

# こえかけで 熱中症予防!



熱中症のリスクが高い方に「こえかけ」をしよう!  
高齢者、子ども、持病のある方等は、熱中症になりやすい傾向があります。

## ポイント① こまめな水分補給

- ☀️ のどが渇く前に水分補給
- ☀️ 大量に汗をかいたときは、塩分補給も忘れずに



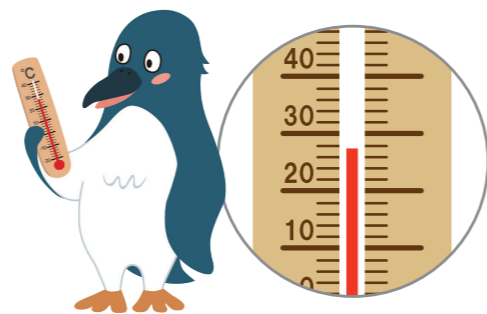
## ポイント② エアコンを 活用しよう

- ☀️ 熱中症の約5割は屋内で発生!



## ポイント③ 快適な環境づくり

- ☀️ 温度計を確認し、室温は28℃を目安に調整



## ポイント④ 健康管理をしっかりと

- ☀️ 食事・運動・睡眠で暑さに負けない体をつくる



熱中症予防の詳細についてはこちらをチェック (京都市情報館) ⇒



2026年7月7日(火) ~ 20日(月)祝 休館日: 7月13日

10:00 ~ 18:00 ※最終日は17:00まで(最終入場は閉場の30分前まで)

会場: 京都市京セラ美術館 本館北回廊2階

〒606-8344 京都市左京区岡崎円勝寺町124 TEL 075-771-4334

入場料: 一般1,000円(団体800円)、大高生500円(団体300円)、中学生以下無料  
同券で染・清流館にも入場できます。

※障害者手帳等をご提示の方は本人および介護者それぞれ1名まで無料。(確認できるものをご持参ください)

※学生料金で入場の方は、学生証をご提示ください。

※団体は20名以上。

主催: 染・清流館、京都市

協賛: 大松株式会社、三菱UFJ銀行、京都銀行、  
京都中央信用金庫

後援: 京都新聞

お問い合わせ: 染・清流館 075-255-5301



現代の染表現  
—染・清流展25回の軌跡—

Contemporary Textile Dye Art  
—The History of Some Seiryu Exhibition 1991 ~ 2025

1991 ~ 2025

《同時開催》

現代染色の屏風祭Ⅲ—祇園祭によせて—

2026年7月7日(火) ~ 26日(日) 月曜日休館(祝日を除く)

会場: 染・清流館 京都市中京区室町通錦小路上山伏山町550-1 明倫ビル6階

京都市京セラ美術館  
Kyoto City KYOCERA Museum of Art

発行: 京都市保健福祉局健康長寿のまち・京都推進室健康長寿企画課

京都市文化市民局美術館

京都市印刷物: 第080910号

京都市広報版掲示期間: 令和8年7月1日~7月15日



京都市は持続可能な開発目標 (SDGs) を支援しています。



京都市「地域コミュニティ活性化」



健康長寿のまち・京都

この印刷物が不要になれば  
「雑がみ」として古紙回収等へ!

