

お知らせ

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)

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

下京区役所

〒600-8588 下京区西洞院通塩小路上る ☎371-7101

相談 (無料、秘密厳守)

- ※いずれも区役所1階相談室
- ◆**弁護士による法律相談(予約制)**
 日時 毎週水曜日(閉庁日を除く) 13:15~15:15
 定員 6名(先着順)
 相談時間 1人20分程度
 申込み 相談日の2日前から開始までに電話または窓口で
 ☎ 地域力推進室まちづくり推進担当 (☎754-8769 平日の8:30~17:00)
 - ◆**行政書士による困りごと相談**
 日時 5月9日(木) 14:00~16:00
 ☎ 京都府行政書士会(☎692-2500)
 - ◆**司法書士による登記・法律相談**
 日時 5月10日(金) 13:15~15:45
 定員 先着5名(予約制)
 ☎ 京都司法書士会(☎255-2566)
 - ◆**行政相談委員による行政相談**
 日時 4月22日(月) 13:30~15:00
 ☎ 京都行政監視行政相談センター(☎802-1100)

保健福祉

◆献血

学区	日時	場所
稚松	4月25日(木) 14:00~16:30	元六条院小学校
開智	5月17日(金) 10:00~11:30 13:00~17:30	献血ルーム 四条

☎ 健康長寿推進課地域支援担当(☎371-7214)

◆胸部(結核・肺がん)検診、大腸がん検診

日時	場所
5月14日(火)	元梅逕中学校
5月15日(水)	13:30~15:00 市学校歴史博物館
5月28日(火)	元崇仁小学校

- 胸部(結核・肺がん)検診(胸部X線検査)
 対象 15歳以上(肺がん検診は40歳以上)
 (65歳以上の方は、感染症法で年1回の検診が義務付けられています)
 費用 無料(問診の結果、喀痰検査が必要な方は1,000円 ※免除制度あり)
 申込み 当日会場で受付
 ※毎月第1・3月曜日9:00~10:30は、区役所1階14番窓口でも受診できます。
- 大腸がん検診(便潜血検査)
 対象 40歳以上 費用 300円 ※免除制度あり
 申込み 検査容器は区役所2階健康長寿推進課まで取りに来ていただくか、郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・生年月日・性別・電話番号・検査容器送付希望と記入のうえ、実施日の15日前までに、「〒604-8491 中京区西ノ京左馬寮町28 京都予防医学センター大腸がん検診係」へ郵便はがきまたは封書により郵送

★人生100年時代・40歳からはじめる大腸がん検診受診者プレゼント

がんの部位別1位である大腸がんの早期発見のために検診を受けましょう。
 2019年度は下京区140周年を記念し、大腸がん検診を受診された区民の方に、「大腸についての情報が印字されたトイレットペーパー」をプレゼントします！ただし以下の窓口等で検査容器を提出された場合に限りです。

- ・区役所2階26番窓口 (5~11月の火・木曜の8:30~11:00に受付)
- ・学区の大腸がん集団検診会場

☎ 健康長寿推進課健康長寿推進担当 (☎371-7292)

〈国民健康保険、後期高齢者医療制度〉 ◆保険料の納付は口座振替が便利です

国保の口座振替の手続きには、対象金融機関のキャッシュカードで簡単に口座振替の申込手続きができる「ペイジー口座振替受付サービス」が便利です(後期高齢者医療制度は対象外です)。申込方法などはお問い合わせください。

☎ 保険年金課資格担当(☎371-7252)

◆保険料の徴収強化期間です

夜間等の取り組みを行い、保険料の徴収を進めていますので、この機会に納付相談や自主的な納付をお願いします。

☎ 保険年金課徴収推進担当(☎371-7253)

〈国民年金〉

◆学生納付特例制度

前年の所得がない・所得が基準以下などといった学生は、手続きのうえで保険料の納付が猶予されます。申請には学生証が必要です。在学中の大学などでも手続きができる場合があります。

☎ 保険年金課保険給付・年金担当(☎371-7254)

〈後期高齢者医療制度〉

◆2019年度後期高齢者医療の保険料

年金からの引き落としの方

① 2018年度に続いて引き落としの方
 2月と同額の保険料を4・6・8月の年金から仮徴収されます。正式な保険料は7月に通知します。

② 4月から新たに引き落としの方(通知書送付済)
 2018年度の保険料に基づいて決定した保険料が4・6・8月の年金から引き落とされます。

納付書による納付、口座振替の方

4~6月の納付はありません。正式な保険料は7月に通知します。
 ☎ 保険年金課資格担当(☎371-7252)

梅小路公園

〒600-8835 下京区観喜寺町56-3 ☎352-2500

※いずれも申込み不要

◆ウォーキング教室

日時 ①4月23日(火) ②5月14日(火)
 どちらも9:30~10:30(受付9:00~)

内容 ①かんたん体力測定
 ②京から始めるいきいき筋トレ

集合場所 芝生広場 野外ステージ
 費用 4~7月(全8回)通し券500円、1回のみ参加200円、同期間内2回目以降100円

◆梅小路プレイパーク~みんなで遊ぼう!~

日時 4月27日(土)、5月11日(土)
 どちらも10:00~15:00

場所 芝生広場 費用 無料

◆花とみどりの相談

日時 毎週水曜・土曜 10:00~12:00 13:00~16:00
 内容 草花や樹木の育て方など、「緑」についての様々な質問に専門家がご答えします。
 場所 緑の館2階 花とみどりの相談所ブース
 費用 無料

下京青少年活動センター

〒600-8202 下京区川端町13 ☎353-7750
 メール shimogyo@ys-kyoto.org

◆高校生年代限定!しもせい筋トレ部

~しもせいでトレーニングしませんか?~
 2020年3月末まで2,000円でトレーニングルームが使用できます!(時間帯指定あり)

日時 平日(水曜を除く)
 ※朝・昼・夜の時間帯を用意しています。
 対象 市内在住・通勤・通学の高校生年代の方
 費用 2,000円(2020年3月末まで有効)
 申込み 窓口で

下京図書館

〒600-8449 下京区新町通松原下る ☎351-8196
<https://www.2.kyotocitylib.jp/>

◆子ども読書の日記念お楽しみ会

※いずれも申込み不要、費用無料

日時・内容
 4月20日(土) 10:30~
 絵本の読み聞かせとマジックショー
 4月27日(土) 10:30~
 絵本の読み聞かせなど
 5月9日(木) 11:00~
 あかちゃん向け絵本の読み聞かせとふれあいあそびなど

◆テーマ別図書の展示と貸し出し

場所 特設コーナー
 5月 憲法月間・アウトドア“遊びに行こう!”

◆特別展示

場所 エレベーター前ホール
 5月 墨泉会「水墨・水彩」

移動図書館「こじか号」巡回 ☎801-4196

日時 5月13日(月) 10:00~10:40
 場所 西大路小学校

下京老人福祉センター

〒600-8166 下京区花屋町通室町西入 ☎341-1730

◆介護予防事業「笑いヨガ講座」

ひたすら笑うだけで効果絶大の健康法です。
 日時 5月8日(水) 13:30~14:30
 場所 センター集会室
 対象 市内在住の60歳以上の方
 申込み 不要 費用 無料
 持ち物 動きやすい服装、上靴、飲み物、タオル

下京区地域介護予防推進センター

☎361-1060 FAX 361-0901

◆口腔教室(全3回)

お口から健康について考えてみましょう。
 日時 ①5月18日(土) ②6月15日(土)
 ③7月20日(土)
 9:40~10:40または10:50~11:50
 場所 康生会クリニック5階(油小路通下魚ノ棚下る)
 対象 区内在住65歳以上の方
 内容 誤嚥性肺炎、口腔内乾燥、お口の体操など
 定員 10名(先着順) 費用 無料
 持ち物 筆記用具、飲み物、お薬手帳
 申込み 4月22日(月)~5月17日(金)に電話で

☎ 日本赤十字社京都府支部

© 2019