

의정소식



고양시의회, 본회의 수어통역서비스 시작

고양시의회(의장 이길용)가 청각·언어 장애인의 알권리 증진과 의정참여 확대를 위한 본회의 수어통역 서비스를 시작한다. 시의회는 고양시수어통역센터(센터장 임영숙)와 본회의 인터넷 수어방송의 원활한 추진을 위한 업무 협약식을 체결하고 수어통역 서비스를 시민에게 제공하기로 했다. 이에 따라 시의회 본회의에 수어통역사가 배치되어 회의 내용을 수어로 통역하며, 의회 홈페이지를 통해 인터넷으로 실시간 중계되는 '본회의 생방송'에 수어통역 화면이 제공된다. 이길용 의장은 "이번 본회의 수어통역 서비스 시작으로 청각·언어 장애인이 보다 쉽게 의정활동을 이해하고 참여할 수 있는 계기가 되길 기대하며, 앞으로도 시민과 소통하고 시민의 곁으로 따뜻하게 다가가는 열린의회를 위해 최선을 다하겠다"라고 전했다.



고양시의회 의원 연구단체 실효성 있는 정책 마련에 골몰

고양시의회 의원 연구단체인 자치법규연구회(회장 심홍순), 그린뉴딜연구회(회장 박한기), 동물복지정책연구회(회장 손동숙), 도시브랜드연구회(회장 윤용석), 문화관광 및 공간혁신연구회(회장 김수환)가 2021년 11월 22일부터 11월 25일까지 4일간 의회 영상회의실에서 최종보고회를 열고 5개월간의 연구 활동을 마무리했다. 최종보고회에는 의원연구단체 소속 의원, 연구용역사, 의회 전문의원과 집행부 관계 직원 등이 참석하였으며 연구 활동내용을 발표하고 성과를 공유하는 시간을 가졌다. 5개 연구단체는 각각의 연구주제를 선정하고 연구용역을 통해 분야별 사례와 현황을 조사·분석했으며 선진지 견학, 현장답사, 중간보고회, 간담회를 통해 구체적이고 내실 있는 정책을 마련하고자 노력해왔다. 최종보고회에 참석한 의원들은 "연구 활동을 통해 수렴된 의견과 우수 정책이 시민들에게 필요한 정책으로 이어질 수 있도록 집행부에 제안할 수 있는 자료로 활용되길 바란다"라고 말했다.

건강상식

건조한 겨울로부터 눈 건강 지키는 방법

겨울이면 낮아지는 온도와 습도로 온 세상이 건조해진다. 건조한 환경으로 피부는 물론 눈까지 금세 건조해지기 마련이다. 이에 건조한 겨울철 눈 건강을 지키는 눈 관리법에 대해 소개한다.

출처: 질병관리청, 네이버 지식백과

안구건조증이란?

안구건조증은 눈을 보호하고 윤활 역할을 하는 눈물의 기능장애로 나타난다. 안구건조증을 오래 방치할 경우 눈의 노화를 촉진시키고 각막 손상을 유발할 수 있으며 심한 경우 시력 저하까지 초래한다.

증상은?

눈에 모래나 먼지가 들어간 듯한 이물감이 느껴지고 음식 연기나 바람에 눈이 충혈되고 눈물이 나는 등 예민한 반응이 나타난다. 또 실처럼 끈적끈적한 눈곱이 자주 생기고 따끔거림과 시림, 가려움 등의 증상도 있다.

예방법은?

- 실내 온도와 습도를 적절하게 유지한다
- 난방기구의 열기나 바람이 눈에 직접 닿지 않도록 한다
- 컴퓨터와 스마트폰 등을 사용할 때는 눈을 의식적으로 깜박인다
- 콘택트렌즈 대신 안경을 착용한다
- 세안은 속눈썹까지 꼼꼼히 클렌징한다

원인은?

1. 겨울철 건조한 실내·외 환경

건조하고 차가운 바람이 각막에 직접 닿으면 이로 인한 자극으로 눈물이 증발한다. 또 실내에서 사용하는 난방기 역시 실내 습도를 낮추고 공기를 건조하게 만들어 안구건조증을 유발한다.

2. 스마트 기기 사용

코로나19로 실외 활동보다 실내 활동이 늘어나면서 집에서 TV나 스마트폰을 사용하는 이들이 늘어났다. 이처럼 스마트 기기를 과도하게 사용하면 눈을 깜빡이는 횟수가 급격히 줄어 눈의 긴장이 지속되고, 눈의 피로도가 급격히 높아진다.

3. 화장품 등 자극성 세면용품 사용

아이새도 가루가 눈에 들어가면 안구 표면에 미세한 상처를 낸다. 또 아이라이너를 눈 점막과 가깝게 그리면 균이 눈꺼풀 주변을 감염시키거나 눈의 기름샘을 막아 안구건조증을 일으킬 수 있다. 