



西京極で京都サンガF.C.を応援しよう!

8月7日(土)は下京区民デー

~100組400名様をご招待&当日チケットをご優待~

8月7日(土)、
アルビレックス新潟戦
キックオフ 午後6時
場所 西京極総合運動公園
陸上競技場兼球技場



パーサクくん・コトノちゃん

*当日は、スタジアム前の交流エリアに下京区のPRスペースを設置します。ぜひ、お立ち寄りください。

【ご招待内容】

下京区民の皆様の日ごろの熱いご声援に感謝して、抽選で100組400名様を無料でご招待します(多数抽選)。

席種 ホームAまたはB自由席

対象 下京区にお住まいまたはお勤めの方

応募要領 往復はがきの往信用裏面に、住所、代表者名(ふりがな)、電話番号、希望人数と、返信用表面に、郵便番号、住所、氏名をお書きのうえお送りください。

送り先 〒610-0102城陽市久世

上大谷89-1 京都サンガF.C. 下京区民デー招待係

締切日 7月16日(金) 必着

【ご優待内容】

試合当日に4ゲート付近のチケットセンターで今号もしくは下京区内に居住または勤務していることを証明するもの(運転免許証・社員証など)をご提示いただくと、前売価格で当日入場券をご購入いただけます。(当日券販売のある席種に限る)

〒京都サンガF.C.営業企画部 ☎0774-55-7603

●視座その1●
持たない幸せ
資源には限りがあります。必要
な分だけ使う・食べる、「ものを
大切に、長く使う」、公共交通など
をうまく使う。

●視座その2●
「私」を楽しくむ
「エコ」を楽しくむ
「エコ」を楽しくむみませんか?
「古着でファッションを楽しむ」
「自転車でもちを移動する」など、
生活の中で自分らしさを表現する
いかがですか? 「これなら私も
やっている」、「私はこう思う」な
ど、多数のご意見や体験談のご
募をお待ちしています。頂いたご
意見などはこのコーナーで紹介さ
せていただきます(個人情報掲載
は致しません。また、御応募頂
いた方の中から抽選で10名の方に
間伐材を使った環境にやさしいポ
ールベンをお送りします。

*1 ロハス(LOHAS)とは、Lifestyles of Health and Sustainabilityの頭文字をとった略語で健康と環境、持続可能な社会生活を心がけるライフスタイルのこと。
*2 「環境にやさしいライフスタイルの創造へ 京都からの提言」は <http://www.city.kyoto.lg.jp/kankyo/page/0000082377.html> でご覧いただけます。

シリーズ

ロハス

※1

環境にやさしい
ライフスタイル
への転換

青少年福祉体験事業
ユースアクション
2010参加者募集

ボランティア活動は、いつ
でも、どこでも、誰もが気軽
に取り組めるものです。下京
区社会福祉協議会では、夏休
み期間を利用して、中学生・
高校生を対象に、さまざまな
人たちの出会いと活動の場
の中で、ボランティア活動や福
祉について理解を深め、社会
を目的に「ユースアクション
2010」を開催します。
この夏、新しい自分を発見
しませんか!

活動期間 7月22日(木)~



区役所内を新しい
案内板がご案内し
ます

下京区役所では、この度新
たな案内表示板を庁舎に設置
しました。これは区役所職員
による「市民サービス向上等
活動」の一環として、7月21日(水)が事前研修、
8月17日(火)に事後研修を
行います。

活動内容 児童福祉体験コー
ス、高齢者福祉体験コー
ス、障害者福祉体験コー
ス、市民
活動体験コースの中から選択
(2コースの体験が可能)

対象 原則として下京区にお
住まいまたは通学する中学生、
高校生及び同年齢の青少年
定員 30名

申込期間 7月7日(水)まで
申込方法など詳しくは、
下京区社会福祉協議会まで☎
361・1881

国民健康保険からのお知らせ

平成22年度分の国民健康保険料納付通知書を、
今月中旬にお送りします。

現在、保険料を納付するに
あたって、納付書に
保険料納付通知書に口座振替
の申込書を添付しています。
便利な口座振替をご利用
ください。

特別徴収(年金からの引き
落とし)による納付の方で口
座振替への変更をご希望の場
合は、金融機関に口座振替を
申し込みのうえ、保険年金課
にお申し出ください。

なお、保険料の納付が困難
な事情があるときは、減額が



ご利用ください。

がん検診



後期高齢者医療制度からのお知らせ

新しい保険証をお送りします

7月までに新しい保険証
をお届けします。

検診チームにおいて意見を
出し合って作成したもので、
わかりやすい色や大きな字を
使って表示しています。区で
は、今後とも市民サービスの
向上努めてまいります。

☎ 総務課 ☎371・7163

かやが
すこ
らい
がんで死なない
ために

♪負けないで、もう少し最
後まで走り抜けて... ZAR
Dの坂井泉水さんの「負けな
い」のサビの一部です。甲
子園の行進曲にもなったので
ご存じの方も多いと思います。
しかし坂井さんは子宮頸がん
の闘病の末、3年前、40歳の
若さで亡くなりました。

日本のがんによる死亡者は
年30万人を超え、死亡原因の
第1位です。ただ、医学の進
歩により、早期発見、早期治
療をすれば治る病となってい
きました。がん検診は、がんの
死亡者を減少させることがで
きる確実な方法です。

とはいえ、がん検診の受診
率はまだまだ低いのが実情で
す。欧米諸国では70%以上は20

少なくありませんのでご注意く
ださい。

☎ 保険年金課資格担当 ☎
371・7252

なご、古い保険証の有効期
限は7月31日までです。8月
1日以降に新しい保険証を提
示せず受診した場合は、いっ
たん、医療機関などの窓口で
医療費の全額をお支払いいた
だかなければならないことが
あります。

☎ 保険年金課資格担当 ☎
371・7252

がん検診に
関心を持ち、定
期的に健診を受けましょう。
そして予防しましょう。

下京西部医師会
岡林医院 岡林秀興



がん検診に
関心を持ち、定
期的に健診を受けましょう。
そして予防しましょう。

下京西部医師会
岡林医院 岡林秀興