図書館案内

(6) 図書館の事業

図書館では本の貸出しや、レファレンス・サービスのほかに、新聞・雑誌コーナーを備えてご利用いただいていますが、また、いろんな事業をして読書の推進に努めています。

昨年の開館記念講演会には、児童文学者上野瞭氏の講演と「17世紀～19世紀ヨーロッパの絵本展」と題して1か月間絵本の展示を行いました。

良い本を厳選して、職員が読み聞かせやストーリーテリングをする「お話し会」は、年3回、春休み・夏休み・冬休みに行っています。

9月14日から12月14日まで10回に渡り、毎土曜日に開かれている「古典文学講座」では、京都女子大学教授・加納重文氏による〝平安文学の舞台〟に60名の方々が参加されています。

59年度から引き続いての第2回目「朗読ボランティア養成講座」は、K・B・Sの外賀徹郎氏やライトハウスの上村邦夫氏に計10回の講義をしていただき、受講された方による対面朗読がいよいよスタートすることになりました。

また障害者の方へのサービスとして身体障害者で図書館まで来られない方のために自宅まで本を届ける「自宅配本」を同時に開始いたします。

実用書・娯楽書・教養書・専門書・知りたいこと、読みたい本があるときはどうぞ「あなたの図書館」へおいでください。

図書館は、1冊の本とみなさんの出あいを願いながら、種々の事業を実施してまいります。

お話し会の風景

子供の健康

～寒さに対する「たんれん」～

かぜの原因は、ほとんどがウィルスですが、そのほか細菌・カビなどがあります。これらの原因が体内に入っただけでは発病しませんが、他の原因が加わったとき発病します。誘因としては栄養・睡眠・休養などの不足のほかに冷えがあります。特に冷えはかぜの誘因の大きな部分を占めています。ですから冷えを起こさないために、寒さに対して体をきたえる「たんれん」が必要になる訳です。

皮膚の表面に冷たいタオルをのせると、その部分の血管が細くなり、しばらくすると拡がります。これは、皮膚に冷たい刺激が加わると体から熱が逃げるのを防ぐために血管運動神経（自律神経の中の交感神経）が働き、血管を細くしようとする作用によるものです。寒さに対する「たんれん」とは、こういった血管運動神経の働きをよくすること、ということができます。

次に具体的な「たんれん」の方法についてふれてみましょう。「たんれん」は特別な時間を設けて行うことも必要ですが、生活の中で無理なくできるものも大切です。朝起きて裸にして、しばらく外気に肌を触れさせた後着がえさせます。これは「空気たんれん」といって大きな効果があります。また、着がえた後に水で顔を洗うことなどは「水たんれん」といわれています。食事の前や排泄の後に水で手を洗う。乳児だと冷たい水でしぼったタオルでふいてやります。衣服やおむつは温めずに着用させます。薄着も「たんれん」に役立ちます。子供はおとなに比べ、新陳代謝が1・5倍くらいあるので、生後3か月を過ぎれば衣服はおとなより1枚くらい薄めでいいのです。入浴は、体の新陳代謝を促すのに良いのですが、湯あがりの風呂の湯より3度以上低いぬるま湯を体にかけてやると、血管運動の「たんれん」になり、湯ざめを防ぐのに役立ちます。

太陽の家 従業員・入所者の募集

昭和61年4月に京都市南区にオープンを予定している「京都太陽の家」では、意欲や能力がありながら、障害のために就職が困難な重度の身体障害者を対象に、身体障害者福祉工場従業員および重度身体障害者授産施設入所者を募集しています。募集人員は各50名です。

▽お問い合わせ　福祉課障害福祉係　内線342

国勢調査のお礼

10月1日に全国一斉に行われました国勢調査に際しましては、市民のみなさんには多大のご協力をいただきありがとうございました。おかげをもちまして、無事調査を終えることができました。

調査結果は、集計ができしだい政府から公表されますが、本紙面においても、お知らせする予定です。

〈向日市役所国勢調査向日市実施本部〉

無料法律相談

▽とき　11月22日（金）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　20日（水）午前9時から受付け（先着4名・電話でも可）
▽申込み　秘書広報課　内線251

予約制

お知らせ

母子健康教室のご案内

冬に多い子供の病気について知識を深め、毎日の健康管理に役立てましょう。

また、飽食の時代といわれる時代、この機会に食生活を今一度見直してみましょう。次のように教室を開催します。保育室を設けますので、おさそい合わせのうえご参加ください。

▽日時　昭和60年12月13日（金）午後2時～4時
▽場所　保健センター
▽対象　幼児をもつ親
▽内容　講演「こどもと病気」～冬の健康管理について～　講師　花安要小児科医師　☆試食「おかあさんの味をこどもたちへ」～安くて手軽で、おいしい一品～　作り方の説明と試食をします。
▽申込み・お問い合わせ　健康管理課　内線339　保健センター電9333－2666

11月のくらしのカレンダー

15（金）	母親教室　午後1時30分～3時30分　保健センター インフルエンザ予防接種　午後2時～3時30分　保健センター 貧血教室　午後1時30分～4時、保健センター	21（木）	ことばの相談　午後1時30分～4時30分　保健センター たけのこ教室　午前9時30分～11時　保健センター
16（土）	市長と話す日　午前10時～正午　市民相談室 市民ふれあいの集い　市民会館	22（金）	3歳児健康診査　午後1時～3時　向陽保健所 無料法律相談　午前10時～正午　市民相談室 ＜予約日20日（水）午前9時～＞ 貧血教室　午後1時30分～4時　保健センター
17（日）	市民ふれあいの集い　市民会館	23（土）	勤労感謝の日
18（月）	健康相談　午後1時30分～3時30分　保健センター 精神・運動の発達相談　午前9時30分～午後3時30分　保健センター ポリオ生ワクチン投与　午後2時～3時30分　保健センター リハビリ相談　午後2時～3時30分　保健センター	24（日）	
19（火）	9か月児健康診査　午後1時30分～2時45分　保健センター	25（月）	健康相談　午後1時30分～3時30分　保健センター
20（水）	9か月児健康診査　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　物集女公民館 午後1時30分～3時30分　森本公民館｝ 消費生活相談　午後1時～4時　市民相談室	26（火）	秋の全国火災予防運動（～12月2日） 4か月児健康診査　午後1時30分～2時45分　保健センター 困りごと相談　午前10時～午後3時　市民会館 精神・運動の発達相談　午前9時30分～11時　保健センター
27（水）	4か月児健康診査　午後1時30分～2時45分　保健センター リハビリ体操　午前10時～11時30分　保健センター 消費生活相談　午後1時～4時　市民相談室	28（木）	3歳児健康診査　午後1時～3時　向陽保健所
29（金）	インフルエンザ予防接種　午後2時～3時30分　保健センター 胃ガン検診　保健センター	30（土）	胃ガン検診　保健センター まちづくり懇談会　午後7時～9時　森本公民館
1（日）		2（月）	