

【オミクロン株の特徴】

感染力	非常に強く速い
症状	のどの痛み・発熱・頭痛など
潜伏期	約3日
感染力の保持	プラスチックは4日以上
症状悪化のスピード	早い。陽性判明後2～3日で重症化することも

春休みも気を緩めず、感染対策を！

2年生のスキー研修は、大きなけがや病気もなく無事に終わることができました。ご家族の協力のもと、全員が感染予防にしっかり取り組み、健康や安全に十分気を付けて生活できたからだと思います。

さて、21日にまん延防止等重点措置が解除され、人の動きが活発になってきました。しかし、オミクロン株の流行が収まったわけではありません。春休みにお出かけする場合も、これまで通り、「マスク着用」「黙食」「石けんでの手洗い」「消毒」「換気」を忘れずに、健康に過ごしてほしいと思います。

ヘッドホン難聴に気を付けて！

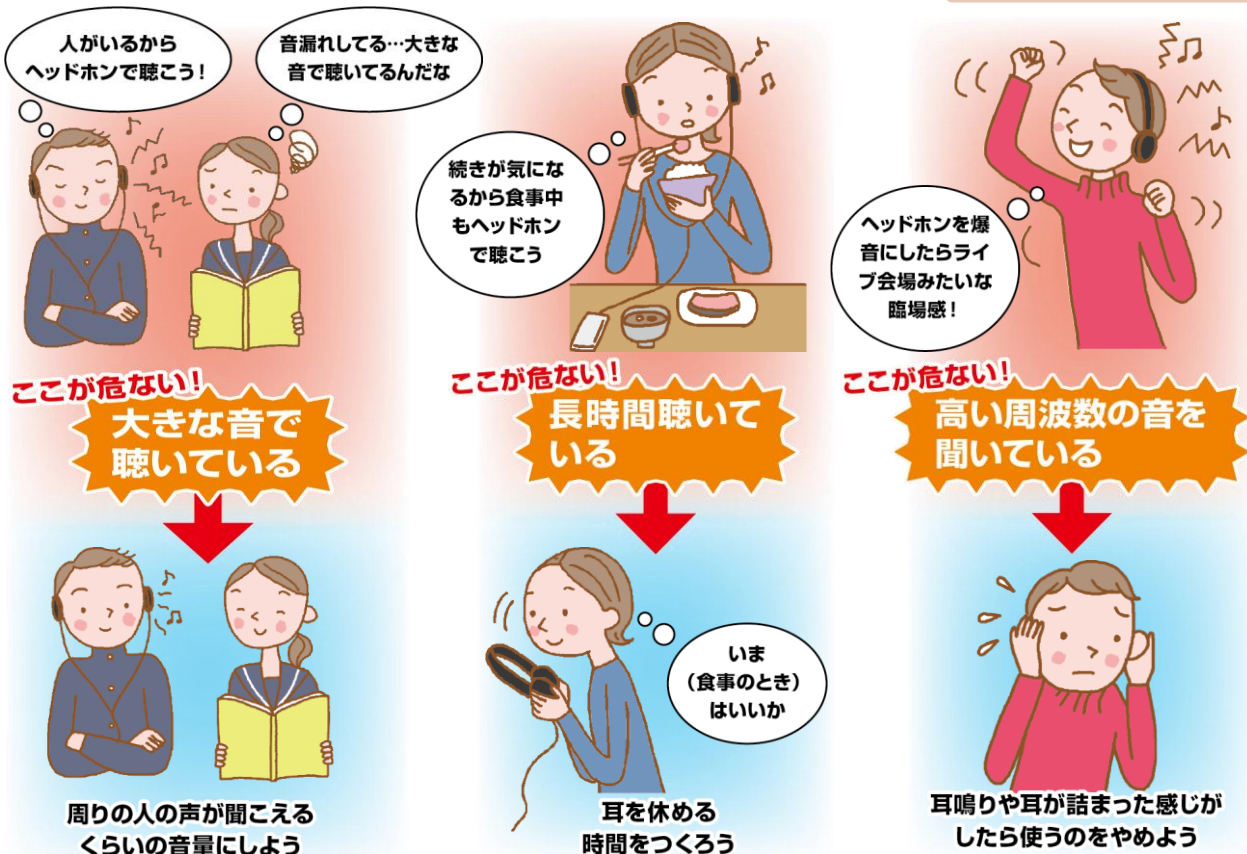
ヘッドホンやイヤホンを使えば、どこでも音楽を楽しめますが、聴き方・使い方を間違えると耳を傷めたり、聞こえにくくなったりすることがあります。

ヘッドホン難聴(イヤホン難聴)は、じわじわと進行し、少しずつ耳の聞こえが悪くなっていくため、初期には難聴を自覚しにくいことが特徴です。

毎年、4月の聴力検査で、聞こえが悪くなっている人が何人かいます。ヘッドホンやイヤホンの音量の上げすぎには十分気を付けましょう。

注意！

WHO(世界保健機関)では、世界の12～35歳、11億人もの若者たちが、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して警鐘を鳴らしています。



※しばらく休んでも治らなければ、耳鼻科を受診しましょう!