

図書館では、心身にハンディキャップがあることにより、図書館に来ることが困難な方に、「自宅配本」制度があります。

また、目が不自由なため自分で図書館の本を読むことができない方には、「対面朗読」を行っています。

お気軽にご利用ください。



図書館案内

ご存じですか

“障害者サービス”

「自宅配本」「対面朗読」制度

お問い合わせ・お申し込みは障害者サービス係までご連絡ください。

■受付時間■

午前10時～午後5時40分

向日市立図書館 ☎931-1181



健康ひとくち知識

突年の頃になって、まず誰にでもおきる目の異常は老眼です。老眼は誰にでも訪れる目の老化現象であり、目の病気ではありません。40歳をすぎ、本などを読むとき、目から離れた方が楽であったり、薄暗いと小さな字が読みづらい、細かい仕事をすると目が疲れる。こうした症状がでるようになれば老眼の始まった証拠です。

目は対象物をはっきり見るためにピントを合わせるようになっています。

目と成人病

遠いところを見るときは、毛様体筋という筋肉がゆるんで、レンズの役目をして、水晶体が薄くなり、反対に近くを見るときは毛様体筋が収縮して水晶体が厚くなるのです。若いときの水晶体は、弾力が十分にあるので自由に变化することができますが、年とともにいくらか毛様体筋が収縮しても水晶体は厚くなることはできなくなっています。つまり、調節機能が衰え、その結果近いところにピントが合わなくなっ

老眼

なりましょう。

老眼は年と共に自然に進行していくものであり、老眼鏡をかけたからといって早く進行することはありません。60歳ぐらいになると、水晶体の弾力性はほとんどなくなり老眼の進行は止まらなくなります。しかし、それまでは調節機能にあったレンズのとり替えが必要で、目は健康の窓、酷使せずに適当に休養をとり、早めに疲労をとるようにしましょう。

無料法律相談

- ▽とき 10月24日(土) 午前10時～正午
- ▽ところ 市役所1階市民相談室
- ▽内容 金銭貸借・土地・財産などの法律問題
- ▽予約日 22日(木) 午前9時から
- ▽受付 (先着4名・電話でも可)
- ▽申込み 秘書広報課 内線251

予約制

青少年健全育成

ポスター募集

すでに各学校の校長先生を通じて、美術の先生や担当の先生から聞いてのことと思いますが、向日市青少年健全育成連絡協議会では青少年の皆さんの健全な成

長を願って中学生の皆さんからポスターを募集しています。

マテーマ ○自己の向上をめざして目標・情熱をもつてがんばろうとするもの

○明るい家庭づくりをめざすもの

○「家庭の日」の推進に○非行防止に関するもの

▽募集期限 10月31日

▽応募作品 1.全作品を展示 2.優秀作品をカラー印刷して市内要所に展示

▽お問い合わせ・作品の送付先 学校または教育委員会社会教育課 内線322

向日市老人クラブ

清掃奉任

向日市老人クラブでは、9月20日の社会奉仕の日をはさんで、19日、20日、27日の3日間にわたり、早朝から市内の清掃を行いました。同時に散乱している空缶や空ビンの回収も行いました。



毎月
20日
献血デー

10月のくらしのカレンダー

15 (木)	1歳半健康診査 午後1時15分～2時45分 保健センター	21 (水)	消費生活相談 午後1時～4時 市民相談室 乳児(前期)健康診査 午後1時30分～2時45分 保健センター	27 (火)	困りごと相談 午前10時～午後3時 市民会館 精神発達相談 午前9時30分～11時 保健センター
16 (金)		22 (木)	あそびの広場 午前9時30分～ 保健センター	28 (水)	消費生活相談 午後1時～4時 市民相談室 リハビリ体操 午前9時30分～11時30分 保健センター
17 (土)	市長と話す日 午前10時～正午 市民相談室	23 (金)	乳児(前期)健康診査 午後1時30分～2時45分 保健センター 精神発達相談 午前10時～正午 保健センター	29 (木)	歯みがき教室 午後1時30分～ 保健センター ことばの相談 午後1時30分～3時 保健センター たけのこ教室 午前9時30分～ 保健センター
18 (日)		24 (土)	無料法律相談 午前10時～正午 市民相談室 (予約制 22日(木)午前9時～)	30 (金)	
19 (月)	健康相談 午後1時30分～3時30分 保健センター リハビリ健康相談 午後2時～4時 保健センター	25 (日)	「市の火」炬火リレーリハーサル	31 (土)	
20 (火)	乳児(前期)健康診査 午後1時30分～2時45分 保健センター 献血 午前10時～11時45分 上植野公民館 午後1時30分～3時30分 鶏冠井公民館	26 (月)	健康相談 午後1時30分～3時30分 保健センター	1 (日)	