

# あさひほけんだより

おうちの人といっしょによみましょう

令和5年4月28日  
横浜市立旭小学校  
校長 益子 照正  
養護教諭 堀江 菜央

## みみ けんさ ちょうりよくけんさ 耳の検査 聴力検査

みみ き ぐあい しら  
耳の聞こえ具合を調べます。

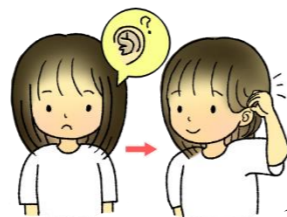
たいしょう  
対象 1, 2, 3, 5年, 個別級該当学年

にちじ  
日時 短縮時程の日に実施のクラスには、下線が引いてあります。

ばしょ ほうそうしつ 場所:放送室		行事予定	1校時 9:00~	2校時 9:35~ ◎9:30~	3校時 10:40~ ◎10:30~	4校時 11:30~ ◎11:15~
学年	日にち					
5年	5月1日(月)	朝会	5の1	5の2	5の3	5の4
3年	5月2日(火)	委員会	3の1	3の2	3の3	3の4
2年	5月8日(月)	地域訪問 短縮時程	<u>2の1</u>	<u>2の2</u>	<u>2の3</u>	<u>2の4</u>
1年	5月9日(火)	地域訪問 短縮時程	<u>1の1</u>	<u>1の2</u>	<u>1の3</u>	
個別級	5月10日(水)	スマフレ 顔合わせ			個別級	
欠席者 再検査者	5/10(水) 中休み 3・5年生 5/12(金) 中休み 1・2年生・個別級					

### おねがい

とうじつ  
当日は、耳の出やすい髪型に  
してください。



しんこう  
スムーズな進行の  
ため、ご協力  
ねが  
お願いします

けんさのやりかた けんさまえ てあら 検査前に手洗いまたはアルコール消毒をします。

- ① 右の耳に音の出るレシーバーをぴったりあて、「ピーっ」と音がなったら手をあげます。  
きこえなくなったら手をさげます。  
はじめに低い音、つぎに高い音がながれます。
- ② 左の耳も同じようにおこないます。



### けんさご 検査後について

ちょうりよくけんさ けっか き 聴力検査の結果、聞こえづらい音があった人には、

じ び いんこうかこうい そうだん うえ じゅしん ひと 耳鼻咽喉科校医に相談の上、受診のすすめを配付します。

### 保護者の方へ

(健康教室 2023年4月号・厚生労働省 e-ヘルスネットより引用)

### イヤホン (ヘッドホン難聴)

ポータブルデバイスやインターネット動画の視聴時に、イヤホン (ヘッドホン) を使っているお子さんもいるのではないのでしょうか。大音量で長時間、イヤホン (ヘッドホン) で音を聞くことにより、音響性難聴 (イヤホン (ヘッドホン) 難聴) になる危険性があり、近年特に問題視されています。2015年にWHO (世界保健機関) は、「11億人もの世界の若者たち (12~35歳) が、携帯型音楽プレーヤーやスマートフォンなどによる音響性難聴のリスクにさらされている」と発表しました。大きな音に長時間さらされると、内耳にある、耳から入った音を信号にして脳に伝える「有毛細胞」はダメージを受けるといわれています。

WHOで推奨される、ヘッドホンやイヤホンでの音楽などの聞き方

- ・音量を下げたり、連続して聞かずに休憩を挟んだりする
  - ・使用を1日1時間未満に制限する
  - ・周囲の騒音を低減することで、音量を抑えることが期待できる
- 「ノイズキャンセリング機能」のついたヘッドホン・イヤホンを選ぶ