

### 情報掲示板

文字の見方  
 ①=日時 ②=対象 ③=費用 ④=申し込み方法  
 ⑤=場所 ⑥=定員 ⑦=必要なもの ⑧=問い合わせ先

### 福祉

**各種手当の届の提出をお忘れなく**  
 以下の手当を受けておられる方は、提出期限までに、問い合わせ先に届を提出してください。提出が無いと、8月分以降の手当を受けられなくなります。

手当の名称	提出する届	提出期限
1 児童扶養手当	現況届	8月31日(月)
2 特別児童扶養手当	所得状況届	
3 特別障害者手当 ・障害児福祉手当 ・外国籍市民重度障害者特別給付金	現況届	9月10日(木)

①1の手当/区支援課支援第一担当(☎592-3247)  
 2・3の手当/区支援課支援第二担当(☎592-3243)  
**戦没者等の遺族に対する特別慰金の支給**  
 平成27年4月1日時点で、公務扶助料や遺族年金等を受ける方がいない場合、戦没者等の遺族1人に額面25万円(5年償還)の国債を支給します。  
 ※戦没者等との続柄等により優先順位有。  
 区福祉介護課福祉担当(☎592-3214)

### 保険・年金

**入院や外来受診により高額な自己負担額が見込める方へ**  
 入院や外来受診により、高額な自己負担額が見込まれる場合、「限度額適用認定証」を交付します。認定証を保険証と併せて提示することで、次の①、②の措置が受けられる場合があります。  
 ①医療費の支払いが世帯の自己負担限度額までに  
 ②入院時の食事代が減額(市民税非課税世帯の方

に限る) 交付には、問い合わせ先での事前申請が必要です。問い合わせ先にお問い合わせください。  
 ※70歳以上で市民税課税世帯の方は、医療費の支払いが世帯の自己負担額を超えないため認定証の交付申請は不要。  
 区保険年金課保険給付・年金担当(☎592-3109)

### お知らせ

**豚肉や豚レバーを生で食べないで!**  
 6月1日から法律で、豚肉やレバーなど豚の内臓肉を生食用として販売したり、飲食店で提供することが禁止されました。  
 豚肉や豚レバーを生で食べると、E型肝炎ウイルスに感染し重い肝障害を起こすことがあります。また、食中毒や寄生虫への感染事例もあり、大変危険です。  
 家庭でも、豚肉を調理する際は、十分に加熱(※)しましょう。  
 (※) 中心温度63℃で30分以上、または75℃で1分間以上の加熱をしてください。肉の中心部の色が白っぽく変化するのがひとつの目安です。  
 区保健センター衛生課(☎592-3489)

### 相談

**無料法律相談**  
 毎週水曜日(閉庁日を除く)。13:15～15:45(受付終了15:15)。区第2会議室。15名。当日8:30から整理券配布。先着順。  
 区まちづくり推進担当(☎592-3088)  
**無料行政相談**  
 9月10日(木)13:30～16:00。区第2会議室。  
 区まちづくり推進担当(☎592-3088)  
**行政書士の市民困りごと無料相談**  
 9月15日(火)14:00～16:00。  
 区第2会議室。  
 京都市行政書士会第6支部事務局(☎583-3230)

### イベント・講座

お問い合わせは各施設まで

#### 山科図書館(☎581-0503)

**お楽しみ会(絵本の読み聞かせ・エブロンシアター「三びきのやぎのがらがらどん」)**  
 8月22日(土)11:00～  
**よんでよんで赤ちゃんの会 赤ちゃん絵本の読み聞かせ**  
 9月7日(月)11:00～  
**テーマ図書の展示と貸出**  
 9月は、一般書「健康」・「ダイエット」、絵本「おじいさん・おばあさん」、特別展示(9月10日(木)～23日(水・祝))「いのちの大切さに気づく本」

#### 移動図書館(☎801-4196)

**「じか号」巡回**  
 8月26日(水)  
 10:00～10:40 大塚小 11:00～11:40 大宅小  
 8月31日(月)  
 10:00～10:50 西野山分譲集会所前  
 11:10～11:40 山階南小 13:00～13:40 園小  
**山科中央老人福祉センター(☎501-0242)**  
**マンドリンコンサート**  
 暑い夏のひと時を、区内の人気グループ「ルーチェ・ソアレ」によるさわやかなマンドリンの音色とともに過ごしませんか? 8月29日(土)13:30～15:00。当センター。無料。不要。

#### アヴェマリア幼稚園(☎592-6404)

#### 地域子育て支援事業

#### ひよこグループ「木のおもちゃで遊ぼう」

8月24日(月)14:00～15:30。200円。1歳～未就園児親子。8月20日(木)までに、当園に連絡。  
**東部文化会館(☎502-1012)**  
**みんなで遊ぼう! 親子でコンサート**  
 歌、ダンス、紙芝居の披露など、幼児を対象とした親子で楽しめるコンサート。9月12日(土)11:00～11:45(10:30開場)。当文化会館創造活動室(全席自由)。前売500円、当日600円(3歳未満無料)。当会館窓口で前売チケット発売中。

### 山科まちなみづくり活動を区が支援

山科ならではの地域力を活かしたまちづくり活動や取組に補助金を交付する「山科まちなみ支援事業」第2次採択事業を募集しています。

交付対象  
 地域団体、NPO法人グループ、大学等が区内で実施するまちづくり活動や取組

応募方法  
 8月31日(月)必着までに、区役所等で配布の「山科まちなみ支援事業交付申請書」(区役所ホームページからも入手可)に必要事項を記入し、応募先に持参または送付。

※詳細は区役所ホームページまたはお問い合わせ先にお問い合わせください。

対象	交付内容
個人	総事業費10万円以上 補助限度額、30万円
団体等	総事業費10万円以下 補助限度額、10万円
地域	①とも交付率・1年目3/4 ②とも交付率・1年目1/4
大学	補助限度額・30万円 交付率・10/10以内

区総務・防災担当(☎592-3066) 千607-8511 住所記入不要

### 山科まちづくりサポート講座 受講料無料

①仲間集め編  
 日時 8月29日(土)午前10時～12時  
 「ボランティアコーディネーション力を高めよう! 青少年世代を仲間にしちゃおう!」

内容/若者を仲間にしてあなたのまちづくり活動をもっと元気にする秘訣を学びます。  
 会場/京都市生涯学習総合センター山科(アスニー山科)  
 定員/70名  
 講師/竹田純子氏(龍谷大学ボランティア・NPO活動センター ボランティアコーディネーター)

●申し込み方法/①希望する講座名、②氏名、③住所、④電話番号、⑤メールアドレス、⑥相談会希望の有無(当日申し込み可)等を明記のうえ、申し込み先へ。  
 ●申し込み・問い合わせ先/区総務・防災担当(☎592-3066) FAX502-1639 千607-8511 住所記入不要

### 山科区エコアクションNo.1宣言2015環境イベント 「エコを学んで、ええ子になろう」

山科区では、市内で最も環境に配慮した行政区を目指す「山科区エコアクションNo.1宣言」事業を実施します。一人ひとりが環境について考え、できることから行動する「エコアクション」を起こせるよう、バザールやゲームを通してエコを学び、みんなでええ子(エコ)になろう!

日時 9月12日(土) 午前10時～午後3時  
 場所 区役所2階大会議室 他  
 ※小さなお子さんは、保護者の方と一緒にお願いします。

地産地消のスズメ! 「旬野菜」「地産地消」の紹介  
 山科区の旬野菜はおいしくて、環境にもやさしい! 地元野菜の販売; 午前10時～、午後1時～(売切れ次第終了します)

おもちゃをリユース かえっこバザール  
 エコクイズ、エコゲーム、ミスト体験コーナーなどバザールです。

楽しみながらエコを学ぼう  
 エコクイズ、エコゲーム、ミスト体験コーナー

※同時開催  
**「山科おやじフェスタ」**  
 楽しいステージや工作体験、模擬店コーナーもあるよ!  
 (主催:山科おやじの会連絡会)

お問い合わせ先/市民ぐるみ運動山科区推進本部事務局 区まちづくり推進担当(☎592-3088)

### 生活習慣を見直そう!

#### 減塩チャレンジ

はじめよう! 減塩生活

高血圧・糖尿病などの生活習慣病は、腎臓の機能と密接に関係しています。中でも、塩分の過剰摂取は、慢性腎臓病(CKD)※や、高血圧の原因の一つです。医師による講話や、定期的な尿中塩分量の測定を通じ、減塩を心がける食生活の改善を目指しませんか。(※)慢性腎臓病(CKD)・・・腎障害や腎臓の機能低下が続く状態のこと。

●開催日時・場所・内容

開催日	時間	場所	内容
9月30日(水)	午後1時30分～3時	区役所2階 栄養室	・説明会 ・医師による講話
10月7日(水)	午前9時～10時30分	区保健センター ②番部屋	・尿中塩分量測定
10月14日(水)			・グループワーク
10月21日(水)			(10月7日・12月16日は尿タンパク、クレアチニン測定も実施)
10月28日(水)			
11月18日(水)			
12月16日(水)			

●対象/すべての回に参加できる区内在住で18歳以上の方  
 ●定員/20名(先着順)  
 ●費用/無料  
 ●持ち物/お薬手帳等、服薬中の薬名が分かるもの(服薬中の方のみ)  
 ●申し込み方法/9月16日(水)から申し込み先に電話または来所

#### たかが血圧されど血圧!! 高血圧を見直そう!

普段の生活をちょっと見直すことで、血圧は改善することができます。生活習慣を見直し、血圧高めの生活に「サヨナラ」しませんか?

●日時/9月16日(水)午前10時～11時30分  
 ●場所/区役所2階大会議室  
 ●内容/栄養士・保健師による講話「高血圧を見直そう!」など  
 ●対象/18歳以上の区内在住または通勤・通学している方  
 ●定員/30名(先着順) ●費用/無料  
 ●申し込み方法/9月2日(水)から申し込み先に電話または来所

申し込み・問い合わせ先/区保健センター成人保健・医療担当(☎592-3477)

### 京都市の福祉医療制度

市内にお住まいで健康保険に加入している方を対象に、自己負担額を助成する福祉医療制度を設けています。制度の適用には申請が必要です。申請の際に必要なもの等、詳細は京都市ホームページまたは、問い合わせ先にお問い合わせください。

制度名	対象
1 ひとり親家庭等医療	次のいずれかに該当する方(所得制限あり) ① 生計を一にする父または母のない児童(18歳到達後最初の3月31日まで) ② ①の児童と生計を一にする母または父 ③ 両親のいない児童と、その児童を扶養する20歳未満の方など
2 老人医療	65歳以上70歳未満で、次のいずれかに該当する方(昭和25年8月2日以降にお生まれの方は①の世帯に限る) ① 所得税非課税世帯 ② 所得が基準額以下で、寝たきりや一人暮らし、または同居者が親族のみで全員が60歳以上等
3 重度心身障害者医療	次のいずれかに該当する方(所得制限あり) ① 身体障害者手帳1級または2級を所持 ② 知能指数(IQ)が35以下 ③ 身体障害者手帳3級を持ち知能指数(IQ)が50以下
4 重度障害老人健康管理費	後期高齢者医療の被保険者で、「3重度心身障害者医療」の①～③のいずれかに該当する方
5 子ども医療	0歳から小学校6年生までの方(12歳到達後、最初の3月31日まで) 9月1日から、0歳から中学3年生まで(15歳到達後最初の3月31日まで)に対象範囲が拡大!

●申請・問い合わせ先/1～3: 区福祉介護課福祉医療担当(☎592-3218)  
 4: 区保険年金課保険給付・年金担当(☎592-3109)  
 5: 市地域福祉課・児童家庭課合同分室(☎251-1123)

### 山科の四季 第2回夏

山科の「お地藏さん」

町内安全や子どもの健全な育成を願う伝統行事地蔵盆。区内においても数多くの区民の参加のもと地蔵盆が行われています。第2回は夏の風物詩地蔵盆で祀られるお地藏さんの歴史や特徴について、ふるごころの良さを活かしたまちづくりを進める会事務局長の浅井定雄さんにお聞きしました。

「お地藏さんとは」  
 仏教的には釈迦が亡くなって弥勒菩薩が現れるまでの56億7千万年の無仏の間人々を救済する菩薩である「地蔵菩薩を意味します。一般的には「地蔵菩薩以外の大日如来、阿彌陀如来などの石仏もお地藏さんと呼ばれることがあります。一「お地藏さん大國山科」我々ふるごころの会の調査によると山科区内にはお地藏さん2,558体存在しており、これは他区と比較しても数が多いと思われます。一「山科のお地藏さん」の特徴一「二目は祀られている場所です。市内中心部のお地藏さんが町内ごとにと祀られているのに対し、区内ではそれに加え個人の家や田畑でも祀られています。他の農村地域でも見られる特徴で、山や田畑から出てきたお地藏さんを土地の持ち主が自宅に持ち帰り祀ったり、山や田畑でそのまま祀ったこと由来しています。その他に、住宅開発等により祀る場所が無くなり、お寺などに預けられ、地蔵盆の時期だけ元の地域に帰るお地藏さんがあるのも特徴の一つです。以上のように、山科の地蔵さんは山科の歴史や地域の特徴を反映している存在でもあると言えます。

「この夏あなたの地域の地蔵盆で祀られているお地藏さんに関心するのを見てみてはいかがですか?」

●問い合わせ先/区総務・防災担当(☎3066)

### 健康診査を受けましょう

定期的な健康診査で健康な体を保ちましょう。

**青年期健康診査**  
 ●対象/18歳～39歳で、検査日・結果説明日の2回ともに受診できる方(会社などで同様の診査が受診可能な方を除く)  
 ●内容/検査日: 問診、身体・血圧測定、尿検査、血液検査、診察  
 結果説明日: 健診結果説明、栄養指導  
 ●日時/毎月第2・4金曜日 午前9時～10時30分  
 ●費用/500円(免除制度あり)  
**骨粗しょう症予防健康診査**  
 ●対象者/18歳～70歳で、検査日・結果説明日の2回ともに受診できる方(妊娠および妊娠の可能性のある方を除く)  
 ●内容/検査日: 問診、身体計測、骨塩定量検査(X線による第2中手骨の直接撮影)  
 結果説明日: 健診結果説明、栄養指導・保健指導  
 ●日時/毎月第2・4金曜日 午前9時～10時30分  
 ●費用/1,000円(免除制度あり)  
 ●予約方法/予約先に電話または来所(面診査とも予約必須)  
 ●予約・問い合わせ先/区保健センター成人保健・医療担当(☎592-3477)

### 京都市ふるさと納税寄付金

だいすきっ! 京都。寄付金

皆さんの思いを、ぜひ山科区へ!

山科区では、寄付金を平成28年度を迎える山科区制40周年を記念する事業に活用させていただきます。寄付の際は、ぜひ「地域振興「山科区」」をご指定ください。  
 ●申し込み・問い合わせ先/区総務・防災担当(☎592-3066)

浅井さんおすすめの「お地藏さん」  
 鏡山学区の「北花山中道町地蔵」

市政情報総合案内コールセンター  
**京都5つでもコール**  
 受付時間 午前8時～午後8時(年中無休)  
 ☎075-953-1111 FAX ☎075-953-1111  
 おかけ直しセンター ☎075-953-1111  
 電子メール ホームページから  
**京都5つでもコール** 検索

山科区版

山科区版

山科区版