



3月3日は耳の日

イヤホンの使用による耳のトラブル

コロナ禍でオンライン需要が極端に増え、イヤホンやヘッドホンが必需品になっている人が倍増していることと思います。またポータブルデバイスの普及により、中高生においてはそれらを用いたゲームや音楽視聴が日常的になってきています。イヤホンやヘッドホンを大きな音で長時間使用することにより、耳症状や難聴（イヤホン難聴）を発症する可能性が高いと示唆されています。少しずつ内耳の働きが悪くなっていくため、初期には症状を自覚しにくいとのことです。

—診断と検査—

初期は難聴を自覚していない場合も多く、聴力検査を行って初めて異常を指摘されるケースが多いとのこと。少しでも相手の言葉を聞きなおすことが増えたと感じたり、聞こえの違和感、耳鳴りを自覚した場合は、早期に耳鼻咽喉科での聴力検査を受けることをお勧めします。（福井大学耳鼻咽喉科 岡本昌之氏 essay より）



～人と人との対話について～

昨秋と現在、手話を取り入れた心を打つドラマが人気を博していますが、観ています（観ていました）か？昨秋の“Silent”は、後天的に聴覚障害になったことに対する失望、そして手話で気持ちを表現することの難しさ相手側の受け止める力量により気持ちが伝わらないもどかしさなど迫真に迫る演技が話題となり、日常的にドラマを観る習慣のない私でもハマってしまいました。



手話は体の動きで表現し、それを視覚的にとらえることで会話をします。つまり、お互いに相手がどんな動作や表情をしているかを見て、受け止める態勢ができていなければコミュニケーションは取れません。それは言葉を声に出し、耳で聞いてやりとりをする音声による会話でも、とても重要なことです。どんな方法であっても相手と向き合い、自分の意思がきちんと伝わるように、また相手の意思を正確に理解するよう努めることが円滑なコミュニケーションにつながるのです。

:・'° ○。:・人は春の陽気に包まれると、.:*:・○○。°.°.○○。°.°.○○。

春眠、暁を覚えず…

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、最後まで集中しよう！