

市民しんぶん 山科区版(拡大版)

やましな

8/15



今月号の題字は
橋本 美三さん
(陵ヶ岡小学校)
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 山科区栂辻池尻町14-2

電話592-3050・FAX502-1639

京都市印刷物第311163号

【目次】

地域の力で高める山科区の「はぐくみ文化」.....	3
プレママ・パパ教室.....	6
食生活改善普及月間(9月) 「京(きょう)・食(しょく)クッキング ～秋の食育セミナー～」.....	6
がん検診のお知らせ.....	7
京都市の福祉医療制度のお知らせ.....	9
大好評！山科区公式アプリ「やましなプラス+」配信中！.....	10
やましな熱中症ゼロ大作戦 熱中症予防の啓発活動を実施しています！.....	11
情報掲示板.....	12
区役所玄関を飾る「七夕の笹飾り」.....	17
2019年度「山科“きずな”支援事業」補助金交付事業を決定！.....	17
京都いつでもコール.....	17
自転車の盗難に注意！.....	18
台風や大雨による水災害等に備えましょう！.....	18
山階学区自治会連合会が京都府防犯まちづくり賞を受賞.....	19
安心・安全やましな笑顔と“きずな”パレード2019.....	19
連載 区民活動きずなリレー.....	20

○ 地域ので高める山科区の「はぐくみ文化」

子どもと子育てを地域ぐるみでバックアップ！
山科区保育園まつり＆山科区子育て応援フェアに
ぜひおこしてください。
京都市長 門川大作



山科区では、地域の自治組織や子育て支援機関等と区役所が連携して、地域で子どもをはぐくむ文化の醸成を進めています。地域ので「はぐくみ文化」をさらに高め、子どもたちの健やかな育ちを応援していきましょう！



やましなお誕生おめでとう事業



子ども食堂



幼稚園



保育園



子育てサロン



山科・醍醐やんちゃ
ワールド2019(児童館)



中学校ふれあいトーク

地域の子育て支援事業



あそびのひろば
(勧修学区)



ちびっこ消防隊
(陵ヶ岡学区)



東総合支援学校での
玉ねぎ収穫(大塚学区)

子どもはぐくみ室って？

妊娠から出産、その後の子育てにかかる概ね18歳までのお子さまや子育てに関する総合相談窓口、地域における相談支援の拠点です。

お気軽にご相談ください！

問合せ 区子どもはぐくみ室 電話592-3247

山科区保育園まつり & 山科区子育て応援フェアを開催します！

山科区にお住まいの乳幼児親子が心豊かな時間を過ごしていただけるイベント。

子育ての楽しさ・喜びを実感していただき、日ごろ忙しいお父さん・お母さんの

リフレッシュと地域の子育て支援団体とのつながりの場となるフェアを開催します！

日時 9月21日(土)午前11時～午後2時50分

参加費無料

午前10時30分 開場

申込み不要

場所 東部文化会館

対象 山科区内で乳児・幼児・児童を子育て中の保護者および子育て支援団体の皆さん等

主催 山科区保育園まつり & 山科区子育て応援フェア実行委員会

共催 やましな輝きプロジェクト実行委員会

問合せ 区子どもはぐくみ室 電話592-3247

プログラム

ホール

第1回：午前11時15分～ 第2回：午後2時10分～

それいけ！アンパンマン ショー

(諸般の事情により、ショー内容を変更する場合があります。)

午後1時～

こどもみらい館 永田萌館長の絵本と子育てのお話

「絵本ではぐくむ夢見る心」



その他

- 親子ふれあいやあそび(ムクムクおばけをつくろう、参加型ミュージカル、ヨガ、リトミック、みんなで踊ろう！！YAMASHINAダンス等)
- お母さんのリフレッシュコーナー
(ハンドエステ、ロゼットづくり、手作りアロマルームスプレー)
- 親子ほっこりコーナー
- ポスターによる子育て支援団体の紹介、お子さんの身体計測など

○プレママ・パパ教室

すべての赤ちゃんの健やかな成長と、お母さんお父さんのサポートのために、「妊娠期からの子育て支援」を行っています。生まれてくる赤ちゃんのこと・子育てのことを一緒に考えてみませんか。

妊婦体験もできますので、プレパパさんも気軽にご参加ください。

内容 ①妊娠中のこと、お産のこと【助産師】
交流会【保健師】

②赤ちゃんのいる生活、沐浴体験【保健師】

③赤ちゃんとお母さんの食事と歯の話【栄養士、歯科衛生士】
地域の子育て情報【保健師等】

対象 妊娠中の方とそのご家族

日時 ①9月13日(金) ②9月20日(金) ③9月27日(金)
いずれも午後1時30分～3時30分

場所 ①③区役所2階 第1会議室、②区役所2階 大会議室

申込み 必要

費用 無料

申込・問合せ 区子どもはぐくみ室 子育て相談担当(電話592-3259)



○食生活改善普及月間(9月)

「京(きょう)・食(しょく)クッキング ～秋の食育セミナー～」

「栄養成分表示」を上手に活用して健康づくりに活かすコツをお伝えします。「栄養成分表示って何?」「見方がわからない」という方も、気軽にご参加ください。

日時 9月27日(金)

午前10時～午後12時50分

当日受付場所 区健康長寿推進課

(1階1番窓口)午前9時30分～受付開始

内容 講話「健康づくりのための栄養成分表示の上手な活用方法」



調理実習「秋の食材を利用したバランスクッキング」

対象 区内在住の18歳以上の方

料理初心者の方、男性の方もお気軽にご参加ください。

定員 21名(先着順)

費用 500円

持ち物 エプロン・三角巾・手ふきタオル

申込み 必要。9月3日(火)から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

★きのこごはん

★具たくさん巾着の煮物

～青梗菜とにんじんの煮びたし添え～

★秋なすのレンジ蒸し

★簡単! さつまいもとりんごのゴロゴロケーキ

※変更になる場合があります

○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

日時・場所

9月4日(水)	鏡山小学校
9月9日(月)	百々小学校
9月11日(水)	音羽川小学校
9月18日(水)	山科団地
9月19日(木)	大宅小学校

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～3時30分

胸部(結核・肺がん)検診

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。

*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。

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)

○京都市の福祉医療制度のお知らせ

福祉医療制度とは、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制度です。

制度の適用には申請が必要です。詳細は京都市ホームページを参照又は問合せ先まで。

●老人医療

65歳以上70歳未満で、①・②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(別居、世帯分離も含む)

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歳以上の世帯など

問合せ 区健康長寿推進課 高齢介護保険担当(電話592-3290)

●重度心身障害者医療・重度障害老人健康管理費

①～③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知能指数が35以下(療育手帳A判定)

③身体障害者手帳3級を持ち知能指数が50以下

※重度障害老人健康管理費は、後期高齢者医療制度の資格がある方が対象です。

問合せ 区障害保健福祉課(電話592-3479)

●ひとり親家庭等医療

①～③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)

②①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

問合せ 区子どもはぐくみ室 子育て推進担当(電話592-3247)

○ 大好評！山科区公式アプリ「やましなプラス+」配信中！

「やましなプラス+」とは、区役所をはじめとする行政機関や各種団体等の情報をリアルタイムに配信するニュースアプリです。

他にも、区内の飲食店をはじめとするお店で使えるお得なクーポンや、歩いた歩数に応じてお買い物等で使えるポイントが貯まる「健康ウォーキング」機能なども搭載しています。

問合せ 山科区スマートフォンアプリ運営協議会(区総務・防災担当)
(電話592-3066)



ニュース配信



クーポン機能



健康ウォーキング機能

iTunes App StoreまたはGoogle Playで「やましなプラス+」と検索するか、下記QRコードから無料でインストールできます。

※通信料は利用者負担



○ やましな熱中症ゼロ大作戦

熱中症予防の啓発活動を実施しています！

山科区役所では、「区民の命を守る安心・安全の取組」の一環として、地元及び関係団体、民間企業等との連携のもと、熱中症の発生予防に取り組む、「やましな熱中症ゼロ大作戦」を実施しています。



この度、6月30日(日)に開催された「安心・安全やましな笑顔と“きずな”パレード2019」内で啓発活動を実施しました。

山階小学校体育館で、熱中症予防の有効な対策法を紹介する寸劇を行い、その後、JR山科駅周辺でリーフレットやうちわ、山科区オリジナルの塩飴などを配布し、こまめな水分補給など熱中症予防について呼びかけました。

問合せ 区健康長寿推進課(電話592-3222)

総人口／	134,331人
男性／	63,569人
女性／	70,762人
世帯数／	62,207世帯
令和元年7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	8月20日(火) 9月17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	9月10日(火) 13:30～15:30	京都司法書士会 (電話241-2666)
無料行政相談	9月12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、後期高齢者医療制度からのお知らせ

入院や外来受診により高額な自己負担が見込まれる方は、申請により「限度額適用認定証」等を交付しますので、保険証と併せて医療機関にご提示ください。

限度額適用認定証について

- 毎月一つの医療機関における支払額が自己負担限度額までとなります。
- 入院時の食事代が減額されます(市民税非課税世帯の方に限ります)。

※70歳未満の方で保険料を滞納している場合、交付が受けられない場合があります。また、70歳以上の方は、所得状況によって申請が不要な場合があります。詳しくはお問い合わせください。

問合せ先 区保険年金課 保険給付・年金担当(電話592-3109)

■年金生活者支援給付金についてのお知らせ

所得が一定以下の年金受給者に対して、12月から「年金生活者支援給付金」が支給されます。

年金生活者支援給付金を受け取るためには請求の手続きが必要です。対象者には、9月頃に日本年金機構から給付金の請求手続きに必要な書類が送付されますので、必要事項を記入のうえ日本年金機構あてに郵送してください。2020年1月以降に請求が遅れると請求した月の翌月分からの支給となりますので、速やかな請求手続きをお願いします。

問合せ先 日本年金機構ねんきんダイヤル(電話0570-05-1165)

福 祉

■特別児童扶養手当、特別障害者手当、障害児福祉手当、経過的福祉手当、外国籍市民重度障害者特別給付金の現況届等の提出をお忘れなく

8月は特別児童扶養手当、特別障害者手当、障害児福祉手当、経過的福祉手当、外国籍市民重度障害者特別給付金を受けておられる方は、現況届等の届出をしていただく月です。

指定された期間に区障害保健福祉課へ届出をしてください。

この届出がないと、8月分以降の手当が受けられなくなりますので、ご注意ください。

提出期限 9月11日(水)

問合せ先 区障害保健福祉課(電話592-3479)

■児童扶養手当の現況届の提出をお忘れなく

児童扶養手当を受けておられる方は、現況届の提出が必要です。忘れずに、問合せ先にご提出ください(郵送不可)。

この届出がないと継続して手当を受けることができません。また、期限を過ぎて提出されますと、手当の支給が遅れる場合がありますのでご注意ください。

提出期限 9月2日(月)

問合せ先 区子どもはぐくみ室 子育て推進担当(電話592-3247)

■ “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 8月23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)



■献血のお知らせ

日時 8月26日(月)10:00～11:30 12:30～16:00

場所 大塚自治会館

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

■どっこひろば～リトミックと手作りおもちゃ～

親子で音楽に合わせて体を動かしていい汗をかきましょう！ 手作りおもちゃ「キラキラフープ」を作って遊びましょう！

百々学区では、児童館と学区民生児童委員協議会が中心となり、小学校、社会福祉法人同和園、鏡山保育所と連携しながら、“どっこひろば”をはじめ、様々な事業を開催しています。

日時 9月19日(木)10:30～12:00

場所 百々小学校内「ふるさとの家」

申し込み方法 不要

費用 無料

問合せ先 百々児童館(電話593-9267)

■お花の肥料を助成します

花と緑にあふれた潤いのある山科区のまちづくりを推進するため、花苗や種の植え付けを行う団体に肥料(3,000円以内)を助成します。

対象 公共用地や多くの方が鑑賞できる所に花苗、種の植え付けを行う5名以上の団体

定員 10団体(先着順)

申し込み方法 申請書※に記入のうえ、申込先まで郵送または持参。

※申請書は区まちづくり推進担当で配布、区ホームページに掲載。

申込期間 8月15日(木)～10月31日(木)

問合せ先・申し込み方法 ふれあい“やましな”実行委員会事務局
(区まちづくり推進担当 電話592-3088)

(〒607-8511(住所不要))

東部文化会館(電話502-1012)

令和元年度京都市東部文化会館パートナーシップ事業

■日吉ヶ丘ギターマンドリンアンサンブル無料公演「仲秋コンサート@エコム」

内容 マンドリンとギターの演奏会

日時 9月7日(土)14:00～(2時間程度)

申し込み方法 不要

費用 無料

■京都橘大学吹奏楽部無料公演「AUTUMN CONCERT 2019」

内容 京都橘大学吹奏楽部によるブラスバンドの演奏会

日時 9月15日(日)18:00～(2時間程度)

9月16日(月・祝)15:30～(2時間程度)

費用 無料(要入場整理券)

申し込み方法 8月17日(土)9:00から東部文化会館にて配布

山科図書館(電話581-0503)

クールスポット事業(7月～9月)

夏は涼しく過ごすことのできる図書館にぜひお越しください!

■外国語で遊ぼう!

日時 8月24日(土)14:30～

外国語の歌や絵本の読み聞かせ他



■赤ちゃんの会-だっこくらぶ-

日時 9月2日(月)11:00～

絵本の読み聞かせやふれあいやあそび他

■テーマ図書の展示と貸出

8月 一般書「平和」「山に登ろう!!」 児童書「うみ」

9月 一般書「災害に備えよう!!」

一般書「きょういのちほっとブック事業」

一般書「認知症にやさしい本フェア」(仮題)

児童書「くだもの」

移動図書館(電話801-4196)

■「こじか号」巡回

8月26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

8月28日(水)

10:00～10:40 場所 大塚小学校

11:00～11:40 場所 大宅小学校



○ 区役所玄関を飾る「七夕の笹飾り」

洛東幼稚園と西念寺保育園から七夕の笹飾りを届けていただきました。園児さんが心を込めて作った色とりどりのお飾りを見て、来庁される区民の皆様も思わず笑顔に。園児の皆さんありがとうございました。



見て、来庁される区民の皆様も思わず笑顔に。園児の皆さんありがとうございました。

問合せ先 区子どもはぐくみ室 子育て推進担当(電話592-3247)

○2019年度「山科“きずな”支援事業」補助金交付事業を決定！

山科区では、区民の皆様による主体的なまちづくり事業を応援する「山科“きずな”支援事業」を実施しています。

6月17日(月)に開催された審査委員会を経て、33件の交付事業を決定しました。

二次募集実施中！

また、引き続き二次募集を8月26日(月)まで実施しています。申請には必ず区担当者との事前相談が必要です。申請される方はお早めに問合せ先までご連絡ください。

詳細は区ホームページをご確認ください。

[山科きずな支援事業](#) [検索](#)

問合せ先 区総務・防災担当(電話592-3066)

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](#)

○ 自転車の盗難に注意！

山科区では、平成30年中に179件の自転車盗難が発生しました。あなたの自転車も狙われるかもしれません。以下のことに気を付けて、盗難を未然に防ぎましょう。



● 鍵を掛ける習慣をつけましょう

短時間でも自転車から離れるときには、鍵をかけましょう。

● ツーロックを心掛けましょう

通常の鍵に加え、ワイヤー錠等の補助錠を利用するツーロックが効果的です。

● 駐輪場を利用しましょう

路上駐輪せずに、駐輪場を利用しましょう。駐輪場内でも施錠は忘れずに。

● 防犯登録をしましょう。

防犯登録は法律で義務付けられています。



問合せ 山科警察署(電話575-0110)

○ 台風や大雨による水災害等に備えましょう！

昨年、長時間の大雨や勢力の強い台風により、京都市内各所で被害がありました。山科区でも、床上浸水や、強風で建物の屋根が飛んだことによる停電等の被害が複数箇所が発生する等緊迫した状況になりました。

被害を最小限に抑えるために、日頃から天気予報やニュースなどから情報収集しましょう。

家の周りの飛んでいきそうなものの固定や、家の雨どいや家周りの溝の清掃、土のうの準備などの備えが大切です。

また、雨が強く長く降ると、気象警報の発表や避難情報が発令されま



す。指定緊急避難場所もしくは自宅の上階へ避難するようにしましょう。

京都市水害ハザードマップ等であなたの地域の「指定緊急避難場所(水害)」を確認しておきましょう。

問合せ 山科消防署(電話592-9755)

○山階学区自治会連合会が京都府防犯まちづくり賞を受賞

7月18日(木)、京都府から犯罪の無い安心・安全なまちづくりに顕著な功績のあった個人及び団体に贈られる令和最初の「京都府防犯まちづくり賞」を、山階学区自治会連合会が受賞しました。



平成16年に子どもたちの安全のために結成された見守り隊において、全校生徒の顔と名前を覚えて、無線機を所持して通学路に立ち、緊急時にはいつでも対応できるよう連携した活動を実施していることや、高齢者の見守り活動など先駆的な取り組みも展開されていることが高い評価を受けての受賞となりました。

問合せ 区まちづくり推進担当(電話592-3088)

○安心・安全やましな笑顔と“きずな”パレード2019

山科区では、平成27年10月に「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」山科区推進協議会を設立し、区民の皆様とともに犯罪のない安心・安全なまちの実現に取り組んでいます。これらの取組を一層推進するため、6月30日(日)、約300名の出席のもと、山階小学校で式典を行い、山階小学校児童による「安心安全宣言」が行われました。その後、外環状線をパレードする予定でしたが、雨のため中止となり、警察音



楽隊とカラーガード隊による演奏等が行われました。

問合せ 区まちづくり推進担当(電話592-3088)

第62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

助産師が相談者の心によりそって悩みや不安を解消

～子育てカフェ “ふらり”～

山科駅からほど近い山科商店会の一角に、「子育てカフェ “ふらり”」がオープンしています。運営しているのは京都橋大学次世代育成看護研究会で、助産師がスタッフとして、子育てに悩む相談者の心によりそっています。



スタッフの宗由里子さんにお話を伺いました。「産後うつなどの様々な理由により自殺で亡くなる人数は、妊娠や出産そのものが原因で亡くなる人数よりも多いのが日本の現状です。子育てにおいて孤独を感じたことがある方に気軽に相談に来てもらえるような場所の必要性を感じていました。」

出産前後には、病院、助産院、区役所などに相談に行くことは可能ですが、それらは基本的に平日しか開いていません。「日々悩んでいたとしても、ふとした瞬間に相談したくなるもの。また、近年は出産直前まで働く方も多いので、平日の相談には行けない人もいるのではと、日曜日の開催を決めました。」と宗さん。少しでも足を運びやすいように、大学が山科商店会の中に設置している「たちラボ山科」を会場に2018年9月にスタート。現在は月2回日曜日に実施しています。

取材の日に来られていた林実加さんは、生後1か月くらいのお子さんを連れての相談。「初めて訪れましたが、近所に子育てについて相談できる場所があるのは心強い。」とのことでした。

「赤ちゃんの抱っこや授乳の相談などはもとより、保育園に入れるか、京都に越して来て友達がいない、など相談の内容はいろいろです。相談

にあたるスタッフは助産師なので専門的な相談はもちろん、子育て全般の相談にもものりますので、ぜひお気軽に足をお運びください。」と宗さん。名前どおり「ふらり」ができる場所のようですね。

(京都市まちづくりアドバイザー佐藤友一)

8月・9月の開催日：8/25・9/8・9/22(日曜日)

時間 午後1時～4時

会場 たちラボ山科

(京都市山科区竹鼻竹ノ街道町44-3 文具タケムラ内)

参加費無料、予約不要

問合せ 京都橘大学 次世代育成看護研究会

jisedai@tachibana-u.ac.jp

問合せ 区総務・防災担当(電話592-3066)