

市民しんぶん 山科区版（拡大版）

# やましな

## 7/15



今月号の題字

前田 まち子さん（山階学区）

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592-3066・FAX502-8881  
京都市印刷物第041127号



App Store



Google Play

※ダウンロードは無料。 通信料は利用者負担。

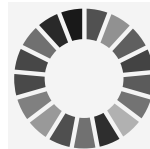
## 【目次】

|                                              |    |
|----------------------------------------------|----|
| やましな熱中症ゼロ大作戦.....                            | 3  |
| 山科区健康づくりサポーター養成講座 開講！ .....                  | 5  |
| 山科区の子ども食堂.....                               | 7  |
| 子ども食堂に補助金を交付しています .....                      | 8  |
| 京都橘大学 たちばなサイエンスデー2022<br>「大学の研究にふれてみよう」..... | 8  |
| 第46回山科区民 壮年ソフトボール大会 .....                    | 9  |
| ストレッチで交通事故防止「いきいき！ 安全横断体操」.....              | 10 |
| 遊具のご寄贈と塗り直しを行っていただきました！ .....                | 11 |
| 情報掲示板 .....                                  | 12 |
| 共同購入参加登録者募集！ .....                           | 15 |
| 京都いつでもコール .....                              | 19 |

## ○ やましな熱中症ゼロ大作戦

熱中症のことを正しく理解し、今年の夏を元気に乗り越えましょう。

京都市長 門川 大作



山科区役所では、地域団体、関係機関、民間企業の皆様と連携して、区民の皆様を熱中症から守る「やましな熱中症ゼロ大作戦」を実施しています。



適切な対策を実施し、熱中症を防ぎましょう！



山科区役所での取組



シャド装置を設置!

区役所2階に設置しています。ぜひご利用ください！

※マイボトルをご持参ください。

給水器を設置!



熱中症予防啓発チラシを区役所や協力団体等で配布中！ぜひご覧ください。

## 暑さ指数(WBGT)を確認し、行動の目安に！

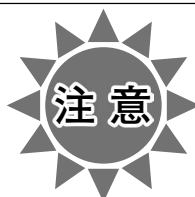
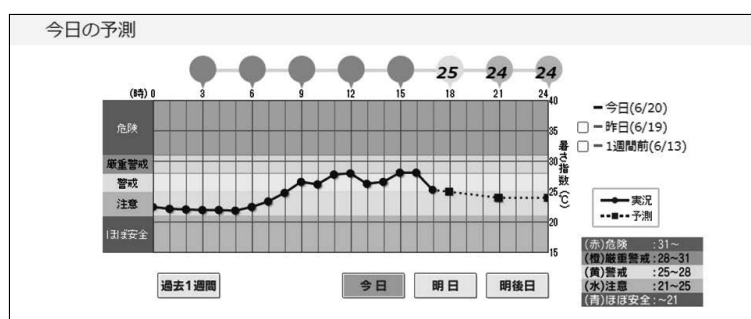
暑さ指数(WBGT)とは…気温、湿度、輻射熱(日差し等)からなる熱中症の危険性を示す指標です。

★暑さ指数が33以上になると予測される場合、危険性がより高まるため、「熱中症警戒アラート」が発表されます。

環境省熱中症予防情報サイトでは、時間帯別や場所別の暑さ指数も確認できます。ぜひ活用しましょう！▶



暑さ指数は、  
時間帯や場所によって  
大きく異なります。



熱中症の注意ポイントは  
気温の高さだけではありません！

暑さ指数 (WBGT) =

|                                                                                     |   |                                                                                     |   |                                                                                     |
|-------------------------------------------------------------------------------------|---|-------------------------------------------------------------------------------------|---|-------------------------------------------------------------------------------------|
|  | : |  | : |  |
| 1                                                                                   | : | 7                                                                                   | : | 2                                                                                   |
| 気温の効果                                                                               |   | 湿度の効果                                                                               |   | 輻射熱の効果                                                                              |

湿度が高いと汗が蒸発しにくく、体内から熱を逃せなくなるため、実は湿度も大事な指標です。

問合せ 区総務・防災担当(電話592-3066)

区健康長寿推進課 健康長寿推進担当(電話592-3222)

## ○ 山科区健康づくりサポーター養成講座 開講！

募集

～養成講座を受講し、地域での健康づくり活動を始めませんか～

現在62名が登録し、活動中！ 高齢の方も活躍しています！

|     | 日時(場所)                             | 内容                                                 |
|-----|------------------------------------|----------------------------------------------------|
| 1回目 | 8月10日(水)14時～15時30分<br>(区役所2階 大会議室) | ●歯科衛生士による講話<br>●健康運動指導士による<br>講話及び実技               |
| 2回目 | 8月24日(水)14時～15時30分<br>(区役所 第5会議室)  | ●保健師、管理栄養士による<br>講話<br>●山科区健康づくりサポ-<br>ーターの役割と活動紹介 |

サポーターの登録には  
1回目、2回目両方の受講が必要です。

対象 18歳以上の山科区在住の方で、健康づくりに興味のある方

定員 20名(先着順)

受講料 無料

申込方法 7月19日(火)～7月29日(金)に電話または区役所1階①番  
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)

## 山科区健康づくりサポーター(愛称: キャット・ハンズ)とは 🐾

『自分のために、地域みんなのために』  
をスローガンに、山科区保健福祉セン  
ターと共に健康づくりに関する活動を行  
っているボランティア団体です。

定期的にウォーキングやキャット・ハ  
ンズ体操、健康イベントでのスタッフ従  
事等、様々な活動を行っています。

### ＼ 定例会の様子／



### 健康づくりサポーターの声



#### ▼健康づくりサポーターになろうと思ったきっかけ

- ☞ 晴れ晴れとした表情でキャット・ハンズから帰ってくるご近所さんを頻繁に見かけて
- ☞ 市民しんぶんを見て

#### ▼健康づくりサポーターになってよかったこと

- ☞ 週3～4回のウォーキングや体操で心も体も健康になりました。
- ☞ 思っていた以上にたくさんの人と友達になれました。出かける用事や、会える人ができて良かったです。

#### ▼参加を迷われている方へ

何も心配いりません、みんなでサポートします！  
とにかくまず一步を一緒に踏み出しましょう！



## ○山科区の子ども食堂

子ども・若者の育ちと居場所づくりのための「子ども食堂」。コロナ禍でも活動が続けている「子ども食堂」をご紹介します！

### 泉ハッピー食堂(主催：泉アガペセンター)

日時 第4土曜日 12時～14時

場所 KYOTO泉チャーチ(西野樺本町10-4)



---

### 子どもお弁当食堂サンフラワー

(主催：山科地区更生保護女性会・(株)インサイトハウス)

日時 第1土曜日 11時30分～12時30分

場所 東野中井ノ上町5-44

---

### 子ども食堂ゆたか

(主催：小野学区自治連合会・炉ばた ゆたか・民生児童委員協議会)

日時 毎週土・日・祝日 11時45分～12時45分

場所 炉ばた ゆたか(勧修寺平田町129)

---

### このまちしょくどう(主催：このまちしょくどう)

日時 第2土曜日 12時～13時

場所 古館(公成建設(株)山科寮前)(東野中井ノ上町19-42)

---

### 榊みんカフェ(主催：榊辻みんなの食堂)

日時 最終土曜日 14時30分～16時

場所 榊辻団地集会所(榊辻西浦町41-85)

---

### にじいろキッチン(主催：にじいろキッチン)

日時 第3土曜日 11時30分～13時

場所 本願寺山科別院(東野狐藪町2)

---

### 笑人カフェどんげね？～子ども食堂～(主催：笑人 Wa-road)

日時 月1回土曜または祝日 12時～14時

場所 天ぷらや笑人(日ノ岡鴨土町43-14)

---

※コロナ禍のため、お弁当販売に変更している「子ども食堂」もあります。

山科青少年活動センターでは、フードパントリー  
(食品の無料配布)を実施しています。

子ども食堂・フードパントリーの詳細はこちらから▶  
問合せ 山科青少年活動センター(電話593-4911)



## ○子ども食堂に補助金を交付しています

やましな輝きプロジェクト実行委員会では、山科区内で、子どもたちに無料または低価格で食事を提供する事業(子ども食堂等)を実施する団体・グループに対して、補助金を交付しています。

補助金額 1事業につき、上限10万円

申請期間 令和5年2月28日(火)まで(先着順)

補助金の申請方法等の詳細はこちらから▶  
問合せ 区総務・防災担当(電話592-3066)



エクステンション講座

小学生向け  
イベント開催

## ○京都橘大学 たちばなサイエンスデー2022 「大学の研究にふれてみよう」



京都橘大学ではたくさんの先生が世の中の色々な「フシギ」について研究しています。一緒に楽しい！おもしろい！ものづくりや実験をして「フシギ」をみつけよう！

日時 7月30日(土)10時～15時

場所 京都橘大学

内容

- 甲骨文字を使って、オリジナルキーホルダーや判子を作ろう
- あなたも小さな建築家！すてきな家を設計しよう

など

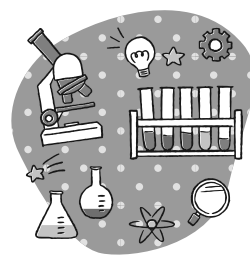
対象 小学1～6年生※保護者同伴

費用 無料

募集定員 600名

申込方法 京都橘大学HPにてお申込みください。(事前申込制)▲

問合せ 京都橘大学 学術振興課(電話574-4186)



● 総人口 133,337人 男性：62,454人 女性：70,883人  
🏠 世帯数 64,993世帯 令和4年6月1日現在(山科区推計人口)

### 第46回山科区民

## ○ 壮年ソフトボール大会

音羽体振チームが見事優勝!!



5月29日、第46回山科区民壮年ソフトボール大会が開催され、区内10学区の体振チームが出場しました。

決勝では、音羽体振チームが陵ヶ岡体振チームとの熱戦の末、優勝しました。優勝した音羽体振チームは、7月31日(日)(雨天時は8月7日(日))に行われる第32回京都市大会に山科区代表として出場されます。

👑 優勝

音羽体育振興会チーム

👑 準優勝

陵ヶ岡体育振興会チーム

👑 三位

勸修体育振興会チーム

👑 三位

小野体育振興会チーム



＼応援よろしくお願いします／

問合せ 区まちづくり推進担当(電話592-3088)

## ○ストレッチで交通事故防止「いきいき！安全横断体操」

歩行者の交通事故で最も多いのは、「道路横断中の事故」です。

山科警察署では、道路を安全に横断する際に必要な「動作」や「合図」を取り入れた、「いきいき！安全横断体操」動画を作成しました！

この体操を覚えて、道路を渡る際に実践しましょう！



動画はこちらから



問合せ 山科警察署(電話575-0110)

## ○ 遊具のご寄贈と塗り直しを行っていただきました！

京都室町ライオンズクラブ様より、区役所正面広場に  
子ども向けパンダ型遊具のご寄贈と既存遊具の塗り直し  
を行っていただきました。



パンダ型遊具が仲間入り！  
子ども達の憩いの場となっています♪



待ってるよ！

new



問合せ 区総務・防災担当(電話592-3066)

## ○ 情報掲示板

### 相 談

|                       | 日時                                                                             | 問合せ先                                |
|-----------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|
| ①弁護士による<br>京都市民法律相談   | 毎週水曜日<br>(閉庁日を除く)<br>13:15～15:35                                               | 区まちづくり推進担当<br>(電話592-3088)          |
|                       | <b>申込方法</b><br>電話または来所(定員14名・先着順)<br>相談日の週の月・火曜日9:00～17:00<br>相談日当日の9:00～15:05 |                                     |
| ②司法書士による<br>無料登記・法律相談 | 8月9日(火)<br>13:30～15:30                                                         | 京都司法書士会<br>(電話255-2566)             |
| ③行政書士の市民<br>困りごと無料相談  | 8月16日(火)<br>13:30～16:00                                                        | 京都府行政書士会<br>第6支部事務局<br>(電話692-2500) |
| ④無料行政相談               | 8月18日(木)<br>13:30～16:00                                                        | 京都行政監視行政相談<br>センター<br>(電話802-1100)  |
| ⑤こころの相談<br>(精神保健福祉相談) | 毎月第1～4金曜日<br>(閉庁日を除く)<br>13:30～15:00                                           | 区障害保健福祉課<br>(電話592-3479)            |
| ⑥空き家相談窓口              | 平日 9:00～17:00<br>常時開設                                                          | 区総務・防災担当<br>(電話592-3066)            |

※①～④は区役所2階 第2会議室、⑤は区役所1階 障害保健福祉課相談室、⑥は区役所2階 20番窓口で実施

※相談時は必ずマスクを着用してください。

## 健康・長寿

### ■成人・妊婦歯科相談

日時 7月22日(金) 9:00～10:30

場所 区役所1階 健康長寿推進課

対象 18歳以上の方、妊産婦の方

費用 無料

申込方法 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)

## 山科図書館(電話581-0503)

### ■外国語で遊ぼう！

日時 7月23日(土)14:30～

内容 外国語の絵本の読み聞かせ 他

### ■赤ちゃんの会

日時 ①7月25日(月) ②8月15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

7月 一般書「自然に親しむ」 児童書「まなんであそぶ」

8月 一般書「平和」「怖い怖い本」 児童書「なつやすみ」

### ■山科幼稚園の園児による絵画展示

日時 7月1日(金)～8月31日(水)

## 移動図書館「こじか号」(電話801-4196)

|    |          |             |    |           |
|----|----------|-------------|----|-----------|
| 日時 | 7月25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    |
| 日時 | 7月27日(水) | 10:00～10:40 | 場所 | 大塚小学校     |
|    |          | 11:00～11:40 | 場所 | 大宅小学校     |

★0歳～乳幼児の親子を対象としたイベント情報を

「山科はぐくみだより」で発信しています！

子育て関係のイベントや子育て支援施設の情報を手軽に  
入手できる「京都市はぐくみアプリ」もぜひダウンロードして  
ご活用ください！



「山科はぐくみだより」  
掲載ページは  
こちらから▶



「京都市はぐくみアプリ」  
ダウンロードは  
こちらから▶



問合せ先 区子どもはぐくみ室 子育て相談担当(電話592-3259)

### 編集室から



夏は海や川でのレジャーが盛んな季節です。自然の中で開放的な気分になりとても楽しい反面、毎年、全国各地で痛ましい水の事故が発生しています。

特に子どもは、水の危険性を十分に理解していないことがあり、重大事故につながりかねません。海や川では、大人が子どもから絶対に目を離さない、また、絶対に子どもだけで遊ばせないようにして、この夏を楽しく過ごしましょう！

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。

## ○ 共同購入参加登録者募集！



太陽光パネル

蓄電池

### みんなでおトクに購入しませんか？

グループパワーで、かしこくチョイス。

未来へつなぐおトクな一歩。

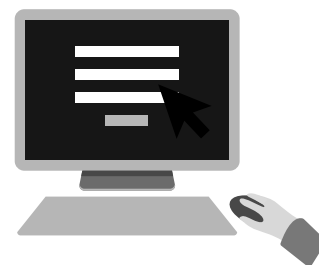
電気代節約はもちろん、災害時の停電対策にも！是非この機会をお見逃しなく。

住宅用・事業用(10kW未満)

### かんたん手続き！

#### ①参加登録

参加登録はWEBサイトからお願いします。ご自宅の屋根の形や素材、建設時期などの簡単な質問に答えるだけで完了します。



## ②事前見積りの確認

事前見積りの準備ができましたら、メールでお知らせします。

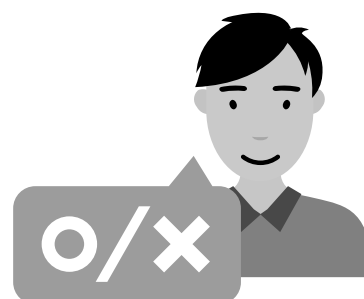
製品、価格、施工事業者について詳しくお知らせします。



## ③購入の判断

事前見積りの内容をご確認のうえ、現地調査に進むか判断してください。

現地調査後に、設置に向かない場合など、キャンセルすることもできます。



7月中旬以降から  
今年の入札結果  
が掲載されます。



参加登録・詳しい情報は専用WEBサイトからご確認を

京都 みんなのうちに太陽光

検索

いますぐ登録

参加募集期間

2022. 9.20まで

## よくある質問

Q 誰でも参加できますか？

A 京都府内の建物であれば、個人も法人も参加できます。

Q 停電時にも電気が使えますか？

A 7.04kWh容量の蓄電池にフル充電した場合、家電機器(約435W)を約12時間、連続使用可能です。

Q メーカーや製品は選べますか？

A 選ぶことはできませんが、十分な品質をクリアした製品を選定していますのでご安心ください。

Q どのくらいおトクになりますか？

A 参加者が多く集まるほどおトクになります。前回では、太陽光パネル約28% OFF（市場価格比）が実現しています。

Q 工事は何日くらいかかりますか？

A 太陽光パネルの設置は約3日、蓄電池システムの設置は約1日が目安です。

## お問合せ窓口

京都 みんなのうちに太陽光事務局

 0120-623-100 10:00～18:00(土・日・祝日を除く)

本事業は京都府・京都市とアイチューザー（株）が協定を締結して実施しています。

発行：環境政策局地球温暖化対策室

住所：604-8571 中京区寺町通御池上る上本能寺前町488番地

電話：(075)222-4555 FAX：(075)211-9286

京都府及び京都市では、地球の気温上昇を工業化以前より1.5℃

以下に抑えるという世界が目指す目標の実現に向けた取組の一環として本事業を推進しています。

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)