

市民しんぶん 山科区版(拡大版)

やましな

6/15



今月号の題字は
若林 季織重さん
(音羽川学区)
の作品です!

山科区役所ホームページアドレス

<http://www.city.kyoto.lg.jp/yamasina/>

編集・発行 京都市山科区役所地域力推進室
〒607-8511 山科区栴辻池尻町14-2
電話592-3050・FAX502-1639
京都市印刷物第311091号

【目次】

水害・土砂災害から命を守る避難行動 あなたはいつ？どこに？.....	3
山科区初夏のイベント	4
熱中症に注意してください!!!	5
第69回「社会を明るくする運動」山科区大会 ～犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域の力～	6
食育セミナー 減塩クッキング	6
笑顔とお花が区役所に	7
情報掲示板	8
京都いつでもコール	15
乳がん巡回検診	15
がん検診のお知らせ	16
街頭防犯カメラ設置助成	17
運転免許の自主返納について ～高齢ドライバーの交通事故防止～	17
第43回山科区民ソフトボール大会	18
連載区民活動きずなりレー	18

○ 水害・土砂災害から命を守る避難行動 あなたはいつ？ どこに？

台風・大雨の情報には十分注意し、災害に備え、
早めの避難を心掛けましょう。

京都市長 門川大作



雨の多い季節になりました。台風・大雨の際に発生する水害・土砂災害時の避難は、お住まいの建物の種類、浸水の深さ、避難情報発令の時間帯で一人一人変わります。

「避難」＝「避難場所へ行くこと」だけではありません！

避難勧告等の避難情報が発令されると、指定緊急避難場所（小学校等）が開設されますが、夜間や悪天候の中の避難は危険です。

立退き避難が必要な方は、日中の明るい間に避難するために、安全な地域・建物にお住まいのご親戚やお友達などと、日頃から避難場所や避難方法について相談しておきましょう！

立退き避難（自宅から離れる）が必要な場合

- 1 川のそば等で、予想される浸水深より上方に逃げるところがない場合
- 2 土砂災害警戒区域内にお住まいで、土砂災害警戒情報が発令された時

情報収集し、
外が明るい間に
避難しましょう！



夜間や悪天候の時には、無理に避難場所に行こうとせず、自宅の2階等の屋内の出来る限り高いところに避難しましょう。

注意報が出たら、まずは情報収集し、警報が出たら、避難の準備をしましょう。

問合せ 区総務・防災担当（電話592-3066）



「やましなプラス+」ダウンロード(無料)、iTunes AppStoreまたはGooglePlayで「やましなプラス」と検索するか、下記QRコードからアプリをダウンロード(無料)



AppStore



GooglePlay

○ 山科区初夏のイベント

京都橘大学 七夕陶灯路

本年で11回目を迎える、京都橘大学が送る夏の風物詩、「七夕陶灯路」。山科の伝統工芸品である清水焼陶器や切子のグラスなどにろうそくを浮かべ、優しい灯りで今年のテーマである「魔法」のような幻想的な空間を演出します。大学の各サークルによる音楽演奏なども予定しています。

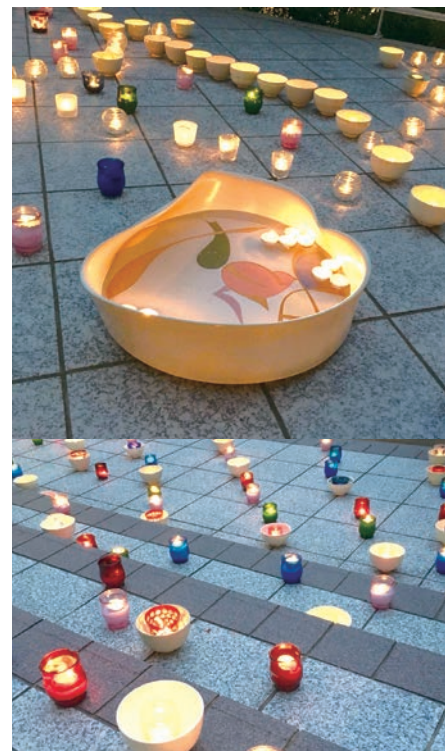
夏の暑さを忘れる素敵なひと時をお楽しみください。

日時 7月5日(金) 午後6時半～8時
(雨天延期 7月8日(月))

場所 京都橘大学(大宅山田町34)

費用 無料

問合せ 京都橘大学 学務第2課(電話574-4192)



山科区農業祭

山科区の農家が丹精込めて育てた安心・安全な農産物を多数出品・展示し、販売します。

日時 6月29日(土)午前10時～午後3時
※台風など悪天候の場合は中止

内容 山科区で生産された農産物の持寄り品評会及び出品物の展示・即売、農業啓発コーナーの設置

場所 山科区総合庁舎前広場

問合せ 東部農業振興センター(電話641-4340)



○ 熱中症に注意してください!!!

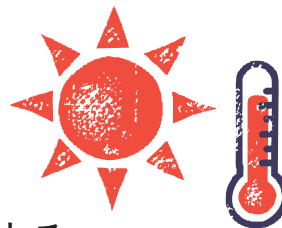
近年、猛暑が続き熱中症の発生が増加しています。熱中症は適切な予防方法を知っていれば防ぐことができます。

今年度、山科区では「やましな熱中症ゼロ大作戦」と題し、関係機関と連携した熱中症予防の正しい知識の普及啓発に取り組んでいきます。

予防方法を知り、暑い季節を安全に過ごしましょう。

熱中症は予防が大切

- こまめに水分補給をする。
- 食事・休養・睡眠を十分にとる。
- 外出時には、帽子・日傘等を使用する。
- エアコン・扇風機を活用する。



熱中症の約5割が室内で発生しています。
注意しましょう!

○ 第69回「社会を明るくする運動」山科区大会 ～犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域の力～

法務省主唱の「社会を明るくする運動」は、今年で69回目を迎え、「更生保護の日」である7月1日から1ヶ月間を強調月間として、様々な活動が行われます。

区内では、山科区大会が開催され、小中高の生徒による作文発表、ボランティア団体「京都中央地区BBS会」の発表や小中学校による演奏などが行われます。館内では区内の小学校、総合支援学校から寄せられた絵画や書の展示も行われます。

日時 7月14日(日)午後1時～

会場 東部文化会館

費用 無料

内容 一部：式典

二部：作文発表(山階小学校、西野小学校、山階南小学校、安朱小学校、山科中学校、勸修中学校、音羽中学校、花山中学校、大宅中学校、安祥寺中学校、洛東高等学校)

発表『私たちにできること』(京都中央地区BBS会)

上映：鉄拳さんのパラパラ漫画『社会を明るくする運動』

合唱：音羽川小学校3年生のみなさん

演奏：大宅中学校吹奏楽部

京の社明君



問合せ 『社会を明るくする運動』山科区実行委員会(電話595-1221)

○ 食育セミナー 減塩クッキング

『なぜ減塩が必要なの?』『お医者さんから減塩を勧められたけどどうしたらいい?』そんな疑問や悩みはありませんか? 普段の食事の味付けをただ薄味にするのではなく、“薄味でも美味しい!!”ポイントを学んでみましょう!

日時 7月26日(金)午前10時～午後1時

場所 山科区役所 2階 栄養室

当日受付 区健康長寿推進課(1階1番窓口)

内容 管理栄養士の講話、調理実習
対象 山科区にお住まいの18歳以上
の方で高血圧が気になる方。

定員 21名<先着順>

参加費 500円

持ち物 エプロン、三角巾(バンダナ
等)、手ふきタオル

申込み 6月24日(月)から受付。電話または窓口にてお申込みください。

問合せ 区健康長寿推進課 健康長寿推進担当(電話592-3222)



献立

★ごはん

★白身魚とあさりのレモン蒸し

★切干大根の卵サラダ

★野菜たっぷり豆乳みそスープ

★なすと蜂蜜のヨーグルト

※変更になる場合があります

○笑顔とお花が区役所に

西念寺保育園の園児さんからお花をいただきました

西念寺保育園の園児さんが花まつりのお花を届けてくださいました。いただいたお花は、庁舎内で、御来庁の区民の皆様と職員の心を和ませてくれています。

問合せ 区子どもはぐくみ室
子育て推進担当
(電話592-3247)



総人口／	134,347人
男性／	63,529人
女性／	70,818人
世帯数／	62,131世帯
令和元年5月1日現在 (山科区推計人口)	

○ 情報掲示板

相 談

相 談	日 時	問合せ先
弁護士による 京都市民法律相談	毎週水曜日 (閉庁日を除く) 13:15～15:15	区まちづくり推進担当 (電話592-3088)
※予約(問合せ先に電話または来所) 相談日の週の月・火曜日8:30～17:00 相談日当日8:30～14:45 ※定員12名(先着順)		
行政書士の市民 困りごと無料相談	6月18日(火) 7月16日(火) 13:30～16:00	京都府行政書士会 第6支部事務局 (電話692-2500)
司法書士による無料登記・ 法律相談	7月9日(火) 13:30～15:30	京都司法書士会 (電話241-2666)
無料行政相談	7月11日(木) 13:30～16:00	区まちづくり推進担当 (電話592-3088)

※いずれも区役所第2会議室で実施

保 険 ・ 年 金

■ 国民健康保険からのお知らせ

●平成31年度分の国民健康保険料をお知らせする保険料納入通知書を今月中にお送りします。

保険料を納付書で納めていただいている世帯には、保険料納入通知書に口座振替の申込書を同封しておりますので、便利な口座振替をぜひご利用ください。

また、保険料の納付が困難な事情があるときは、減額が適用される場合がありますので、7月末までにご相談ください(8月以降は減額できる額が少なくなります)。

問合せ先 区保険年金課 資格担当(電話592-3105)

■国民年金からのお知らせ

●国民年金保険料免除制度について

次の事由に該当する方は、国民年金保険料を未納のままにせず、「免除」もしくは「納付猶予」の手続きを行ってください。

- 経済的な理由や失業、災害にあったため、保険料の納付が困難な方
- 障害基礎年金又は被用者年金の障害年金(2級以上)を受けている方
- 生活保護法の生活扶助を受けている方
- 平成31年2月1日以降出産を行った方

免除及び納付猶予になった期間は、年金の受給資格期間に算入されます。ただし、年金額を計算するときは、保険料を納めた時に比べて減額されます(出産に伴う免除の場合は保険料を納めた場合と同額として計算されます。納付猶予になった期間は、年金額には反映しません。)

問合せ先 区保険年金課 保険給付・年金担当(電話592-3109)

■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月末までに新しい保険証をお送りします。

古い保険証は、8月1日以降使用できませんので、新しい保険証を提示せずに受診した場合、いったん医療費を全額お支払いいただくことがあります。

問合せ先 区保険年金課 資格担当(電話592-3105)

福 祉

■ひとり親家庭自立支援給付金事業の拡充について

ひとり親家庭の親の就業に向けた能力開発のために実施している給付金事業について、以下のとおり支援を拡充しました。

●自立支援教育訓練給付金

市内在住のひとり親家庭の親が、厚生労働大臣指定教育訓練講座を受講し、修了した場合の入学金及び受講料の最大6割を支給

拡
充
後

- 専門資格を取得するための講座を対象として追加
- 専門資格の講座を受講する場合の、支給上限額を最大80万円(20万円×修学年数)に引上げ

●高等職業訓練促進給付金

市内在住のひとり親家庭の親が、資格取得のために、法令の定めによる養成機関で1年以上のカリキュラムを修業する場合に、訓練促進給付金を支給。

拡
充
後

- 修学の最終1年間の支給額を月額4万円加算
- 資格取得に4年課程が必要な場合等は、支給期間を3年から4年に拡充

※いずれも所得制限あり。

※いずれも受講前に下記までお問合せください。

問合せ先 区子どもはぐくみ室 子育て推進担当(電話592-3247)

■夏季特別生活相談・特別生活資金貸付

疾病、不測の事故等で、一時的にお盆の生活に困っておられる世帯に対して生活相談を行い、必要と認められる世帯に、夏季特別生活資金の貸付けを行います。

●生活相談

日時 7月9日(火)～11日(木) 9:00～11:30・13:00～15:00

場所 区役所2階 生活福祉課

申し込み方法 不要

必要なもの (1)印鑑(2)世帯員全員分の健康保険証など住所と家族構成を明らかにできるもの。

●資金貸付

日時 7月25日(木)

場所 区役所2階 生活福祉課

貸付・返済内容 1世帯15万円を限度(世帯員1人当たり3万円を目安)に貸付(担保、保証人は不要、無利子)。1箇月以上3箇月以内の据置期間を含め2年以内に、原則定額を月々返済。

貸付できない世帯 ①ボーナス等の臨時収入がある、又は他の制度により貸付けを受けることができる世帯②生活保護受給世帯③中国残留邦人等の支援給付を受けている世帯④以前に夏季又は歳末でこの貸付けを受け、償還が完了していない世帯(例外あり)⑤償還能力に欠けると認められる世帯⑥暴力団員等及び暴力団密接関係者の属する世帯

問合せ先 区生活福祉課 管理担当(電話592-3215)

市生活福祉課(電話251-1175)

健康・長寿

■ “お口の健康” 忘れないでね！

●成人・妊婦歯科相談

むし歯や歯周病…一度お口の健康をチェックしてみませんか？ お口のことで困ったことがあればご相談ください！

対象 18歳以上の方、妊産婦の方

日時 6月28日(金)9:00～10:30

場所 区役所1階 健康長寿推進課(①-1)

費用 無料 ※予約不要

問合せ先 区健康長寿推進課 健康長寿推進担当(電話592-3222)



■歯周疾患予防健診

京都市では「歯周疾患予防健診」を節目の年齢の方を対象に行っています。

対象 市内在住の満40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳の方(年1回)

場所 指定医療機関 ※市ホームページ「京都市情報館」に掲載しています。

受診方法 受診される前に、指定医療機関に日時等をご確認のうえ受診してください。

費用 500円(免除制度があります。お問い合わせください。)

必要なもの 年齢が確認できる物(健康保険証、運転免許証 等)

問合せ先 区健康長寿推進課 健康長寿推進担当(電話592-3222)

■献血

日時 6月20日(木)10:00～11:30、12:30～16:00

場所 音羽川献血会 スーパーフレスコ山科店変形交差点角

問合せ先 区健康長寿推進課 地域支援担当(電話592-3214)

お知らせ

■区役所に市民税臨時窓口を開設します

平成31年度の市・府民税を、納付書、口座振替または、公的年金からの引き落としで納めていただく方等を対象に、6月10日付けで「納税通知書」を発送しました。

7月1日(月)まで区役所に市民税臨時窓口を設置しますので、課税内容に不明な点があれば納税通知書をご持参のうえ臨時窓口にお越しください。

問合せ先 市税事務所 市民税第2担当(電話746-5837)

■「有害・危険ごみ等の移動式拠点回収事業」を実施します

「出し方がわからない」などの理由から捨てられないままになりがちな石油類や薬品などの「有害・危険ごみ」や、紙パックなどの「資源物」を、以下のとおり回収します。

回収品目等の詳細については、まち美化事務所、エコまちステーションに置いてあるチラシ又は市ホームページ「京都市情報館」をご覧ください。

①6月22日(土)

9:00～11:00 場所 音羽川小学校

13:00～15:00 場所 安朱小学校

②7月6日(土)

9:00～11:00 場所 大宅小学校

13:00～15:00 場所 山科まち美化事務所

問合せ先 山科まち美化事務所(電話573-2457)、
山科エコまちステーション(電話366-0184)

東部文化会館(電話502-1012)

■ロームシアター京都×京都市文化会館5館連携事業『カラフルパズル』ダンセマ・ダンス・シアター from リトアニアを開催します

リトアニアからやってきた、0～3歳の子どもたちのための楽しいダンスショーです。

日時 8月11日(日・祝)①11:00～②15:00～(各回1時間)

場所 東部文化会館 創造活動室

対象 乳幼児と保護者(未就学児は保護者同伴でご観劇ください。)

費用 おとな(19歳～)1,000円 こども(0歳～18歳)300円

申し込み方法 6月15日(土)より東部文化会館窓口にて発売

問合せ先 東部文化会館(電話502-1012、FAX:502-1014)

山科図書館(電話581-0503)

■外国語で遊ぼう!

日時 6月22日(土)14:30～

外国語の歌や絵本の読み聞かせなど

■赤ちゃんの会-だっこくらぶ-

日時 7月1日(月)11:00～

絵本の読み聞かせやふれあいあそびなど

■テーマ図書の展示と貸出

6月 一般「環境」「かわいいペット」

児童「いぬ・ねこ」

7月 一般「暑さ対策」児童「おひさま」



移動図書館(電話801-4196)

■「こじか号」巡回

6月24日(月)

10:00～10:50 場所 西野山分譲集会所前

11:10～11:40 場所 山階南小学校



13：00～13：40 場所 陵ヶ岡小学校

6月26日(水)

10：00～10：40 場所 大塚小学校

11：00～11：40 場所 大宅小学校

市政情報総合案内コールセンター

○ 京都いつでもコール

受付時間 午前8時～午後9時(年中無休)

電話(075)661-3755、FAX (075)661-5855

おかけ間違いにご注意ください

電子メール(ホームページから)



[京都いつでもコール](#) [検索](#)

○ 乳がん巡回検診

対象 30歳以上の女性で今年の誕生日に偶数年齢になる方(奇数年齢の方でも昨年に受診されていない場合は受診可能)

会場 区役所2階大会議室

時期 8月～9月

内容 30歳代：超音波断層撮影(エコー検査)

40歳以上：乳房X線撮影(マンモグラフィ検査)

費用 1,300円(免除制度あり)

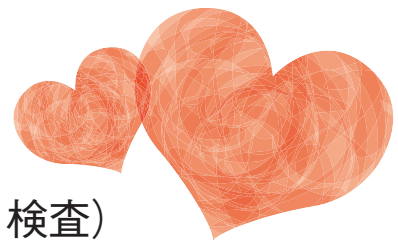
申込締切日 7月15日(月・祝)消印有効

申込方法 「官製はがき」または「封書」に【必要事項】を記載し、申込み先に送付。(別途お住まいの地域で回覧される乳がん検診案内に添付の申込はがきでも可)

※送付後、各個人に検診日時等のお知らせ通知が届きます。

【必要事項】①郵便番号・住所②氏名(ふりがな)③生年月日④電話番号⑤希望区(山科区とご記入ください)⑥前回受診の有無

申込・問合せ 京都予防医学センター乳がん検診係(〒604-8491中京区西ノ京左馬寮町28(電話811-9135))



○がん検診のお知らせ

内容 胸部(結核・肺がん)検診、大腸がん検診

実施日	会場
6月27日(木)	山階南小学校
7月3日(水)	勸修小学校
7月8日(月)	百々小学校
7月9日(火)	音羽川小学校
7月10日(水)	小金塚集会所

早期発見が
あなたの命を
守ります



受付時間 いずれも午後2時～午後3時30分

胸部(結核・肺がん)検診

*感染症法により、65歳以上の方は年1回の胸部検診の受診が義務付けられています。

対象 結核:15歳以上 肺がん:40歳以上

方法 胸部X線検査 *事前申込不要

料金 無料(問診の結果、喀痰検査が必要な場合には1,000円)

*胸部検診は脱衣が必要です。薄手の無地のTシャツなどをご用意ください。

大腸がん検診

対象 40歳以上

方法 便潜血検査

*事前に検査容器を入手し、ご自宅で2日分の便を採取後、受付に提出してください。

料金 300円(料金免除制度あり)

問合せ 区健康長寿推進課 健康長寿推進担当(電話592-3222)

○街頭防犯カメラ設置助成

犯罪の発生を抑止し、地域の安心・安全を一層推進するため、防犯カメラを自治会等で設置する費用の助成(9割以内)をします。

設置にあたっては、条件と審査がありますので、必ず事前相談をお受け下さい。

主な条件

- 防犯カメラの機種及び設置業者の指定不可
- 既に設置済みの防犯カメラは対象外
- 設置後の維持管理に要する費用は、申請者ご負担

受付期間 7月1日(月)～9月30日(月)

相談・問合せ 「世界一安心安全・おもてなしのまち京都 市民ぐるみ推進運動」山科区推進協議会(区まちづくり推進担当)
(電話592-3088)

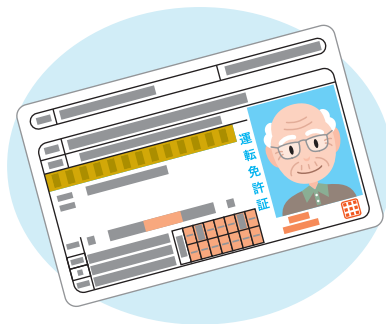
○運転免許の自主返納について ～高齢ドライバーの交通事故防止～

高齢ドライバーが当事者となる事故の割合は、増加傾向にあります。

「加齢により運転が不安になってきた」「家族と相談して免許証を返すことにした」などをお考えの方は、運転免許証の有効期限内に限り、公安委員会に運転免許証の取消しを申請することができます。

返納を希望される方は、山科警察署交通課「運転適正相談窓口」までお問い合わせください。

問合せ 山科警察署(電話575-0110)



○ 第43回山科区民ソフトボール大会

5月12日、第43回山科区民ソフトボール大会が勸修寺公園グラウンドで開催されました。

当日は猛暑の中、11学区の体育振興会チームによる白熱したゲームが展開され、山階南体育振興会チームが、見事10年ぶりの区民大会優勝を成し遂げました。

優勝した山階南体振チームは、7月28日(日)(雨天時8月4日(日))に岩倉東公園グラウンドで行われる京都市大会に山科区代表として出場されます。

皆様応援よろしくお願ひします。

優勝 山階南体育振興会チーム
準優勝 勸修体育振興会チーム
三位 大宅体育振興会チーム
三位 小野体育振興会チーム

問合せ 区まちづくり推進担当(電話592-3088)

山階南体振チームが
10年ぶりに優勝!!



第61回 みんなで「第2期山科区基本計画」に取り組もう!

○連載 区民活動きずなりレー

ダンスでつなぐ山科～YAMASHINAダンス～

皆さんはYAMASHINAダンスを知っていますか?

これは山科をテーマに作られた「ホームタウンシティ」という曲に合わせて振り付けたダンスです。山科の様々な人々がこのダンスを踊る動画が公開されています。作成した山科元気プロジェクトの関義哉さん、上村時子さんにお話を伺いました。

「私たちは5年前から『山科じかん』という冊子を発行し、山科で活躍している人やお店や企業などを紹介してきました。去年は、歌を通じてつながりを作ろうとのどじまん大会を開催しました。大会は盛り上がりましたが、学生や若者世代の参加が少なく、これからの地域を担う若者世代を巻き込む企画が必要だと考えました。」と関さん。

そこで目をつけたのが、子どもからシニアまで一緒に楽しめるダンス。関さんの所属するバンド「イーワイエス」がのどじまん大会のために作った「ホームタウンシティ」という曲にダンスを振り付けました。



寺西幼稚園のみなさんと
ダンスを指導する関義哉さん

「歌詞は私の生まれ育った山科の様々な景色をイメージしています。振り付けはそれに合うものにするるとともに、子どもからシニアまで踊れるようなシンプルなものを意識しました。」

出演者は約30団体400～500人ほど、歌詞に出てくる風景も織り交せて動画が完成しました。

「踊りは撮影の時に教えるだけなのに、皆さんとても上手なのにびっくり。最初は緊張していた人も、踊るといい笑顔でした。」と上村さん。編集の時には出演者の一番良い表情を使おうとこだわってしまい、思いのほか時間がかかったそうです。

それでも、山科に住んでいる人から「動画を見て、こんなに良いところに住んでいたんだと改めて思った」という感想をもらって苦勞が吹き飛んだそうです。

ダンスを通じて人と人がつながり、山科がみんなのホームタウンになる。そんな動画に仕上がっていますので、ぜひ一度ご覧ください。

(京都市まちづくりアドバイザー佐藤友一)

問合せ 区総務・防災担当(電話592-3066)

動画のリンク先 <https://www.youtube.com/watch?v=6zeVMn5vN4k>