

お知らせ

区役所への郵便物は郵便番号(〒600-8588)を記載するだけで届きます(住所不要)

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

○印の日は、区役所の市民窓口課・保険年金課・福祉介護課の一部の業務を午後7時まで延長

下京区役所(区民部・福祉部・保健部)

〒600-8588 区民部 課351-4439
下京区西洞院通堀小路上る 福祉部 課351-8752
☎371-7101(代) 保健部 課351-9028

◆国民健康保険、長寿(後期高齢者)医療の保険料は必ず納期内に納めましょう

災害その他の特別な事情もなく保険料を滞納している世帯に対しては、負担の公平性を保つため、有効期限を短縮した保険証の交付、資格証明書(一旦医療費の全額をお支払いいただきます)の交付、給付の一時差止め、財産の差押えなどを行うことになります。
※納められない特別な事情のある方は、すぐに保険年金課までご相談ください。

☎ 保険年金課徴収推進担当(☎371-7253)

◆国民健康保険、長寿(後期高齢者)医療の保険料の納付には、口座振替をご利用ください

口座振替を申し込むと、各納期の保険料が指定された口座から自動的に引き落とされますので、納めに行く手間が省け、納め忘れの心配もなくなり、とても便利で安心です。

申込み 領収書及び納入通知書など国保記号番号(長寿医療の場合は被保険者番号と徴収番号)がわかるもの、預金通帳または貯金通帳、口座の届出印を持って、お取引のある金融機関またはゆうちょ銀行(郵便局)の窓口まで。

●本人名義以外の口座から引き落とすこともできます。

●年金から引き落としされている特別徴収の方は、金融機関への申込手続きと、区役所へ納付

方法変更の申し出が必要となります。(保険料を滞納されると特別徴収に戻ることがあります)

☎ 保険年金課資格担当(☎371-7252)

◆こんなときには国民年金の届出を

厚生年金や共済組合などの加入者(第2号被保険者)及び第2号被保険者に扶養されている配偶者(第3号被保険者)を除き、日本にお住まいの20歳以上60歳未満の方は、第1号被保険者として国民年金に加入することとなっています。

次の場合に該当された方で加入の届出がお済みでない方は、速急に届出をしてください。

○会社などを退職し、厚生年金や共済組合などの資格を喪失したとき

○第3号被保険者が、厚生年金や共済組合などの加入者の扶養からははずれたとき

※第3号被保険者に該当するときは、配偶者の勤務先を通じて社会保険事務所へ届出をしてください。

老齢基礎年金を受給するためには、保険料納付済期間や免除期間などを合わせて25年以上の期間が必要です。また、加入の届出をしていなかったり保険料を未納のままにしておくと、万一のときの障害基礎年金や遺族基礎年金が受給できないことがあります。なお、日本にお住まいの60歳以上65歳未満の方、海外にお住まいの20歳以上65歳未満の日本人の方は、希望すれば国民年金に任意加入することができます。

☎ 保険年金課保険給付・年金担当(☎371-7254)

保 健

◆麻しん・風しんの予防接種をお忘れなく

麻しん・風しんワクチンは、2回接種するこ

とで免疫を強固なものにします。平成19年に麻しんが大流行したことから、今年度からの5年間は、次の第3・4期も定期接種の対象に加えられています。

第1期 1歳児(1歳のお誕生プレゼントに)

第2期 小学校入学前年度(入学準備に)

第3期 中学1年生相当年齢

第4期 高校3年生相当年齢

特に麻しんは感染力が大変強く、症状も重い感染症です。感染を防ぎ、周りの人に広げないためにも、まだ接種されていない方は忘れずに3月31日までに受けてください。

☎ 健康づくり推進課成人保健・医療担当(☎371-7291)

◆春の旬野菜クッキング参加者募集

冬から春にかけておいしい野菜を使い、ヘルシーな昼食を作ります。体を温め、

パワーの出る旬野菜をたっぷり食べて、元気に春を迎えましょう。

日時 3月4日(水)

午前11時～午後1時

場所 下京保健所(下京区役所保健部)

対象 下京区在住の方

定員 24人(先着順)

費用 500円(調理材料費)

持ち物 エプロン、三角巾(スカーフなど)、手ふきタオル

申込み 2月25日(水)から電話にて受付

☎ 健康づくり推進課成人保健・医療担当(☎371-7291)



下京青少年活動センター(ユースサービス下京)

〒600-8871 ☎314-5636
下京区七本松通 ☎314-5640
七条上る一筋目西入 ☎shimosei@jade.dti.ne.jp

市内に在住または通勤・通学先のある方が対象。対象年齢などについては事業ごとにご覧ください。電話・FAX・Eメールで申込受付中。詳しくは、当センターにお問い合わせください。

◆ファミリープログラム「奪取!!」参加者募集

家族でチームを作り、

市バスの1日乗車券を

使って指定エリアに

移動し、隠された問題を

解いてまいります。移

動中、チームとチーム

が出会ったら対戦し、

ポイントを奪い合いま

す。

家族みんなで京都のまちをかけめぐろうノ

日時 3月15日(日)午前9時～午後4時

集合場所 下京青少年活動センター

対象 4歳～小学6年生の子どもとその家族

定員 100組約300人(先着順)

費用 1チーム(3～5人)500円(保険代を含む)
※市バス1日乗車券は各自購入。当日受付時にも購入いただけます。(大人500円、小児250円)

◆のあそびクラブ参加者募集

自然の中で思いっきり遊ぼう。花春で雪遊び



を予定しています。

日時 2月21日(土)午前9時30分

～22日(日)午後4時20分

行き先 花背山の家

対象 小学生 **定員** 15人(先着順)

費用 10,000円 **申込み** 受付中

◆ぶれいじむ参加者募集

小学生の遊び場として開放している体育室で、ボランティアスタッフと一緒に楽しく遊ぼう。

日時 2月28日(土)、3月14日(土)午後1時～3時

対象 小学生 **費用** 無料 **申込み** 不要

◆ほっちきsスポーツクラブ参加者募集

ダブルタッチに挑戦しよう。2本のロープを回す縄跳びです。

日時 3月7日(日)午前9時～午後4時

対象 小学生 **定員** 30人(先着順)

費用 1,500円(昼食費込み)

申込み 受付中

※以上の企画は、しもせいチャレンジキッズに登録が必要(登録料300円/3月末まで有効)

下京図書館

〒600-8449 下京区新町通松原下 ☎351-8196

◆お楽しみ会

日時 2月28日(土)午前11時～

内容 紙芝居、絵本の読み聞かせ

◆テーマ別図書と絵本の展示と貸出し

日時 2月28日(土)まで

図書・絵本のテーマ 「大きい字の本」

移動図書館「こじか号」巡回 ☎801-4196

日時 3月2日(月)午前10時～10時40分

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

市内に在住の60歳以上の方が対象。詳しくは、当センターへお問い合わせください。

◆平成21年度「教養教室」の受講生を募集

当センターの教室は、生きがいづくりと友達づくりの応援を目的としています。

教室名と日時

①カラオケ教室 第1・3月曜日 午前

②いけばな教室 第1・3火曜日 午前

③京てまり教室 第1・3火曜日 午前

④大正琴教室 第2・4火曜日 午前

⑤卓球教室 第2・4火曜日 午前

⑥囲碁教室 第1・3木曜日 午前

⑦フラダンス教室 第1・3金曜日 午前

⑧書道教室 第1・3金曜日 午後

⑨民謡教室 第2・4金曜日 午後

期間 4月から1年間

費用 無料(ただし、教材費は

実費負担)

申込み 2月16日(月)～28日

(土)に当センターへの来所の

みの受付

その他 申込み多数の場合は抽

選、結果は3月11日(水)発表

