

保健ジャーナル

4月号 令和4年
4/13発行

兵庫高校保健委員会

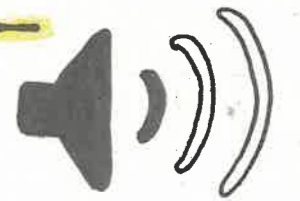
意外と軽視できない!!

聴力低下のこわいところ



- 失った聴力は元には戻らない!
- 聴力が低下すると認知症のリスクが上昇!

聴力低下を
防止するために



- 音量は人の声が聞こえるくらいにする。
- イヤホンやヘッドホンは、なるべくノイズキャンセリング付きのものを使う。
- 連続して聞かずに休憩を挟むようにする。

(参考)

<http://www.jibika.or.jp/owned/hwel/news/003/>

<https://www.e-healthnet.mhlw.go.jp/information/sensory-organ/s-002.html>

ついに新学期が始まりました!
新入生のみなさん、ご入学おめでとう
ございます! 2,3年生のみなさんも、今月
から新しい学年で心機一転、頑張りましょう!

今回の保健ジャーナルでは、今月21日に
行われる聴力検査(1,3年生のみ)にちなんで、
私達若者の聴力についてまとめてみました!

ヘッドホン難聴(イヤホン難聴)って 知っていますか??



ヘッドホン難聴(イヤホン難聴)は、ヘッドホンや
イヤホンで大きな音を聞き続けることによって起こる難聴です。
また、じわじわと進行し、少しずつ耳が聞こえにくくなるため、
初期に難聴を自覚しにくいのも特徴です。他にも
耳が詰まった感じや耳鳴りを伴う
場合もあります。

