

ほけんがたり 3月

H26・3
日光小学校
保健室

学年の締めくくりの時期になりました。去年の4月に学年がスタートしたときと比べると、みんな見違えるように大きくなりましたね。友だちのことを思いやったり、困っている人を助けたりできるようになって、心もずいぶん成長しましたね。

耳の動き

音を聞く 3月3日は耳の日です



耳の穴（外耳道）から入ってきた空気の振動（ふるえ）を集めて、脳に伝えます。



体のかためきや回転を感じる部分は、耳のいちばん奥にあります。

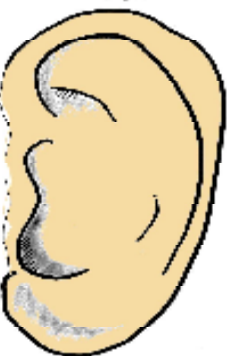
一年間の反省チェック



- 病気がしなかったかな？
- 友だちとなかよくできたかな？
- あいさつできたかな？
- すききらいしなかったかな？
- 決まった時間に寝起きできたかな？
- 外で元気よく遊べたかな？

新しい学年になっても、健康な生活をおくってね。

耳について知るか！



耳あかは自然に出てくる？



耳あかは、耳の穴（外耳道）にあるアバクレン液から出る液が固まったものです。外耳道には、耳の奥から外側に少しずつ動いているので、奥にできかた耳あかは、自然に入り口近くまで押し出されてきます。

耳のフシギ

耳がツーンとするのは？



耳の外側と内側は「鼓膜」という薄い膜で区別されています。トンネルの中や高いところでは気圧が変化して鼓膜が弾き出されるので、耳がツーンとした感じになります。つばを飲みこむとなおります。

かぜ？花粉症？

かぜと花粉症を見分ける3つのポイントを紹介します。

- 1: 熱 花粉症→寒さ、かぜ→あつ
 - 2: 鼻水 花粉症→水っぽくサラッとしている、かぜ→ぬるぬるして黄色っぽい
 - 3: 目 花粉症→目がかゆい、かぜ→目の症状なし
- 花粉症だと思っていくも、実はかぜということもあります。体のようすをよく観察して、ぐさいざいときは、ごらちの人や先生に教えてください。

耳を守ろう

耳の近くで大きな音・声を出さない



耳のそばをたたかない



耳をさわりすぎない



耳

こんな症状はありませんか？



●何度呼びかけても、返事をしない。



●同じことを何度も聞き返す。



●テレビの音を大きくしたがる。

聞こえにくいのかもかもしれません。こんな様子が続くときは、耳鼻咽喉科へ