



3月3日は耳の日

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

～春眠、暁をお覚えず～

十分な時間、眠れていますか？

毎日、同じ時間に起きていますか？

起きた時、スッキリしていますか？

「春眠、暁を覚えず」とは、春は気候が良く眠り心地がいいので夜が明けたことに気付かず、つい寝過ごしてしまうという意味（孟浩然の漢詩「春暁」）です。3学期末考査、最後まで集中しよう！

⑤新型コロナウイルス（オミクロン株）感染拡大予防⑥

これまでと同様、検温など自身による健康状態の確認や、リスクの高い場所の利用や会食を避けること、手指消毒・マスクの着用を怠らないなどの感染対策を徹底するとともに、マスク着用のない人に対し、着用することなどの感染対策を求めること



スクールカウンセラー来校日	3月16日（水）	3月23日（水）
時間帯	13:00～17:00	13:00～17:00