

# ほけんだより

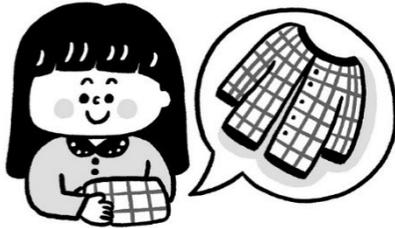


令和5年3月7日

合志楓の森中学校 保健室

文責 橋爪 昭子

## 三寒四温に ご用心



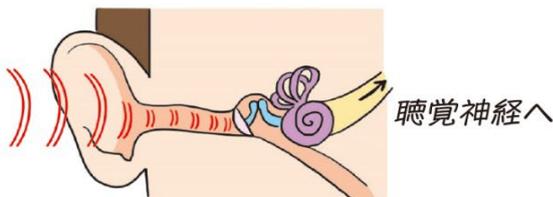
「三寒四温」という言葉を聞いたことがありますか？「三寒四温」とは、寒い日が三日くらい続くと、その後、四日間ほどは暖くなるという天候のリズムを指す言葉です。もともと、中国・東北方面や朝鮮半島の冬の気候を表す言葉でしたが、日本では、春に気候がだんだん暖くなるという意味にも用いられます。寒くなったり、暖くなったりを繰り返す時期ですから、上から羽織れるジャンパーやセーターなど脱ぎ着しやすい衣服で体温調節をするといいですね。不安定な天候の時期を工夫しながら乗り切りましょう。

## 自分の声と違って聞こえる?! 耳のフシギ

留守番電話などに録音した自分の声を聞いたとき、普段話している声と違うように感じる、でも他の人からは「どっちも同じだよ」と言われる…そんな経験をしたことはないでしょうか。私たちが聞く音には、実は2つの伝達経路があります。

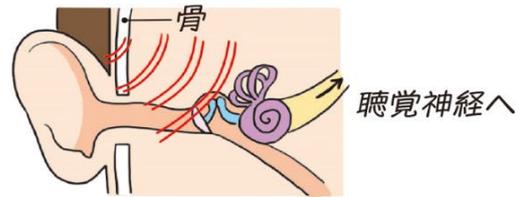
### 気導音

耳から空気によって振動が伝えられて聞こえるもの



### 骨導音

骨によって振動が伝えられ、音として認識するもの



つまり、自分自身の声を聞く場合は、耳から入ってくる「気導音」と、骨を伝わってくる「骨導音」が同時に聞こえています。一方、録音した声を聞く場合は気導音のみになるため、同じ自分の声のはずなのに、違う声であるかのように聞こえるのです。

## <むし歯の治療がまだの人へ>

必ず、今年度中に治療をすませて、スッキリした気分で新学期を迎えましょう。



## 天気予報を利用して対策をたてよう

