

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

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 9月12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 9月6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 8月26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

◆**胸部(結核・肺がん)検診、大腸がん検診**

日時	場所
9月10日(火)	洛友中学校
9月12日(木)	元有隣小学校
9月17日(火)	ひと・まち交流館 京都
9月18日(水)	下京中学校
9月25日(水)	元安寧小学校
9月26日(木)	京都市総合教育センター
9月30日(月)	光徳小学校

○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

○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3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

☎ 健康長寿推進課健康長寿推進担当

(☎371-7292)

◆**献血**

学区	日時	場所
大内	9月2日(月) 9:30~15:00	中央卸売市場 第一市場
淳風 郁文	9月3日(火) 10:00~12:00 13:00~16:00	元淳風小学校
尚徳	9月6日(金) 10:00~16:00	サン・クロレラ 本社
有隣	9月11日(水) 10:00~12:00 13:00~15:00	献血ルーム 京都駅前

☎ 健康長寿推進課地域支援担当(☎371-7214)

◆**現況届などの提出をお忘れなく**

手当や給付金を継続して受けるには、それぞ

れ指定された期限までに届出をしていただく必

要があります。届出を忘れると、8月分(児童

扶養手当は11月分)以降の手当が受けられなく

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 9月2日(月)	子どもはぐくみ室 子育て推進担当 (☎371-7218)
特別児童扶養手当	所得状況届 9月10日(火)	障害保健福祉課 障害難病支援担当 (☎371-7217)
特別障害者手当	現況届 9月10日(火)	
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		

〈国民健康保険〉

◆**限度額適用認定証の申請について**

入院などにより医療費が高額になると見込まれる場合は、限度額適用認定証を保険証と併せて医療機関などに提示すれば、毎月、1カ所の医療機関で支払う医療費は自己負担限度額までとなります(市民税非課税世帯の方は入院時の食事代も減額)。

保険証と印鑑を持参し、区役所3階34番窓口で申請してください。

注意事項 国民健康保険に加入している70歳未

満で保険料を滞納している方は、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の場合が

あります。

☎ 保険年金課保険給付・年金担当(☎371-7254)

〈国民年金〉

◆**年金生活者支援給付金について**

所得が一定以下の年金受給者に対して、12月

から「年金生活者支援給付金」が支給されます。

対象者には、9月に日本年金機構から請求書

(はがき)が送付されますので、必要事項を記入

し、日本年金機構宛てに郵送してください。

請求が遅れると受給できない月が生じるおそ

れがあるためご注意ください。

☎ 日本年金機構ねんきんダイヤル(☎0570-05-1165)

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 ①8月27日(火) ②9月3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 8~11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~みんなであそぼう!~**

日時 8月31日(土)、9月14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**

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お答えします。

日時 毎週水曜・土曜

10:00~12:00 13:00~16:00

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

◆**トレーニングを始めませんか?**

~しもせいで体力づくり!~

トレーニングルームを始めて使用される方

は、事前にガイダンスを受講ください。

日時 毎月第1・3・5木曜日の19:30~20:30

場所 センター内トレーニングルーム

定員 各10名(先着順)

費用 市内在住・通勤・通学の13~30歳までの方

は500円(それ以外の方は810円)

申込み 電話または窓口で

下京図書館

〒600-8449 下京区新町通松原下る ☎351-8196

https://www2.kyotocitylib.jp/

◆**クールスポット事業おたのしみ会**

※いずれも申込み不要、費用無料

日時・内容

8月24日(土) 10:30~

絵本の読みきかせなど

9月12日(木) 11:00~

あかちゃん向け絵本の読みきかせとふれあい

遊びなど

9月19日(木) 13:30~

大人のおたのしみ会「英語でおもてなし」

◆**テーマ別図書の展示と貸出**

場所 特設コーナー

9月 残したいもの・伝えたいもの

ICOM関連展示

9月1日(日)~16日(月・祝)

いのちほっとブック事業関連展示

9月18日(水)~30日(月)

認知症にやさしい本フェア

移動図書館「こじか号」巡回 ☎801-4196

日時 9月2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「椅子ピクス講座」**

椅子に座ってできるお手軽エクササイズです。

日時 9月4日(水) 10:00~11:30

場所 センター和室

対象 市内在住60歳以上の方

費用 無料 申込み 不要

持ち物 動きやすい服装、タオル、飲み物

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 ①8月24日(土) ②9月21日(土)

③10月19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 歯周病、口と疾患についてなど

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 8月23日(金)までに電話で

市民公開講座

「健康で自分らしく生きていくために」

~よく食べ、よく動き、いつまでもハツラツと~

医師や栄養士などの専門職の方に、「健康で

自分らしく生きていくために」をテーマにお話

いただきます。

日時 9月29日(日) 14:00~16:00(受付13:30~)

場所 メルパルク京都6階 会議場D(鞍馬)

定員 90名(先着順) 費用 無料

申込み 9月26日(木)までに電話で

☎ 京都市下京区・南区・東山区在宅医療・介護

連携支援センター(☎693-8677)

下京警察署からのお知らせ

~非行や犯罪被害を防止しよう!~

夏休みは開放的な気分から、子どもたちが深

夜に徘徊して非行に走ったり、インターネット

を利用した犯罪被害に遭うことが多くなります。

非行や犯罪被害を未然に防止するために、出

かける時は行き先や帰宅時間を確認したり、ス

マートフォンの使用にはフィルタリングを利用

し、家庭でルールを決めて有害環境から子ども

たちを守りましょう。

☎ 下京警察署(☎352-0110)