくみ室子育て推進担当(☎702-1114、3階32番窓口)
重度心身 障害者医療	次のいずれかに該当する方(所得制限あり) (1) 1級又は２級の身体障害者手帳を持っている方 (2) IQが35以下の方 (3) 身体障害者手帳３級を持ちIQが50以下の方 ＊重度障害老人健康管理費は、後期高齢者医療制度の資格のある方が対象です。	区障害保健福祉課(☎702-1131、3階35番窓口)
重度障害 老人健康管理費		区保険年金課保険給付・年金担当(☎702-1170、1階8番窓口)
老人医療	65歳以上70歳未満で、次の(1)～(3)のいずれの方にも前年の所得税が課されていない方 (1) 本人 (2) 配偶者 (3) 同一住所にお住まいの方(世帯分離している方も含む)及び別住所にお住まいの方(扶養関係がある方)のうち主たる生計維持者	区健康長寿推進課高齢介護保険担当(☎702-1069、２階23番窓口)
子ども医療	０歳から中学校３年生までの方 ※15歳到達後、最初の３月31日までにある方	市子ども家庭支援課分室(中京区烏丸通御池下る虎屋町566-1　井門明治安田生命ビル3階)(☎251-1123)

※申請には健康保険証をお持ちください。制度により身体障害者手帳、戸籍謄本、印かん等が必要です。入院時の食事代及び居住費等は支給の対象外です。

※老人医療、子ども医療は一部負担金の支払いが必要です。

高等職業訓練促進給付金事業を拡充

3年度に修業を開始し、申請した方に限り、市内在住のひとり親家庭の親が、看護師、准看護師、介護福祉士、保育士、作業療法士、理学療法士、歯科衛生士、歯科技工士、視能訓練士、言語聴覚士、製菓衛生師、調理師の資格取得のため、養成機関で6月以上のカリキュラムを修業する場合や、雇用保険制度の専門実践教育訓練給付の指定講座又は特定一般教育訓練給付の指定講座、もしくは一般教育訓練給付の指定講座(情報関係に限る)の中で6月以上のカリキュラムを修業し、民間資格等を取得する場合にも対象となるように拡充しました。

申請・問合せ　区子どもはぐくみ室
(☎702-1114)

ヨウくん

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

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)
おかけ間違いにご注意ください

左京区Data　世帯数　85,516世帯(前月比：50世帯減)　人口　165,439人(前月比：147人減)(令和3年7月1日現在)

新型コロナウイルス感染防止のため、予定を中止又は変更する場合があります。

サキョウ定期便

◆無料相談（弁護士、不動産、司法書士、行政書士、行政相談員）

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13:00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）	
不動産（空き家等）活用相談窓口	9月7日（火） ①13:30～ ②14:20～ ③15:10～（1組40分間）	区役所1階相談室
	定　員　3組（事前予約制・1組2名まで） 申込み・問合せ　8月17日～9月3日に、京都いつでもコールまで（氏名・電話・日時・会場・相談物件住所・相談概要を明記）。先着順	
司法書士	9月9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）	
行政書士	9月14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）	
行政相談員	9月10日（金） 13:30～15:00	区役所1階相談室
	問合せ　総務省京都行政監視行政相談センター（☎802-1100）	

◆移動図書館「こじか号」

巡回日程			
8月	23日（月）	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
	27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
9月	3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
	8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
	15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）

◎岩倉図書館
「テーマ別図書の展示と貸し出し」
テーマ「年をとるってどんなこと?」など
日　時　9月1日（水）～9月30日（木）
場　所　図書館内児童コーナー

◎左京図書館
「テーマ別図書の展示と貸し出し」
日　時　8月1日（日）～8月30日（月）
テーマ「怖い話」　場　所　中央展示棚
テーマ「平　和」　場　所　カウンター前展示棚
問合せ　左京図書館（☎722-4032）

◆移動式拠点回収

回収対象（22品目）
【資源物】　古紙類、古着類、木の枝、陶磁器製の食器など
【有害・危険ごみ】　石油類、化学薬品、塗料など
※詳しい内容については、配架中のチラシやホームページをご確認ください。

移動式拠点回収　検索

日時		場所
9月4日（土）	9:00～11:00	岡崎公園（交番西側）
	13:00～15:00	あおい（下鴨譜部）公園
9月25日（土）	9:00～11:00	大原出張所前
	13:00～15:00	市原野会館（児童館）前

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

健康長寿・福祉

食生活改善普及運動月間（9月）京の健康栄養講座

「応援します!あなたの減塩生活」

減塩は意識しているけれど…気づいていない「かくれた塩」があるかも!?もう一歩進んだ減塩に取り組んでみませんか。

日　時　9月15日（水）10:30～11:30
場　所　左京区役所3階　栄養指導室
内　容　講話「応援します! あなたの減塩生活」
体験「だし汁の塩分測定」
対　象　18歳以上の区民
定　員　12名（先着順）
費　用　無料
持ち物　筆記用具、電卓、マスク（着用の上ご参加ください）、家庭の汁物（塩分測定希望者）
申込み　8月27日（金）9:00～電話にて受付
問合せ　区健康長寿推進課健康長寿推進担当（☎702-1219）

第4回 左京・健康なまちづくりコンテスト入賞作品紹介

〈8月の健康標語〉

優秀賞　**有酸素運動30分 僕のジムは通学路**
（七曲舟人さん（ペンネーム）20歳）　※年齢等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

今年の夏は東京オリンピックが開催されました。これを機会に、運動を始めてみませんか。運動を習慣づけるために、通学時など日常生活の中に上手く取り入れるのはいいですね。運動不足を感じている方は、今よりも10分間身体を動かす時間を増やすことから始めてみましょう!

京都市では「新しい生活スタイル健康ポイント手帳（旧:いきいきポイント手帳）」の実施により、市民の皆様が健康づくりの取組を楽しく続けられるよう推進しています。区役所等で配布しておりますので、ぜひご活用ください。

詳しくは　健康長寿のまち・京都　検　索
次号もお楽しみに♪
問合せ　区健康長寿推進課（☎702-1219）

左京老人福祉センター

体験型ネットトラブル防止講座

宅配業者やセキュリティー警告を装った不審メールが届いたことはありませんか?ネットトラブルに遭わないための対処法を学びます。

日　時　8月30日（月）10:00～11:00
場　所　センター　ホール
講　師　京都府警察ネット安心アドバイザー
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
定　員　20名（先着順）
費　用　無料
申込み　8月20日（金）～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）

◆献血にご協力ください

日時		場所
10月7日（木）	10:00～12:00	聖護院門跡（聖護院中町）
	14:00～16:00	元新洞小学校

問合せ　区健康長寿推進課地域支援担当（☎702-1064）

安全運転継続作戦

高齢ドライバーの皆様に危険予測力を高めるトレーニング等、安全運転継続のコツやヒントを学んでいただく講座やサポカー乗車体験（同乗）を開催します。

日　時　10月18日（月）10:00～11:30
場　所　宝池自動車教習所（松ヶ崎芝本町、駐車場あり）
※会場は3階ですが、エレベーターがありません。
対　象　65歳以上の高齢ドライバー
定　員　【抽選】10名
（同伴家族は含みません）
申込み　8月20日（金）～9月30日（木）（必着）に電話、FAX又はハガキで、住所・氏名（ふりがな）・年齢・電話番号・FAX番号・同伴家族（2名まで）の人数を下記までお伝えください。
問合せ　市文化市民局くらし安全推進課
〒604-8005　中京区河原町通三条上る恵比須町427番地　京都朝日会館4階
（☎222-3193　FAX213-5539）

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

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

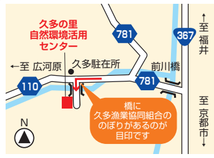
まちづくり

北部農業振興センター

左京区久多地域 とちの実の収穫ボランティア参加者募集

急傾斜を移動します。健脚の方のご応募お待ちしています。

日　時　9月12日（日）9:00～15:00（雨天の場合18日（土）に延期）
集合場所　久多の里自然環境活用センター（久多下の町37-1）
現地集合・解散（京都バス「葛川梅の木」バス停を西へ車で約10分）
内　容　とちの実収穫作業（片道約30分の山道を登り、とちの実を収穫して下山）
定　員　20名（多数抽選）　費　用　300円（保険料）
申込み　8月31日（火）までに氏名・住所・年齢・電話番号を久多里山協会へ
問合せ　久多里山協会（☎748-2180担当　駒池☎090-6798-6330）
北部農業振興センター（☎366-2010）



子育て

現況届の提出をお忘れなく

下表手当を受給中の方は、指定期間中に届出をしてください。正当な理由なく届出がない場合、8月分以降（児童扶養手当は11月分以降）の支給が受けられなくなります。

手当の名称	必要な届出提出期限	提出先・問合せ
児童扶養手当	現況届 8月31日（火）	区子どもはぐくみ室子育て推進担当（☎702-1114、3階32番窓口）
特別児童扶養手当	所得状況届 9月13日（月）	区障害保健福祉課（☎702-1131、3階35番窓口）
特別障害者手当	現況届 9月13日（月）	
障害児福祉手当		
経過的福祉手当		
外国籍市民 重度障害者特別給付金		

健康長寿・福祉

高齢者インフルエンザ予防接種

期　間　10月15日（金）～令和4年1月31日（月）
対　象　接種日現在で65歳以上の市民（60歳～65歳未満の方で特例措置の場合あり）
料　金　2,000円
※市民税非課税者等は事前申請により、軽減措置の郵送申請書類は9月1日から協力医療機関、京都市内の郵便局（簡易郵便局を除く）及びJTB店舗（一部を除く）、区役所・支所等で配布。市HPの「令和3年度高齢者インフルエンザ予防接種のお知らせ」からも申請及びダウンロード可能。
実施機関　協力医療機関
※市HPかコールセンターで確認の上、受診の予約をしてください。
問合せ　コールセンター（☎0570-000-774　平日8:30～17:00※9月1日開始）

国民健康保険のお知らせ

入院や高額な外来受診により高額な自己負担が見込まれる方は、申請により「限度額適用認定証」等を交付しますので、保険証と併せて医療機関にご提示ください。

ア　毎月一つの医療機関における支払額が自己負担限度額までとなります。
イ　入院時の食事代が減額されます（市民税非課税世帯の方に限ります）。
※70歳未満の方で保険料を滞納している場合、アの交付が受けられない場合があります。
また、70歳以上の方は、所得状況によって申請が不要な場合があります。詳しくはお問い合わせください。
問合せ　区保険年金課保険給付・年金担当（☎702-1170）

年金生活者支援給付金のお知らせ

所得が一定以下の年金受給者に対して、「年金生活者支援給付金」（以下、「給付金」という）が支給されます。

新たに給付金の対象となる方には、9月以降に日本年金機構から、はがき形式の請求書が送付されますので、必要事項を記入のうえ日本年金機構あてに郵送してください。請求が遅れると給付金を受給できない月が生じるおそれがあります。

問合せ　日本年金機構　年金生活者支援給付金専用ダイヤル（☎0570-05-4092）

市の福祉医療制度のお知らせ

市内在住で医療保険加入者を対象に医療費等の自己負担を軽減する制度を実施しています。制度の適用を受けるには申請が必要です。

制度	対象者	申請・問合せ
ひとり親家庭等医療	次のいずれかに該当する方（所得制限あり） (1) 生計を一にする父又は母のない18歳到達後最初の3月31日までにある児童 (2) (1)の児童と生計を一にする母又は父 (3) 両親のいない児童と、その児童を扶養する20歳未満の方など	区子どもはぐくみ室子育て推進担当（☎702-1114、3階32番窓口）
重度心身障害者医療	次のいずれかに該当する方（所得制限あり） (1) 1級又は2級の身体障害者手帳を持っている方 (2) IQが35以下の方 (3) 身体障害者手帳3級を持ちIQが50以下の方 ＊重度障害者老人健康管理費は、後期高齢者医療制度の資格のある方が対象です。	区障害保健福祉課（☎702-1131、3階35番窓口）
重度障害老人健康管理費		区保険年金課保険給付・年金担当（☎702-1170、1階8番窓口）
老人医療	65歳以上70歳未満で、次の(1)～(3)のいずれの方にも前年の所得税が課されていない方 (1) 本人 (2) 配偶者 (3) 同一住所にお住まいの方（世帯分離している方も含む）及び別住所にお住まいの方（扶養関係がある方）のうち主たる生計維持者	区健康長寿推進課高齢介護保険担当（☎702-1069、2階23番窓口）
子ども医療	0歳から中学校3年生までの方 ※15歳到達後、最初の3月31日までにある方	市子ども家庭支援課分室（中京区烏丸通御池下る虎屋町566-1　井門明治安田生命ビル3階）（☎251-1123）

※申請には健康保険証をお持ちください。制度により身体障害者手帳、戸籍謄本、印かん等が必要です。入院時の食事代及び居住費等は支給の対象外です。
※老人医療、子ども医療は一部負担金の支払いが必要です。

高等職業訓練促進給付金事業を拡充

3年度に修業を開始し、申請した方に限り、市内在住のひとり親家庭の親が、看護師、准看護師、介護福祉士、保育士、作業療法士、理学療法士、歯科衛生士、歯科技工士、視能訓練士、言語聴覚士、製菓衛生師、調理師の資格取得のため、養成機関で6月以上のカリキュラムを修業する場合や、雇用保険制度の専門実践教育訓練給付の指定講座又は特定一般教育訓練給付の指定講座、もしくは一般教育訓練給付の指定講座（情報関係に限る）の中で6月以上のカリキュラムを修業し、民間資格等を取得する場合にも対象となるように拡充しました。

申請・問合せ　区子どもはぐくみ室（☎702-1114）

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）
おかけ間違いにご注意ください
FAX☎（075）661-3755
☎（075）661-5855
電子メール（ホームページから）　京都いつでもコール　検索

区役所にお越しの際はできる限り公共交通機関をご利用ください。

左京区Data　世帯数　85,516世帯（前月比：50世帯減）　人口　165,439人（前月比：147人減）（令和3年7月1日現在）

新型コロナウイルス感染防止のため、予

サキョウ定期便

◆無料相談（弁護士、不動産、司法書士、行政書士、行政相談員）

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13:00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）	
不動産（空き家等）活用相談窓口	**9月7日（火）** ①13:30～ ②14:20～ ③15:10～（1組40分間）	区役所1階相談室
	定　員　3組（事前予約制・1組2名まで） **申込み・問合せ**　8月17日～9月3日に、**京都いつでもコール**まで（氏名・電話・日時・会場・相談物件住所・相談概要を明記）。先着順	
司法書士	**9月9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）	
行政書士	**9月14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）	
行政相談員	**9月10日（金）** 13:30～15:00	区役所1階相談室
	問合せ　総務省京都行政監視行政相談センター（☎802-1100）	

◆移動図書館「こじか号」

	巡回日程		
8月	23日（月）	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
	27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
9月	3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
	8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
	15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）

◎岩倉図書館
「テーマ別図書の展示と貸し出し」
テーマ「年をとるってどんなこと?」など
日　時　**9月1日（水）～9月30日（木）**
場　所　図書館内児童コーナー

◎左京図書館
「テーマ別図書の展示と貸し出し」
日　時　**8月1日（日）～8月30日（月）**
テーマ「怖い話」　**場　所**　中央展示棚
テーマ「平　和」　**場　所**　カウンター前展示棚
問合せ　左京図書館（☎722-4032）

◆移動式拠点回収

回収対象（22品目）
【資源物】　古紙類、古着類、木の枝、陶磁器製の食器など
【有害・危険ごみ】　石油類、化学薬品、塗料など
※詳しい内容については、配架中のチラシやホームページをご確認ください。

移動式拠点回収　**検　索**

日時		場所
9月4日（土）	9:00～11:00	岡崎公園（交番西側）
	13:00～15:00	あおい（下鴨膳部）公園
9月25日（土）	9:00～11:00	大原出張所前
	13:00～15:00	市原野会館（児童館）前

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

健康長寿・福祉

食生活改善普及運動月間（9月）京の健康栄養講座

「応援します!あなたの減塩生活」

減塩は意識しているけれど…気づいていない「かくれた塩」があるかも!?もう一歩進んだ減塩に取り組んでみませんか。

日　時　**9月15日（水）10:30～11:30**
場　所　左京区役所3階　栄養指導室
内　容　講話「応援します！あなたの減塩生活」
体験「だし汁の塩分測定」
対　象　18歳以上の区民
定　員　12名（先着順）
費　用　無料
持ち物　筆記用具、電卓、マスク（着用の上ご参加ください）、家庭の汁物（塩分測定希望者）
申込み　8月27日（金）9:00～電話にて受付
問合せ　区健康長寿推進課健康長寿推進担当（☎702-1219）

第4回 左京・健康なまちづくりコンテスト入賞作品紹介

〈8月の健康標語〉

優秀賞

有酸素運動30分 僕のジムは通学路

（七曲舟人さん（ペンネーム）20歳）　※年齢等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

今年の夏は東京オリンピックが開催されました。これを機会に、運動を始めてみませんか。運動を習慣づけるために、通学時など日常生活の中に上手く取り入れるのはいいですね。運動不足を感じている方は、今よりも10分間身体を動かす時間を増やすことから始めてみましょう!

京都市では「新しい生活スタイル健康ポイント手帳（旧:いきいきポイント手帳）」の実施により、市民の皆様が健康づくりの取組を楽しく続けられるよう推進しています。区役所等で配布しておりますので、ぜひご活用ください。

詳しくは　健康長寿のまち・京都　**検　索**
次号もお楽しみに♪
問合せ　区健康長寿推進課（☎702-1219）

左京老人福祉センター

体験型ネットトラブル防止講座

宅配業者やセキュリティー警告を装った不審メールが届いたことはありませんか?ネットトラブルに遭わないための対処法を学びます。

日　時　**8月30日（月）10:00～11:00**
場　所　センター　ホール
講　師　京都府警察ネット安心アドバイザー
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
定　員　20名（先着順）
費　用　無料
申込み　8月20日（金）～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）

安全運転継続作戦

高齢ドライバーの皆様に危険予測力を高めるトレーニング等、安全運転継続のコツやヒントを学んでいただく講座やサポカー乗車体験（同乗）を開催します。

日　時　**10月18日（月）10:00～11:30**
場　所　宝池自動車教習所（松ヶ崎芝本町、駐車場あり）
※会場は3階ですが、エレベーターがありません。
対　象　65歳以上の高齢ドライバー
定　員　【抽選】10名
（同伴家族は含みません）
申込み　8月20日（金）～9月30日（木）（必着）に電話、FAX又はハガキで、住所・氏名（ふりがな）・年齢・電話番号・FAX番号・同伴家族（2名まで）の人数を下記までお伝えください。
問合せ　市文化市民局くらし安全推進課
〒604-8005　中京区河原町通三条上る恵比須町427番地　京都朝日会館4階
（☎222-3193　FAX213-5539）

◆献血にご協力ください

日　時		場　所
10月7日（木）	10:00～12:00	聖護院門跡（聖護院中町）
	14:00～16:00	元新洞小学校

問合せ　区健康長寿推進課地域支援担当（☎702-1064）

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

FAX☎（075）661-3755
（075）661-5855
電子メール（ホームページから）京都いつでもコール　検索

こちらのQRコードからもご覧いただけます！ぜひ、フォローしてください♪

この写真の他にも、魅力的な写真をアップしていますので、ご覧ください。

文化・観光・スポーツ

3年度市北文化会館自主事業
「市民創造ステージ2022音楽会」出演者募集

クラシックスタイルでの音楽会への参加団体を募集。1団体30名までで、北区、上京区及び左京区に住所又は活動拠点がある音楽団体に限ります。

日　時　**4年1月30日(日)1部10:00～12:00　2部13:30～15:30**
場　所　市北文化会館　ホール(北、小山北上総町49-2)
対　象　一般・学生　**定　員**　10団体　**費　用**　5,000円／1団体
申込み　8月21日(土)～9月30日(木)**必着**。申込書を北文化会館に郵送(必着)又は直接窓口へ提出してください。(申込書は区役所等に配架しているチラシの裏面にあります)
問合せ　市北文化会館(☎493-0567　FAX493-0607)

京都市北文化会館　**検　索**

左京ボイス お写真コーナー
Sakyo photo

お便りお写真ありがとうございました。

「紅萌ゆる丘の花」記念碑(吉田山)
アルパインさま

「左京・地域ゆかりの文化」 第9回

京都市文化市民局文化財保護課　主任・文化財保護技師
左京・地域ゆかりの文化実行委員会　委員
福持 昌之

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」についてのコラムです。今回は京都五山送り火について取り上げます。

～コロナ禍での「京都五山送り火」～

毎年8月16日の晩は、左京区の大文字送り火、松ケ崎妙法送り火に始まり、北区の船形万燈籠送り火、左大文字送り火、右京区の鳥居形松明送り火が、京都の夜空を彩ります。

古来、盆と正月は祖霊を迎えて祀り、家族の安全や繁栄を祈るものでした。盆は、旧暦では7月ですから、半年ごとのサイクルだったのですね。

今も京都では、8月に入ると墓掃除や墓参りをし、迎え鐘を撞いたり迎え火を焚いたりして、祖霊を家に迎えます。そして、15日から16日にかけて、家々で送り火を焚いたり、かつては川に供物を流したりもして、祖霊をあの世へ送るのです。最後に、祖霊を送る仕上げとして、京都の東から西にかけての山々では、その麓の浄土寺、松ケ崎、西賀茂、大北山、嵯峨鳥居本の地域住民が、それぞれ山に登って大きな送り火を焚くのです。

五山の送り火を見ている洛中の人々は、自分たちの祖先を送ってもらっている気持ちで送り火を見ており、火を灯す人たちは、自分たちの祖先を送るだけでなく、洛中の人たちの想いも受けとめて、送り火を灯しています。このような関係は、数百年も続いており、京都市登録無形民俗文化財にもなっているのです。

五山送り火連合会では、新型コロナウイルスの感染状況をみながら、何度も会合を開いて協議を重ねてきました。その結果、令和2年の夏は、コロナ禍で山上の密を避ける対策として、点火の個数を大幅に制限して実施しました。また、観覧者が密になるのを防ぐため、NHKやKBS京都と連携して「おうちで送り火」を合言葉に、自宅でテレビ中継を見ていただくようお願いしました。

今年も、まだ感染状況は厳しいですが、夜間の山上での作業を安全におこなうには、点火の技術や手順をきちんと継承する必要があり、密を回避する対策とバランスを取りながら実施することになっています。

洛中で観覧される皆様には、昨年同様、「おうちで送り火」にご理解いただきたいと思います。なお、今年は恒例のテレビ中継に加えて、各山の準備から点火までの様子をお伝えする映像配信も予定されています。

8月16日(月)の「おうちで送り火」
[テレビ中継]
ＢＳプレミアム　19:30～21:00
ＫＢＳ京都　19:00～20:55
ＢＳ11　19:00～20:53
[ライブ映像配信]
10:00～21:00(予定)
https://gozan-okuribi.com/2021.html

ライブ映像配信はこちらから

8月16日(月)のみ配信

来年こそは例年通り点火できることを祈って

左京ボイス お便り(メール)・お写真募集コーナー

左京ボイスへの感想を送ってください。左京区内の風景写真やお気に入りの場所の写真もお願いします。(お写真は左京ボイス紙面に掲載する場合があります)

お送りいただいた方の中から抽選で**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(写真掲載の場合はペンネームもあれば)②年齢③住所④電話番号⑤本紙の感想(必須)⑥左京区の風景写真(任意、写真はできるだけメール添付。紙のお写真の返却はできません)、コメントを記入のうえ、メールか郵便で送付
応募先　【メールの場合】件名に「左京ボイス　トラフィカ応募」と明記のうえ、sakyo@city.kyoto.lg.jpまで
【郵便の場合】〒606-8511左京区役所地域力推進室「左京ボイス」担当まで
応募締切　9月6日(月)(必着)

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。

イイネ課長