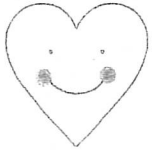


# ほけんだより



令和4年2月28日  
台東区立忍岡中学校  
校長 平井 邦明  
養護教諭 大野 愛



に  
ありがとうを  
つたえたい...

3月9日はサンキューの語呂合わせで、「ありがとうの日」です。皆さんは、この1年間又は中学校3年間で、生活面、精神面、健康面等で様々な方に助けられたことでしょうか。

普段、当たり前だと思っても、改めて、この機会に、身近な家族や親しい人に感謝の気持ちを言葉や手紙で伝えてみましょう。

テレビなどの音を大きくしないと聞こえない

自分の声が途切れたり、ひびくような声に聞こえる

「キーン」「シーン」などの音が常に鳴っている

## 耳の異常信号 あなたは大丈夫？

耳の病気は発見が遅いほど重大な病気になってしまうことも！  
「おかしいかな？」と思ったら、早めに耳鼻科で診察を！

会話を聞き直すことが多い

高い音や低い音だけが聞きにくい

時々ふさがっている感じがする

3月3日は



耳の日

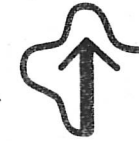
WHO(世界保健機関)の報告書には、「2050年までに世界で約25億人(4人に1人)が難聴を抱えて生活するだろう。」とあります。

スマートフォンやオーディオプレーヤーといった音響機器等で大音量の音を長時間聴くと、聴覚障害になる恐れがあると警告しているのです。聴覚障害は少しずつ進行しているため、異常に気がつきにくいものです。

もし、このような生活をしているのであれば、直ぐに改めること、少しでも聴こえ難い場合はすぐ耳鼻科を受診しましょう。

### なんのマークか、知っていますか？

このマークは「耳が聞こえにくい・聞こえない」ことを知らせるマークで、「聞こえが不自由なので、配慮してください」とお願いするマークでもあります。病院などの窓口に「お手伝いします」という意味で掲げられていることもあります。聞こえが不自由なことは、見た目にはわかりません。このため、人に誤解されたり、

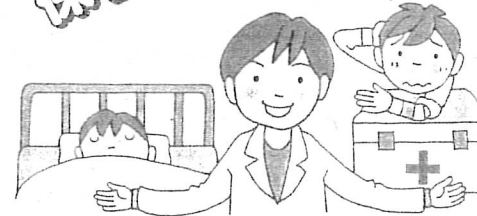


危険な目にあったり、困ることや不安なことがたくさんあります。

このマークを見せられたら、ゆっくり話したり、筆談をしたりして、コミュニケーションをとるよう協力しましょう。簡単な手話なら、覚えておけるといいですね。



### 今年度の保健室利用状況



内科 208人  
外科 169人