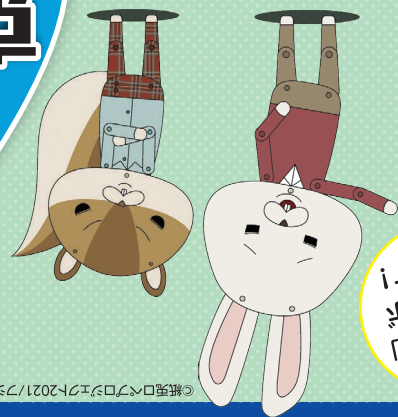




特集
お国産の
水・電気・ガス
の
仕組み



ご家庭でできる 浸水対策！ 雨水貯留・浸透施設 助成金制度 をご利用ください！

雨水貯留タンク

1建築物につき上限4基

雨どいから分岐器具によりタンクに流入させ貯めます！
貯めた雨水は「打ち水」等に有効活用！

※郵送手続き

購入費用及び
設置工事費用の 4 分の 3 で
上限 37,500 円

うち、設置工事費用は
上限 10,000 円

部分に
助成を行います。

雨水浸透ます

1建築物につき上限4基

雨水を穴の開いたますから地中にしみこませます！
設置は京都市指定下水道工事業者にご相談を！

雨どい

排水管

浸透ます

透水シート

砕石

部分に
助成を行います。

〈助成額〉
新設
1基につき 25,000 円
取り替え
1基につき
設置工事費用 上限 70,000 円
付帯工事費用 上限 30,000 円

必ず購入、設置前に
ご相談ください！

助成金に関する問合せ 下水道部管理課排水設備担当
TEL 075-672-7822 FAX 075-682-2707

詳しくは
こちら！

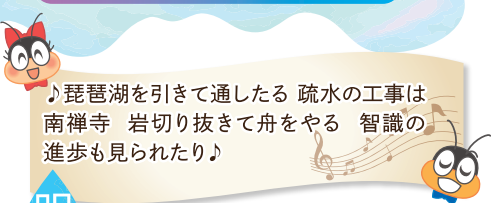


京都市
CITY OF KYOTO
令和3年8月
京都市印刷物第034328号

冊子に関する
問合せ
京都市上下水道局 総務部総務課 広報企画担当
〒601-8004 京都市南区東九条東山王町12
TEL 075-672-7810 FAX 075-682-2711
E-mail s.koho@suido.city.kyoto.lg.jp

京の水 こぼれ話

“名所”琵琶湖疏水の魅力



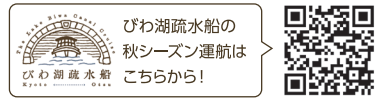
そんな疏水には、様々な楽しみ方がありました。たとえば遊船。疏水が完成した明治23（1890）年、貨物を運ぶ船が行き交う以前から、すでに南禅寺船溜～夷川船溜間などには、100隻以上の遊船が浮かんでいたといわれています。そして修学旅行。南禅寺水路閣や蹴上発電所といった疏水関連施設は、かっこうの見学先となりました。また、沿線には多くの茶店が立ち並んでいたとか。明治の人々は、「疏水を楽しむ」点でも先人だったわけですね。



第3トンネル東口とびわ湖疏水船



名所としての魅力は今日も変わりません。びわ湖疏水船の復活や日本遺産への登録など、琵琶湖疏水の魅力は、これからも尽きないことでしょう。



暑い夏こそ、お風呂につかりよう!!

協力: 株式会社バスクリン / 大塚製薬様

あなたの今のお悩みは?



A 夏バテかも?!

全身が疲れてだるい、
なかなか寝つけないなど



B 在宅ワーク疲れ

長時間のパソコン作業で
腰痛や肩こり、脚がむくむなど



C お肌が気になる!

夏の強い日差しで
肌が乾燥しているなど

そのお悩み、お風呂入浴で解決!!

ポイント
1

リラクゼーション効果で 夏バテ撃退

お風呂につかると、血流が促進され、疲労感やだるさが軽減。就寝1.5~2時間前の入浴は、睡眠にも効果的。

ポイント
2

入浴の3つの作用が 身体の不調を解消

体が温まり、血行を促進する「温熱作用」、水圧が血液とリンパの流れを良くする「静水圧作用」、筋肉や関節を緩める「浮力作用」が腰痛や肩こり、脚のむくみの緩和に効果的。

ポイント
3

血行を促進して、 美容効果アップ

お風呂につかると、体が温まり毛穴が開くので、肌を強くこすらなくても汚れは落ちやすくなり、清浄効果がアップ。



夏のお風呂 おすすめの入浴方法

お湯加減は
「ぬるま湯」で

37~39℃のお湯に15~20分間がおすすめ。
血行が促進され、疲れが和らぎます。

半身浴もおすすめ

心臓や肺に負担をかけずに体を温めることができ、
体力に自信のない方にもおすすめ。

暑い日はクール系
入浴剤でさっぱり!

クール系入浴剤で湯上がりもさわやか。重曹やミョウバンを含むものは、お肌をさっぱりさせる効果も。

注意!!

⚠️ 熱い湯に長くはNG! ...42℃以上の高温浴は血圧や脈拍を急上昇させるなど、体への負担が大きいので、避けましょう。

⚠️ 入浴前後は必ず水分補給! ...入浴時は発汗で約800mlもの水分を失います(41℃のお湯に15分間入浴の場合)。ナトリウムやカリウムなどを含むイオン飲料は吸収も素早くおすすめですよ!

[出典:医学と生物学 第154巻 第8号 2010年8月]

アンケートに
答えて

「京ふる癒やしの入浴セット」をゲット

セット内容

イメージ

抽選で20名様にプレゼント!



- ・オリジナルマイボトル(1本)
- ・京のかがやき 疏水物語(2本)
- ・イオンウォーター(スティックタイプ)
- ・「きき湯 マグネシウム炭酸湯」(分包)

応募方法

はがきまたは右下の二次元コード(①住所、②氏名、③年代、④電話番号、⑤夏もお風呂につかる派? つからない派?、⑥記事を読んでお風呂につかりたい(回数を増やそう)と思った? を明記)で、令和3年10月12日までに(必着)〒601-8004 京都市南区東九条東山王町12番地 京都市上下水道局 総務課広報企画担当へ

※感想等は、広報誌、ホームページ等で紹介する場合があります。

※個人情報、プレゼント郵送のために使用し、それ以外の目的には一切使用いたしません。

※当選者の発表はプレゼントの発送をもってかえさせていただきます。



アンケートの回答は
こちら

総務部総務課 TEL 075-672-7810 FAX 075-682-2711

ひかりちゃん

第10弾

「水に関する意識調査」ってナニ?

水に関する
意識調査

おやっ

それはね!

「水に関する意識調査」とって
普段の水道の使い方、
水に関する考えや上下水道事業への
感想などを聞くものなの

上下水道局からだ...
ん? 調査...??
なんだろう

あ、
ひかりちゃん



調査の結果は広報手法や
ターゲットの分析、経営の評価や
戦略の策定に役立てているよ。

これからの上下水道事業に
関わる大切な調査なんだね

※水に関する意識調査の結果は
上下水道局ホームページに掲載中



市内在住の方に
ランダムに配布しているので、
届いた方はご協力
よろしくお願いします。

今年は
9~10月頃に
送付予定です。

経営戦略室 TEL 075-672-3114 FAX 075-682-0289