

情報掲示板

福祉

京北地域にお住まいの方は京北出張所 福祉担当 ☎852-1815へお問い合わせください。

国民健康保険からのお知らせ

国民健康保険(国保)加入の届出は14日以内に

職場の健康保険などの被保険者の方とその被扶養者、生活保護を受けている方および後期高齢者医療の被保険者の方以外は、すべての方が国保に加入しなければいけません。

次の事由に該当したときは、14日以内に保険年金課へ国保加入の届出をしてください。届出に必要な書類は事由により異なりますので、お問合せください。

- ① 他の市町村から転入したとき。
- ② 退職などで、職場の健康保険や国保組合をやめたとき。
- ③ 生活保護を受けなくなったとき。
- ④ 国保加入者に子供が生まれたとき。

加入の届出が遅れても、保険料は上記の①～④に該当した月の分までさかのぼって(最長2年)納付いただくこととなります。また、その間の医療費等は届出が遅れたことにつきやむを得ない理由があると認める場合を除き、全額自己負担となります。

10月から保険料の特別徴収が開始される方へ

世帯の国保被保険者全員が65歳以上であるなど、一定の条件に当てはまる場合、10月から特別徴収(年金からの引落とし)により納付いただくこととなります。

対象となる方には、7月に特別徴収の開始通知をお送りしています。

口座振替により今後の保険料を納付いただける方は、保険年金課へ口座振替の申込みと併せて納付方法の変更をお申し出ください。お申し出後、3～4カ月後に特別徴収が停止されます。

☎保険年金課資格担当 ☎861-2032

保健

胸部(結核・肺がん)検診、大腸がん検診

時・所 ①9月18日(金)・広沢小学校、②9月28日(月)・高雄小学校、③9月30日(水)・水尾小学校、④9月30日(水)・宕陰小中学校、⑤10月5日(月)・嵯峨野小学校、⑥10月8日(木)・葛野小学校
①②⑤⑥は14時～15時30分受付、③は10時30分～11時受付、④は13時30分～14時30分受付
※無地の肌着・Tシャツ1枚であれば着たまま胸部X線撮影可。混雑緩和のため、簡易な服装でお越しください。

健康づくり推進課 成人保健・医療担当 ☎861-2177

献血にご協力ください。

日時	場所
10/20(火) 10:00～12:00、 13:00～15:00	太秦自治会館

健康づくり推進課 管理担当 ☎861-2176

乳幼児歯科相談

お子さんのお口の健康で心配なことがある方は、ぜひご相談ください。



時 10月13日(火)、12月8日(火)

8時45分～10時受付

所 サンサ右京2階 保健センター

内 歯科医師・歯科衛生士による歯科健診・歯科保健指導

定 10名(先着順)

対 0歳～小学校就学前のお子さん

料 無料

申 前日までに電話または窓口へ

＜予約制＞

要 母子健康手帳、歯ブラシ

☎健康づくり推進課 母子・精神保健担当 ☎861-2179

ゆっくり子育て知恵袋

子育てについていろいろ話してみませんか。

時 10月19日(月)10時～11時20分頃

所 サンサ右京5階大会議室1

内 グループ交流、子育てワンポイントアドバイス、ふれあいあそびなど

定 なし

対 0・1歳児と保護者

料 無料

申 不要

要 お茶、靴袋

※お車でのご来場はご遠慮ください。

☎壬生保育所 ☎801-5083

☎弓削保育所 ☎854-0150

文化

右京中央図書館

特集コーナー

9月「考えるということ」「京の戦争と災害」

10月「服の本」「琳派400年」

☎右京中央図書館 ☎871-5336

移動図書館 こじか号



9/26(土)10:30～12:00 京北合同庁舎前

10/1(木)13:00～13:50 高雄小学校

10/5(月)11:00～11:40 西京極小学校

10/5(月)13:00～13:40 葛野小学校

10/7(水)13:10～13:40 嵯峨小学校

10/9(金)10:10～10:40 宕陰小・中学校

10/9(金)10:50～11:20 愛宕ゆうこうの郷

☎移動図書館 ☎801-4196

うきよう健康かわら版

右京区では、区民の皆さまに主体的に健康づくりに取り組んでいただけるよう、8月27日(木)に「健康長寿のまち右京推進プロジェクト(PT)」を立ち上げました。このコーナーでは、皆さまの健康づくりのヒントを発信していきます。

LET'S!
7つのロコモチェック!! あなたは大丈夫?

ロコモティブシンドローム(ロコモ※)になる前にチェックしてみましょう。1つでも当てはまった方は、ロコモの心配があります。生活に運動を取り入れるこまめに動くなど、毎日今より10分多く身体を動かしてみよう。

※骨や筋肉、神経などの運動器が衰えて移動機能の低下をきたしている状態をいいます。進行すると介護が必要になるリスクが高くなります。

☎健康づくり推進課 成人保健・医療担当 ☎861-2177

- ① 家の中でつまずいたり滑ったりする
- ② 階段を上がるのに手すりが必要である
- ③ 15分くらい続けて歩くことができない
- ④ 横断歩道を青信号で渡りきれない
- ⑤ 片足立ちで靴下がはけなくなった
- ⑥ 2kg程度の買い物をして持ち帰るのが困難である
- ⑦ 家の中のやや重い仕事が困難である

出典 日本整形外科学会

右京のステキ、おもしろ人を大募集!

右京コミュニティTV「右京じかんチャンネル」

区民が主役となって右京の魅力を紹介する「右京コミュニティTV」。今年度から右京に住む人、働く人、訪れる人の小さな愛読書『右京じかん』との共同企画で、右京のステキ、おもしろ人などを動画で楽しく紹介します!

自薦他薦は問いませんので、もっと知ってほしい地域の魅力をご紹介します。

募集内容 魅力的なおもしろい人、あまり知られていない素敵な場所など

募集期間 9月15日(火)～10月30日(金)

採択数 選定のうえ5件程度取材する予定

応募方法など詳しくは、右京コミュニティTVのサイト <http://uctv.kyoto-city.jp> をご覧ください。か、右京コミュニティ運営委員会事務局(☎882-33009)にお問い合わせください。

☎地域力推進室 総務・防災担当 ☎861-1784

クロス アップ社協

今年も「やさしい手話入門講座」開催します

「子どもが泣いているのがわからなくて、子育ても苦労しました」など聴覚に障がいのある方が、地域で日常生活を送るうえで体験談をお話されます。健常者がちょっとした気づかい、見守りをすることで、見た目にはわかりづらい障がいのある方も安心して暮らせるまちづくりを目指し、「やさしい手話入門講座」を開催します。

手話は難しそう...? 大丈夫です。手話の楽しさを体感してもらうために、歌やゲーム、実技を通して学ぶ2回連続講座です。初めの方、大歓迎です。皆さまのご参加をお待ちしております。

時 ①10月7日(水) ②10月14日(水)いずれも9時30分～11時30分

所 サンサ右京5階会議室(定40名(先着順))

申 9月25日までに☎へ

☎右京区社会福祉協議会 ☎865-8567 FAX 865-8569

交通事故防止(特に、反射材用品等の着用の推進および自転車前照灯の点灯の徹底) ○後部座席を含めた全席の座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底 ○飲酒運転の根絶

ご協力をお願いします。

☎地域力推進室 まちづくり推進担当 ☎861-1264

右京から発進!!

右京警察署