

市民しんぶん 山科区版（拡大版）

やましな

5 / 15



今月号の題字は
嶋田 叶夢さん
（四ノ宮児童館）
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031055号

【目次】

6月は環境月間です！	3
新型コロナワクチン接種(無料)について.....	5
山科区フラワーロード推進事業 「花と緑のまちづくりサポーター」募集中！	6
資源物の移動式拠点回収を実施します！.....	7
山科商店会でイルミネーションを実施中です	8
ご存じですか？ 身近な相談相手.....	8
特殊詐欺 自分は騙されないと思っていませんか？.....	9
「コーラスフェスティバルin山科・醍醐」出演団体募集!!.....	10
情報掲示板	11
令和3年経済センサス活動調査を実施します	15
京都いつでもコール	16
カラフルな旬野菜でカラダを元気に☆～そうだ、野菜とろう！～.....	16
健康教室「見つけて防ごう！ 糖尿病」	17
乳がん巡回検診	18
山科わっはっは体操 アニメーション動画を公開中！	19
もしもに備えて「わたしの緊急情報シート」を活用しませんか？	19

○ 6月は環境月間です！

美しく、住みやすい山科へ向けて、皆様のご協力をお願いします。

京都市長 門川 大作



豊かな自然環境を次世代へ受け継ぐため、「第3期山科区基本計画」(令和3年度～令和7年)では、〈山科区民宣言〉の1つとして『美しいまちは山科のじまん』を掲げ、取組を進めます。

例年、地域の皆様が中心となって実施している「山科区2万人まち美化作戦」は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため令和3年度の開催は取りやめですが、密集を避けながら、各自で門掃きや草刈り、町内の美化活動などに取り組んでみませんか？

問合せ 区まちづくり推進担当(電話592-3088)



資源物はリサイクル

資源物は、適切な処理で様々なものにリサイクル・再利用されます。

京都市では、区役所やまち美化事務所などで資源物の回収を行っていますので、ぜひご活用ください。

山科区役所での資源物回収

回収日時 毎月第1・3水曜日 午前9時～正午
(年末年始及び祝日を除く)

場 所 山科区役所1階 正面玄関前

回収対象 古紙類・古着類・小型金属・スプレー缶

マイボトルを持ち歩こう

マイボトルの使用で1人あたり年間180本のペットボトルを削減できます。

お店などにマイボトルを持参すると、割引が受けられることもあります。

マイボトル推奨店はこのマークが目印です！▶



「3キリ」で生ごみ削減

食べキリ

残り物の上手な保存
やアレンジレシピで
残さず食べましょう。

水キリ

生ごみの約8割は水分！
できるだけ切って
ごみを減量しましょう。

使いキリ

買う食材は必要な分だけ！
正しい保存でムダなく活用しましょう。

食品ロスの発生実態や詳しい取組内容はこちら▶



まち美化事務所が皆様のお住まいの地域に出向いて資源物の回収を行っています。詳しくは7頁へ

問合せ 山科エコまちステーション(電話366-0184)

○ 新型コロナワクチン接種(無料)について

 区役所では予約を受け付けておりません。

65歳以上の方に、順次お届けしている「予約開始のお知らせ」を受け取られた方から接種の予約ができます。

	接種場所	開始時期	予約方法
個別接種	病院・診療所 (かかりつけ医)等	5月11日(火)から	お近くの病院・診療所(かかりつけ医)等へ
集団接種	山科区役所 (土曜午後と日曜日)	5月29日(土)から	5月20日(木)からコールセンター・ホームページへ

お問合せはコールセンターまで

電話 950-0808 FAX 950-0809

受付時間 午前8時30分～午後5時30分

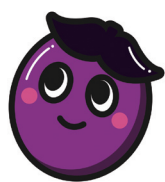
土曜日・日曜日・祝日も受付

※最新情報はホームページよりご確認ください。

京都市 コロナワクチン



「やましなプラス+」ダウンロード(無料 ※通信料は利用者負担)



やましなプラス+

・ App Store または Google Playで「やましなプラス+」と検索

・ 右記QRコードからアプリをダウンロード



App Store



Google Play

※ QRコードは(株)デンソーウェーブの登録商標です。

○山科区フラワーロード推進事業

「花と緑のまちづくりサポーター」募集中！

区役所や東部文化会館、JR山科駅前などの花壇に、季節の美しい花を植栽する「花と緑のまちづくりサポーター」を募集しています。

活動の頻度は月1～2回。和気あいあいとした雰囲気で作業しています。皆様も、花と緑でいっぱいな山科のまちづくりに参加してみませんか。

対象 山科区内に在住または区内に通勤、通学されている方

申込方法 ①氏名②郵便番号・住所③電話番号
④FAX番号(お持ちの方のみ)を添えて問合せ先へ提出(様式自由)

問合せ ふれあい“やましな”実行委員会事務局
「花と緑のまちづくりサポーター」係

(区まちづくり推進担当 〒607-8511(住所記入不要))
(電話592-3088 FAX 502-8881)



フラワーバスケットの植栽



区役所前花壇の植栽

○ 資源物の移動式拠点回収を実施します！

リサイクル可能な「資源物」を、まち美化事務所が地域の身近な場所に出向いて回収します！

日 時		場 所
1	5月20日(木)	草海道公園(栂辻草海道町35-1)
		大宅市営住宅 公園(大宅打明町2-2)
2	5月27日(木)	栂辻西浦公園(栂辻西浦町41-108)
		西野山中臣ちびっこひろば (西野山中臣町71-45)
3	6月3日(木)	別所公園(御陵別所町52-7)
		陵ヶ岡小学校 北門(御陵岡町45)
4	6月4日(金)	西野野色第二公園(西野野色町15-8)
		山科市営住宅2棟東館 集会所前 (西野様子見町1-2)
5	6月10日(木)	北花山大林公園(北花山大林町54-4)
		六兵エ池公園(西野八幡田町4)
6	6月11日(金)	東部土木事務所前(西野様子見町1-2)
		本願寺山科別院 大型バス駐車場 (東野狐藪町2)
7	6月17日(木)	櫃川(大鳥井)公園(西野櫃川町58-6)
		東野公園 北(東野狐藪町20)
8	6月18日(金)	PROPRE OTOWA 駐車場 (音羽川小学校 通用門前) (音羽伊勢宿町18-1)
		音羽市営住宅児童遊園 (音羽森廻り町28-1)

いずれも
午後2時～3時

問合せ 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)

好評により再点灯決定！

○山科商店会でイルミネーションを実施中です

「マジックアワーの空」をイメージしたイルミネーション。見る人の気持ちが前向きに明るくなるような「優しい光」をイメージして、朝焼け(夕焼け)のグラデーションを街灯で演出し、さらにハートや音符などの楽しくなるモチーフも散りばめられています。コロナ禍で商店会でのイベントができない中、「街を明るくしよう！」という提案からスタートしたこの企画。お近くにお立ち寄りの際は、ぜひご覧ください。

場所 山科商店会 京極エリア

問合せ 山科商店会(電話581-3403)



○ご存じですか？ 身近な相談相手

民生児童委員は、福祉に関する困りごとの身近な相談相手です。また、老人福祉員は地域におけるひとり暮らし高齢者の見守り等を実施しています。相談内容の秘密は堅く守られますので、ひとりで悩まずお気軽にご相談ください。各地域の委員については問合せ先まで。

問合せ 区健康長寿推進課 地域支援担当(電話592-3214)

○ 特殊詐欺 自分は騙されないと思っていませんか？



<今すぐできる詐欺対策>

- ① いつも留守番電話に設定しておく。
(犯人は声が録音されることを嫌がります。)
- ② 子どもや孫と名乗って知らない番号で電話がかかってきたら、自分が知っている子どもや孫の電話番号にかけ直してみる。
- ③ 「お金」「キャッシュカード」「暗証番号」などの話が出たら、相手の名前や連絡先を聞いて、一旦電話を切る。その後、家族や警察に相談する。

問合せ 山科警察署(電話575-0110)

○「コーラスフェスティバルin山科・醍醐」 出演団体募集!!

ステージに出演するコーラス団体を募集します。日頃の活動の成果を発揮しませんか。

開催日時 10月31日(日)午後1時～4時30分

場所 東部文化会館 ホール

対象 山科区及び伏見区醍醐地域を拠点に活動を行うコーラス団体
(計15団体程度)

費用 1名あたり1,000円(ただし、高校生以下は無料)

申込方法 5月30日(日)までに東部文化会館で配布・ホームページに
掲載されている出演申込書に必要事項を記入のうえ、東部
文化会館へ提出

問合せ 東部文化会館(電話502-1012 FAX 502-1014)

総人口／	133,795人
男性／	63,288人
女性／	70,507人
世帯数／	63,420世帯
令和3年4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
①	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 ※予約(問合せ先に電話または来所) 相談日の週の月・火曜日9:00～17:00 相談日当日9:00～14:45 ※定員12名(先着順)	区まちづくり推進担当 (電話592-3088)
②	司法書士による 無料登記・法律相談	6月8日(火) 13:30～15:30	京都司法書士会 (電話255-2566)
③	無料行政相談	6月10日(木) 13:30～16:00	京都行政監視行政相談センター (電話802-1100)
④	行政書士の市民 困りごと無料相談	6月15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)
⑤	こころの相談 (精神保健福祉相談)	毎月第1～4金曜日 (閉庁日を除く) 13:30～15:00	区障害保健福祉課 (電話592-3479)

※①～④は山科区役所2階 第2会議室、⑤は山科区役所1階 障害保健福祉課相談室で実施

※相談時は必ずマスクを着用してください。

保険・年金

■国民健康保険からのお知らせ

保険料の納め忘れにご注意ください。保険料を滞納されていると…

- 延滞金をお納めいただくことになります。
- 給与・預(貯)金等の財産を差し押さえることがあります。

問合せ先 区保険年金課 徴収推進担当(電話592-3107)

健康・長寿

■“お口の健康”忘れないでね！ 成人・妊婦歯科相談

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！（なお、歯科医院についての紹介や相談等はお受けできません。）

日時 5月28日(金)9:00～10:30

対象 18歳以上の方、妊産婦の方

費用 無料

申込み 不要

場所 山科区役所1階 健康長寿推進課

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17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)

子育て

■フッ化物歯面塗布事業のご案内

子どもの歯は、生えて2～3年は歯質が弱く、むし歯になりやすい時期です。フッ化物は、生えたての歯を強くし、むし歯予防効果がありますので、継続的に使い、むし歯予防に役立てましょう。

京都市では、フッ化物歯面塗布事業を行っていますので、ぜひご利用ください。

対象 受診時に京都市内にお住まいの2～3歳児

(2歳の誕生日から、4歳の誕生日の前日まで)

内容 母子健康手帳に綴られている受診票を利用して、指定の医療機関でフッ化物歯面塗布を1回受けられます。

※紛失などによる受診票の再発行はできません。

※京都市以外で母子健康手帳の交付を受けられた方は、問合せ先までお問合せください。

費用 無料

問合せ先 区子どもはぐくみ室 子育て相談担当(電話592-3259)

お知らせ

■私道の舗装新設・補修工事費を助成します

京都市では、私道の舗装新設・補修工事(舗装工事に伴う排水施設＝L型街渠(がいきょ)の新設・補修を含む。)を実施する際に標準工事費の75%の助成を行っています。

助成を受けるには、いくつかの要件を満たすことが必要です。助成を希望される際には、5月20日(木)から土木事務所・区役所で配布される手引きをご覧ください、問合せ先までお問い合わせください。

受付期間 5月20日(木)～令和4年3月15日(火)

問合せ先 東部土木事務所(電話591-0013)

■令和3年度分の個人市・府民税の証明は、6月1日(火)から

令和3年度分個人市・府民税の課税証明書、所得証明書及び納税証明書は6月1日(火)から交付します。

どの種類の証明書が必要か、提出先等に十分にご確認ください。また、請求される際には、本人確認書類(マイナンバーカード、運転免許証、パスポート等)をご持参ください。

3月16日以降に申告書を提出された場合は、その内容が反映されていない場合があります。

証明書の内容については、市民税第2担当までお問い合わせください。

問合せ先 区市民窓口課(電話592-3094)

市税事務所 市民税第2担当(電話746-5837)

■京都ホンデリングを実施します

京都市では、不要となった書籍等を寄贈いただき、その売却代金を寄付として本市の犯罪被害者総合相談窓口である(公社)京都犯罪被害者支援センターの支援活動に役立てます。寄贈可能な書籍等は、ISBN(※)が付された2011年以降に出版された本又は規格品番が付されたCD・DVD・ゲームに限ります。

※書籍の裏表紙等にISBNの文字とそれにつづく10桁又は13桁の数字が記載されているもの

日時 5月21日(金)～27日(木)

場所 山科区役所2階 廊下

問合せ先 市くらし安全推進課(電話222-3193)

山科区社会福祉協議会(電話593-1294)

■福祉ボランティア活動支援助成

福祉ボランティア活動の発展と継続を支援することを目的として、助成の申請を募集します。

対象 以下の全ての要件を満たす福祉ボランティア活動

- ① 1年以上継続して行っている活動であること
- ② 山科区内の活動であること
- ③ 社会や地域に開かれた活動であること

助成額 1つの活動につき上限3万円

申込方法 6月18日(金)までに令和3年度ボランティア活動支援助成申請書を問合せ先に提出(必着)

※山科区社会福祉協議会ホームページからダウンロードできます。

問合せ先 山科区社会福祉協議会(〒607-8344 西野大手先町2-1)

山科図書館(電話581-0503)

■山科文学探訪

「やましなに息づく 小倉百人一首の世界

～天智天皇と僧正遍照ゆかりの地を歩く～

日時 5月23日(日)13:00～

内容 区内の文学ゆかりの地を散策

定員 15人

費用 無料

申込方法 来館または電話にて受付



■テーマ図書の展示と貸出

5月 一般書「憲法」「読んで旅をする」

児童書「はなとむし」

6月 一般書「環境」「花と緑」

児童書「そら」

移動図書館(電話801-4196)

■「こじか号」巡回

5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

5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



○令和3年経済センサス活動調査を実施します

5月中旬頃からすべての事業所を対象に、調査員が調査書類をお配りします。

なお、京都市では、新型コロナウイルス感染症の感染防止のため、調査書類の配布・回収を可能な限り非接触の方法で行います。ご協力をお願いします。

問合せ先 区総務・防災担当(電話592-3066)

新型コロナウイルス感染症の影響により、本紙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。

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

京の健康栄養講座(管理栄養士による講話)

○ カラフルな旬野菜でカラダを元気に☆

～そうだ、野菜とろう！～

6月は食育月間

普段食べている野菜の栄養価や、摂れる時期・産地など、どのくらい知っていますか？ 不足しがちな野菜の魅力を知るとともに、お家で手軽に美味しく食べられるコツや献立を学ぶ講座を開催します。

いつもの食事にもう1品野菜の献立をプラスして、食卓を彩り豊かにしてみませんか？

日時 6月23日(水)午前10時30分～正午(受付：午前10時15分から)

※当日は自宅での検温とマスク着用をお願いします。

発熱や咳などの風邪症状がある場合は、参加できません。

場所 山科区役所2階 大会議室

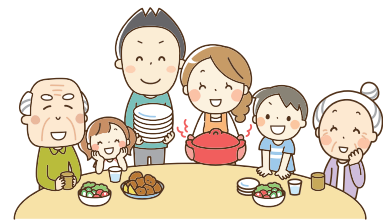
内容 管理栄養士による講話

対象 山科区内在住の18歳以上の方

定員 20名(先着順)

参加費 無料

持ち物 筆記用具・マスク



申込方法 6月7日(月)から電話または区健康長寿推進課窓口(山科区役所1階)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)

※新型コロナウイルス感染症の状況により、内容の変更または中止になる場合があります。

○ 健康教室「見つけて防ごう！ 糖尿病」

糖尿病は、生活習慣病が主な原因とされる病気で、進行すると心臓病や失明、腎不全、手足の神経障害などの合併症を引き起こします。

しかし、糖尿病は自覚症状が現れにくく、気が付いた時にはかなり病気が進んでいることも。今回は、3ヶ月間かけて生活習慣改善に取り組む2回シリーズの健康教室を開催します。



日時 1回目：7月8日(木)午前9時30分～11時50分

2回目：10月7日(木)午前9時30分～11時30分

※当日は、自宅での検温とマスク着用をお願いします。

発熱や咳などの風邪症状がある場合は、参加できません。

場所 山科区役所2階 大会議室

内容 1回目：血液検査(血糖値、HbA1c)、尿検査、医師、管理栄養士、
歯科衛生士による講話

2回目：血液検査(血糖値、HbA1c)、尿検査、医師による講話、
3ヶ月間の振り返り、お口の体操(山科わっはっは体操)等

※3ヶ月間の生活習慣の改善に取り組み、取組成果を血液検査等で確認します。

※血液検査は指先から採血します。検査結果は当日わかります。

対象 山科区在住の40歳以上で、現在糖尿病の治療を受けていない方

※令和2年度の本教室に参加された方は参加できません。

定員 20名(先着順)

参加費 無料

持ち物 筆記用具・マスク

申込方法 5月24日(月)から電話または区健康長寿推進課窓口(山科区役所1階)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)

※新型コロナウイルス感染症の状況により、内容の変更または中止になる場合があります。

○乳がん巡回検診

乳がんは初期では痛みなどの症状がほとんどないため、気付きにくいのが特徴です。早期発見・早期治療で90%以上は治るため、乳がん検診を受けましょう！

時期 7月～9月

場所 山科区役所2階 大会議室

対象 40歳以上の女性(2年に1回受診可※)

※今年の誕生日に偶数年齢になる方

(奇数年齢の方でも前年に受診されていない方は受診可能)

※令和3年度から30代女性を対象としたエコー検査は実施しません。

内容 乳房X線撮影(マンモグラフィ検査)

※視触診は実施していません。

費用 1,300円 ※免除制度あり

申込方法 6月15日(火)までに乳がん巡回検診申込はがき(乳がん検診案内チラシに添付しているほか、区健康長寿推進課窓口(山科区役所1階)などでも入手可能)で京都予防医学センターへお申込みください。

※申込み後、京都予防医学センターから検診日時等のお知らせが郵便で届きます。

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)



○山科わっはっは体操 アニメーション動画を公開中！

山科わっはっは体操は、お口の体操に笑いをプラスし、楽しく取り組んでもらえるよう考案した山科区独自の体操です。今回、「もてなすくん」を使用したアニメーション動画を作成しました。YouTubeで公開していますので、ぜひご覧ください！



公開場所 YouTube京都市公式チャンネル「きょうと動画情報館」又は山科区役所ホームページからご覧いただけます。▶▶▶▶



山科区役所
ホームページ

※「山科わっはっは体操」にご協力いただける団体等には、CD(音源のみ)及びDVDの貸出を行っていますので、お問合せください。

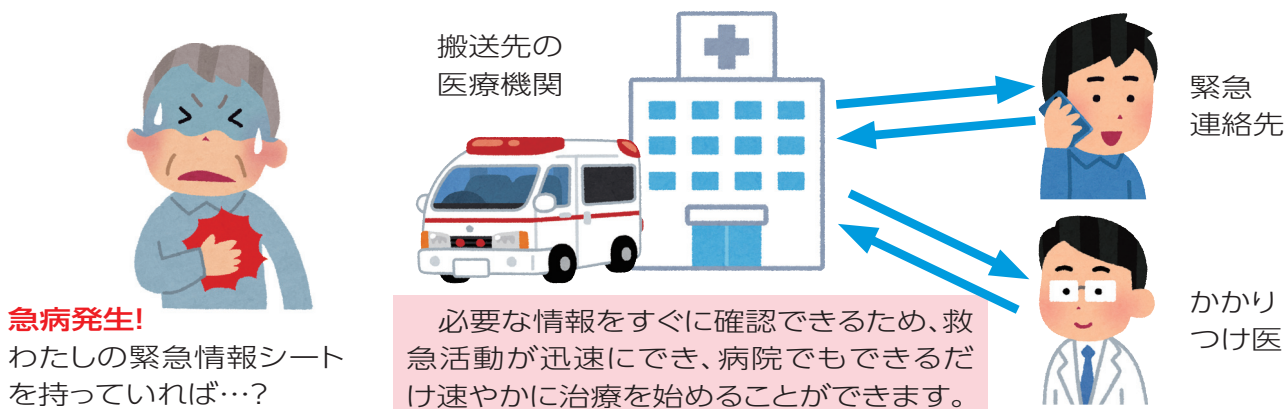
問合せ 区健康長寿推進課 健康長寿推進担当(電話592-3222)

○もしもに備えて「わたしの緊急情報シート」を活用しませんか？



「わたしの緊急情報シート」は、緊急時の連絡先や病名・かかりつけ医などの情報を記入できるシートです。このシートを活用して、急病や災害時など、万が一に備えませんか？ 山科区役所1階 健康長寿推進課や山科区内の地域包括支援センターでお配りしていますので、ぜひご利用ください。

こんな時に役立ちます！



「わたしの緊急情報シート」は2枚に切り分けて使います。

＜自宅保管用＞

お家の冷蔵庫などに貼っておきましょう。

＜携帯用＞

財布などに入れて持ち歩きましょう。



問合せ 京都市山科区在宅医療・介護連携支援センター
(山科医師会内) (電話606-6333)