



にしきょう Nishikyo

(毎月15日発行)



西京区役所 検索
区役所が発信している情報はこちら



西京区マスコットキャラクター
「にしきょう・たけにょん」



「新しい生活スタイル」の徹底を。

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、本紙に掲載のイベント・行事は、今後、中止・変更になる場合があります。中止・変更については区役所ホームページをご覧ください。

区役所ホームページ (随時更新)



本紙掲載のイベントに参加する際は ご協力をお願いします

- 体調のすぐれない方(37.5℃以上の発熱、咳など)は参加をお控えください。
- ウォーキング等をのぞいて、マスクの着用をお願いします。



風邪のような症状がある時には かかりつけ医などお近くの医療機関に相談を。休日・夜間は新型コロナ医療相談センター (☎414-5487) へ。

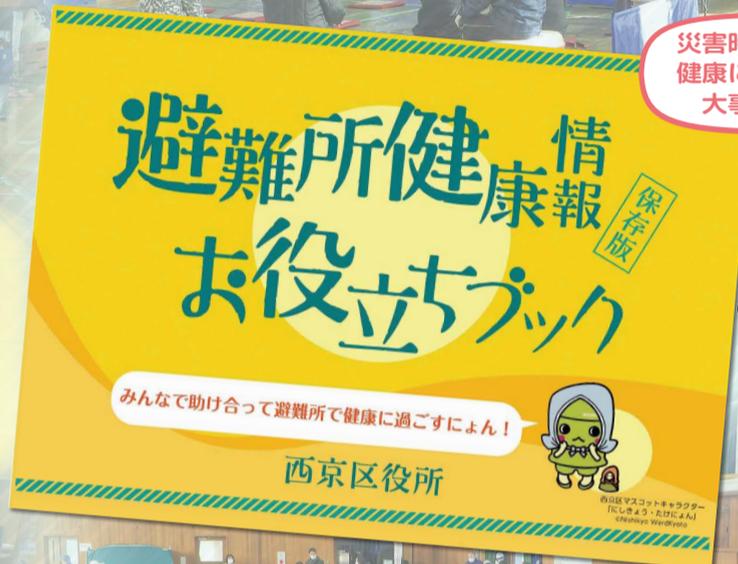
避難所で健康を保つための

7つのポイント

突然の災害により被災し、避難所での慣れない生活を強いられることにより心身の健康を害することがあります。

西京区では、各避難者が、避難先で健康を維持できるよう、感染症、熱中症、エコノミー症候群及び生活不活発病等の知識や予防方法をまとめた「避難所健康情報お役立ちブック」を作成しています。区ホームページでご覧いただけますので、ご利用ください。

問 区健康長寿推進課 (☎381-7643)



災害時だからこそ、健康に過ごすことが大事だよん!



- 1 清潔を保つ** (Hand icon)
- 2 体調を整える** (Person icon)
- 3 こころのケア** (Heart icon)
- 4 お口をキレイに** (Toothbrush icon)
- 5 運動で病気を予防** (Person running icon)
- 6 お薬を常に携帯** (Medicine icon)
- 7 食事を適切にとる** (Food and water icon)



防災耳より情報

～防災出前講座～



区役所・支所の職員が地域に出向き、「防災の出前講座」を行っています。災害の備えに、ぜひご利用ください! 詳しくは、区役所・支所総務・防災担当まで。

問 区役所総務・防災担当 (☎381-7157) 支所総務・防災担当 (☎332-9185)

～マイ・タイムライン～

災害に備えて、自分がとるべき行動をあらかじめ決めたものが「マイ・タイムライン」です。家族や地域で相談しながら、作る事が大切です!

【京都市防災ポータルサイト マイ・タイムライン】▲

～ハザードマップ～

ハザードマップは、被災想定区域や避難所等の位置を記載した地図です。ご自宅が被災想定域内にあるかを確認しましょう! ハザードマップは、区役所や支所での配布のほか、ホームページでも確認できます!



時…日時、時期 所…場所 対…対象 内…内容 定…定員 ￥…費用 要…必要な物 申…申し込み 問…問い合わせ 休…休日 !…注意
区保…区役所保健福祉センター 区保別…区役所保健福祉センター別館 支保…支所保健福祉センター 特に記載のないものについては、事前申込不要、料金無料