

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
中谷 親太郎さん
（山階南児童館）
の作品です！

山科区役所ホームページアドレス
[https：//www.city.kyoto.lg.jp/yamasina/](https://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021091号

【目次】

台風、豪雨の季節 ～いざという時どう行動する？～	3
災害への日頃の備え	5
熱中症にご注意ください！	6
京都薬科大学の先生が伝授！	
正しい手洗いのポイントをご紹介します！	6
山科図書館 雨季のおすすめ本	7
親子で絵本を楽しみませんか	8
情報掲示板	9
新型コロナウイルス感染症にかからない、うつさないために	15
京都いつでもコール	16
「山科の歴史と現代」を無料配布します！	16
防犯機能付き固定電話の購入を補助します！	16
山科検定 過去問クイズ No.1	17
山科区役所に寄付いただきました	17
連載区民活動きずなりレー	18

○台風、豪雨の季節 ～いざという時どう行動する？～

いつ起こるか分からない災害に備え、普段から準備
しましょう！

京都市長 門川大作



「避難所・避難場所へ行くこと」だけが避難ではありません！

新型コロナウイルス感染症濃厚接触者、自宅待機者、体調不良の方は、
避難場所に避難をする前に、山科区役所地域力推進室にご相談ください。
電話592-3066

大雨が続き、避難情報(避難勧告等)が発表されたら...

1 まず、お住いの地域(学区)が避難が必要か確認！

○緊急速報メールの内容を確認

○テレビのデータ放送(dボタン)で確認

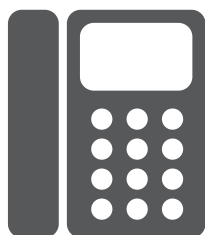
テレビのデータ放送

気象情報や避難情報が見られるよ！



○京都市のホームページで確認

○避難情報案内システムで確認



避難情報案内システム

075-241-9901

電話をかけ、音声ガイダンスに従って、郵便番号(7桁)を入力してください。

避難情報は学区単位で発表されます！

2 次に、ご自宅が危険な場所か確認！

○ハザードマップで確認 日頃から確認を！



浸水想定より上方に逃げる所がない。
土砂災害警戒区域内に家がある。

..... No

在宅
避難

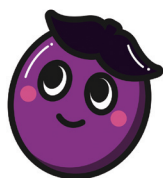
Yes

立退き避難

安全な親戚・知人宅へ
指定緊急避難場所へ

問合せ 区総務・防災担当(電話592-3066)

日頃の備えについて5頁に続きます



やましなプラス+

「やましなプラス+」ダウンロード(無料)、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)※通信料は利用者負担



AppStore



GooglePlay

○ 災害への日頃の備え

■ 非常持ち出し品の準備をする！

最低3日間の水・食料と生活必需品を準備しておきましょう。

あなたのお宅の備蓄は充分ですか？

山科区役所からのお願い

避難所・避難場所には十分な量のマスク、消毒液、体温計がありません。

避難の際には、出来る限り持参してください！



■ 住んでいる地域の危険性を知る！

「水害ハザードマップ」や「土砂災害ハザードマップ」で、お住いの地域の危険個所を確認しておきましょう。

ご自宅は避難が必要な場所ですか？

ハザードマップの入手方法

山科区役所2階地域力推進室で配布中。

こちらのWEBサイトからも確認できます。



京都市防災危機管理情報館 防災ライブラリ

検索 

■ 我が家の行動ルールを決めておく！

災害時の避難場所や避難経路を話しあっておきましょう。

あなたの避難場所はどこですか？

問合せ 区総務・防災担当(電話592-3066)

○ 熱中症にご注意ください！

■屋内でも熱中症は発生しています。

■新型コロナウイルス感染症対策で、外出自粛による運動不足やマスク着用などから、熱中症発症リスクが高まっています。

■正しい知識で予防・応急手当の方法を知っておきましょう。

熱中症の予防

室温の温度コントロール

エアコンや扇風機で温度調節し、室温28℃を目安に！

こまめに水分補給

のどが渇く前に水分補給を！

大量の発汗がある場合は、塩分も適切に補える経口補水液やスポーツドリンクが最適です。

バランスの良い食事、十分な睡眠・休養、適度な運動

日頃からウォーキング等の運動により、汗をかく習慣を身につけて、暑さに強い体づくりを！

熱中症と思ったら（めまい、頭痛、吐き気など）

涼しい場所に移動後、脇や首の付け根を冷やし、スポーツドリンク等で水分、塩分を補給しましょう。



問合せ 区健康長寿推進課 健康長寿推進担当（電話592-3222）

○ 京都薬科大学の先生が伝授！

正しい手洗いのポイントをご紹介します！

＜手洗いのポイント＞

その① 目的は手についた汚れを洗い流すこと！

手洗いは手についたウイルスや細菌を死滅させるものではありません。

よく泡立てたせっけんでしっかりと洗い流すことが大切です。正しい洗い方でなければ、洗う回数が多くても効果はあまりありません。

その② 洗い終わった後の行動も大切

水気が飛び散らないように注意しましょう。飛び散った水滴は汚れているかもしれません。自宅の洗面所やトイレのタオル、使用したハンカチをこまめに洗濯し、交換することを忘れずに。



臨床薬剤疫学分野
村木 優一先生

YouTubeで動画を公開中！

こちらの QR コードよりご覧ください。



その他にも…

マスクのつけ方・外し方、咳エチケット、感染予防に関する Q&A など公開しています。



問合せ 京都薬科大学 企画・広報課(電話595-4691)

○山科図書館 雨季のおすすめ本

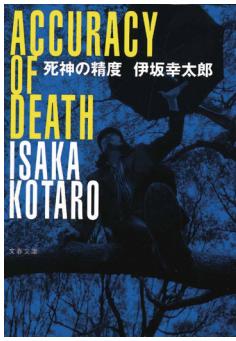
梅雨の時期にぴったりの本を読んでおうち時間を楽しくお過ごしください。

『くもりのちはれ せんたくかあちゃん』

さとうわきこ／作・絵 福音館書店

洗濯の大好きなかあちゃんのお話、2作目です。「くもっているけど やっぱり せんたくしなくちゃね」。曇り空なのにどうするのでしょうか。じめじめした気分を吹き飛ばす、カッコいいかあちゃんは健在です。





『死神の精度』 伊坂幸太郎／著 文春文庫

彼が仕事をするときには、よく雨が降るという一。

死神・千葉の仕事は、担当となった対象者の1週間の行動を確認し、やがてその人に訪れる死を「可」とするか「見送り」とするか判断するものだ。

一風変わった死神と人々の生きざまを描いた短編集。

○親子で絵本を楽しみませんか

絵本の読み聞かせは、親子で心を通わせられる良いコミュニケーションの1つです。おうちでも楽しめる絵本の読み聞かせについて、鏡山保育所 小寺玉枝先生にお伺いしました。

●子どもにとって、絵本の読み聞かせはどんな効果がありますか。

おうちの方が自分のために読んでくれるという「幸福感」を満喫できることが一番だと思います。そして、ものごとを楽しいと思う心、好きなものを見出す心、豊かな感受性などをはぐくみます。また、人との関わり方や、やさしさ、悲しさ、世界の美しさなど多くのことを学びとることができます。

●どのように読み聞かせをすれば良いですか。

大げさに声色を変えたり身ぶりや手ぶりで表現したりしない方が、お子さんの想像力を引き出します。また、ひとつひとつの言葉を説明したり、言い換えしたりしない方が、絵本独自の言葉のリズムを味わえます。

●最後まで絵本を楽しむには。

子どもはストーリーだけでなく、「絵を見ること」も楽しめます。お子さんが興味を持って見る絵があれば「ワンワンだね」など言葉かけしながら、お気に入りのページを繰り返し見ながら進めると、ほかのページにも少しずつ興味が広がります。

お子さんの興味に合わせて読みながら、絵本を通じて共感しあう楽しさが経験できるといいですね。



総人口／	134,345人
男性／	63,659人
女性／	70,686人
世帯数／	63,031世帯
令和2年5月1日現在 (山科区推計人口)	

○ 情報掲示板

区役所の開庁時間の短縮について

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、当面の間、区役所の開庁時間を短縮しています。

【開庁時間】

月曜日から金曜日(祝日を除く)

9:30～12:00、13:00～16:00

※12:00～13:00は窓口業務を休止しています。

転出届や住民票の写しの請求、児童手当、子ども医療、敬老乗車証など各種申請は、窓口に来庁せず、郵送による手続きが可能ですので、積極的にご利用ください。

区民の皆様にはご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

相 談

相 談	日 時	問合せ先
① 弁護士による 京都市民法律相談 (電話相談)	毎週水曜日 (閉庁日を除く) 9:30～15:40	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9:30～12:00、13:00～16:00 ※定員12名(先着順)		

② 無料行政相談	7月9日(木) 13:30～16:00	区まちづくり推進担当 (電話592-3088)
③ 司法書士による 無料登記・法律相談	7月14日(火) 13:30～15:30	京都司法書士会 (電話241-2666)
④ 行政書士の市民 困りごと無料相談	7月21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)

※②③④は山科区役所2階 第2会議室で実施

※新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、中止等となる場合があります。来所いただく前に問合せ先にて開設状況をご確認ください。

保険・年金

■国民健康保険からのお知らせ

●国民健康保険料の減額制度について

令和2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6月中旬にお送りします。

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、8月末までにご相談ください(9月以降は減額できる額が少なくなります)。

申請は、窓口の混雑防止のため、京都市のホームページから様式をダウンロードのうえ、できるだけ郵送による手続きをご活用ください。

新型コロナウイルス感染症の影響等により、次のいずれかに該当する場合は、申請により特例減免制度が受けられる場合があります。

<特例減免の対象となる世帯>

- ・世帯主等の生計維持者(以下「世帯主等」という。)が重篤な傷病を負った又は死亡した場合
- ・世帯主等の事業等の収入が前年に比べて10分の3以上減少した場合(その他所得要件があります。)

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

●国民年金保険料の免除制度について

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。

申請は、窓口の混雑防止のため、京都市のホームページから様式をダウンロードのうえ、できるだけ郵送による手続きをご活用ください。

- 新型コロナウイルス感染症の影響により、収入が急減したことにより、保険料の納付が困難な方
- 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
- 出産を控えておられる方

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届けします。

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)

健康・長寿

■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）

※新型コロナウイルス感染症の影響により、今年度中に41、46、51、56、61、66、71歳の誕生日を迎える方は、受診時の年齢に関わらず、今年度末まで受診可。

場所 指定医療機関（歯科医院にて、ステッカーでお知らせしています。）

※市ホームページ「京都市情報館」でも検索できます。

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。お問合せください。）

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）

■献血のお知らせ

●音羽川献血会

日時 6月18日（木）10:00～11:30、12:30～16:00

場所 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）

福 祉

■戦没者等の遺族に対する特別弔慰金の支給

令和2年4月1日現在で、公務扶助料や遺族年金等を受ける方がいない場合に、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。

申込期間 令和2年4月1日～令和5年3月31日

9:30～11:30、13:30～15:30

問合せ先 区生活福祉課 管理担当(電話592-3215)

お知らせ

■市・府民税の納税通知書を送付しました

令和2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」を送付しました。

※納税通知書の発送後においても、申告書の提出時期や調査などの状況により課税の内容を変更させていただくことがあります。

6月30日(火)まで区役所に市民税臨時窓口を開設していますが、新型コロナウイルス感染症の拡大防止の観点から、課税内容についてのお問合せは、まずは下記問合せ先まで電話でお願いします。

申告期限の延長に伴い、3月17日以降に申告された場合は、納税通知書が発送されていないか、発送された納税通知書に申告の内容が反映されていないことがあります。

問合せ先 市税事務所 市民税第2担当(電話746-5837)

山科図書館(電話581-0503)

■おたのしみ会

日時 7月18日(土)11:00～

内容 絵本の読み聞かせ他

■赤ちゃんの会—だっこくらぶ—

日時 7月6日(月)11:00～

内容 絵本の読み聞かせやふれあいあそび他



■テーマ図書の展示と貸出

6月 一般書「環境」「体の調子を整える」

児童書「てんき」

7月 一般書「スポーツを楽しむ」

児童書「なつやすみ」

移動図書館(電話801-4196)

■「こじか号」巡回

6月22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24日(水)

10:00～10:40 場所 大塚小学校

11:00～11:40 場所 大宅小学校



新型コロナウイルス感染症の影響により、本誌に掲載のイベントは、今後、主催者の判断で中止・変更になる場合があります。

開催の有無等については、各イベントの問合せ先へご確認ください。

○新型コロナウイルス感染症に かからない、うつさないために

○密な空間を避けましょう

密閉・密集・密接

○こまめに手洗いを

①外出先からの帰宅時 ②調理前・配膳前 ③食事前 ④トイレの後

新型コロナウイルスへの感染が疑われるときは…

相談窓口

新型コロナウイルス感染症専用電話相談窓口(電話222-3421)

受付時間：土・日・祝日を含む24時間

相談の目安

・「息苦しさ(呼吸困難)」、「強いだるさ(倦怠感)」、高熱等の強い症状のいずれかがある

・重症化しやすい方で、発熱や咳などの比較的軽い風邪の症状がある

※高齢者や基礎疾患のある方、透析を受けている方、免疫抑制剤や抗がん剤等を用いている方、妊娠中の方はすぐにご相談ください。

・上記以外の方で、発熱や咳などの比較的軽い風邪の症状が4日以上続いている

※症状には個人差がありますので、強い症状と思う場合にはご相談ください。解熱剤などを飲み続けなければならない方も同様です。

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

○「山科の歴史と現代」を無料配布します！

一般社団法人山科経済同友会が創立50周年記念事業として、京都橘大学、山科区役所の協力のもと、書籍「山科の歴史と現代」を発行されました。

京都橘大学の教授を中心とした編さんチームが、山科の縄文時代から現代に至る歴史を、最新の研究成果に基づきまとめた、魅力あふれる内容となっています。

6月22日(月)から、山科区役所2階地域力推進室で配布しますので、ぜひご利用ください。

※お1人様1冊限り。

※先着順でなくなり次第配布終了。

問合せ 区総務・防災担当(電話592-3066)



○ 防犯機能付き固定電話の購入を補助します！

山科警察署では、特殊詐欺被害防止対策として、山科防犯協会、京都府電機商業組合の協力のもと、「防犯機能付き固定電話購入補助事業」を実施しています。

防犯機能付き電話機は、相手に【通話を録音します】と警告し、録音してくれます。犯人は通話を録音されることを嫌がります。

このような『事前通告機能』があれば、いろいろな迷惑電話にも有効

です。

補助金額 2,000円

対象 山科警察署管内(山科区、伏見区醍醐、石田、小栗栖地区)に所在する京都府電機商業組合加盟店で防犯機能付き固定電話を購入された方

問合せ 山科警察署(電話575-0110)

新型コロナウイルス特別定額給付金に便乗した詐欺電話にもご注意ください!



○山科検定 過去問クイズ No.1

山科検定の過去問をクイズ形式で紹介。

Q1

山科植物資料館は「ハーブの館」として知られているが、現在はあることを主な目的として設置されている。その目的とはなにか。

(ア)飲料水開発 (イ)化粧品開発 (ウ)新薬開発 (エ)衣料品開発

Q2

芥川龍之介は日本の古典を題材に多くの作品を書いているが、次のうち、山科を舞台にして書かれた作品はどれか。

(ア)鼻 (イ)地獄変 (ウ)芋粥 (エ)藪の中

山科検定 過去問クイズ No.1 の答え Q1 (ウ)、 Q2 (エ)

○山科区役所に寄付いただきました

◆友穂株式会社様から、激励メッセージを添えて使い捨てマスク4,000枚を寄付していただきました。

マスクは、各学区に配布し地域活動等に活用いただきます。

◆株式会社ワタナベ美装様から、殺菌効果がある「酸性電解水」を作る給水器を寄付していただきました。



マスクと
激励メッセージ



渡邊真規代表取締役社長より
山科区長に贈呈

酸性電解水は、山科区役所庁舎内の除菌などに使用するとともに、災害時の避難所等で活用させていただきます。

問合せ 区総務・防災担当
(電話592-3065)

第68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

住民自身で雨量を計測し避難に役立てる

～IoTを用いた土砂災害に強いまちづくりプロジェクト～

土砂災害の恐れのある安朱学区の急傾斜地にセンサーを設置し、住民の自主避難につなげる取り組みをご紹介します。

お話を伺ったのは京都大学防災研究所の畑山先生。「水害の中でも土砂災害は予測が難しく、豪雨災害



時の死者は土砂災害によるものが6割を占めるというデータもあります。突然発生するだけでなく、山ごと、斜面ごとに状況が異なることが予測を難しくしています。」近年はゲリラ豪雨も多く、行政からの防災情報の信頼性も高くなってきましたが、それでも1kmメッシュ程度の精度のデータしかないので斜面ごとに異なる土砂災害を予測することが困難だそうです。

「ある斜面地について、土の中の水分量と今降っている雨の量の2点が観測されていれば、予測精度を高めることが期待できます。」

そこで、平成30年度から安朱学区をモデルとして研究を開始し、急傾

斜地に土壌の水分量を計るセンサーを設置するとともに、住民に雨量計をペットボトルで自作してもらい、毎日の雨量を報告してもらうことに。センサーの数値はリアルタイムでインターネットにあげられ、住民の計測する雨量の報告と合わせて危険を察知する仕組みです。協力している住民は約20人。計測を開始して間もない7月の豪雨で、山科区のあちこちでも被害の可能性が高まったことにより、雨量に対する興味が急速に高まったそうです。

そしてその年の9月の台風21号では関西国際空港が浸水して使用不能になるなど被害が激しかったこともあり、続く台風24号では、導入したシステムを含む様々な情報を基に地域主導で避難所を小学校に開設したとのこと。現在は安朱北部防災ボランティア「つながり隊」が組織され、スマホのLINEにより、緊急時の自主避難所開設などの避難情報を伝える体制が作られています。自主避難を実行できる地域づくりは全国的な課題だそうですが、安朱学区で初年度から達成したことは驚きだそうです。

「雨量計はペットボトルで自作できますし、センサー自体は近年1個千円程度の安価なものも販売されるようになり、それぞれの斜面に近隣の住民が設置することも可能な時代になってきました。中学や高校の生徒が住民の防災組織とコラボすることで地域の警報システムを作ることも可能でしょう。」ペットボトルで雨量計を自作するワークショップには小学生も多数参加したそうで、この子たちが将来の防災を担う人材になるかもしれませんね。

(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)