

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な場合があります。

☎ 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)