

ほけんたよと3月

3月3日は耳の日



耳そうじ しすぎはダメ

実は耳あかにも
こんな役目があります



毎日するのは
NG!

- ・弱酸性で殺菌効果がある
- ・敏感な外耳道の皮ふを、脂肪分が守っている
- ・苦味で虫の侵入を防いでいる

耳そうじ しなすぎもダメ

耳あかがたまりすぎると
聞こえが悪くなる



耳そうじの正しいやり方は

- ◎ 耳の入り口から1センチくらいの耳あかをとる
- ✕ 奥までいじると耳あかを押し込んでしまう
- ✕ 毎日したり強くこすると、外耳道を傷つける

入り口あたりを
やさしくこする



今日は何の日? 3月3日

耳の日なのは、日本だけ?

「33=みみ」だから耳の日があるのは日本だけ? と思ったら、3月3日はWHO(世界保健機関)が決めた国際耳の日でもあるそうです。そういえば3が耳の形に似ているのは世界共通ですね。



ある人の誕生日なんだって

電話の発明で有名なグラハム・ベルは3月3日に生まれました。ベルは音声学と耳に障害をもつ子どもの教育に一生をささげた人でもあるそうです。

この2人が出会ったの?

そのベルは、目と耳に障害がある少女に、家庭教師を紹介しました。この2人こそヘレン・ケラーとアン・サリバン。出会った日は3月3日だったそうです。



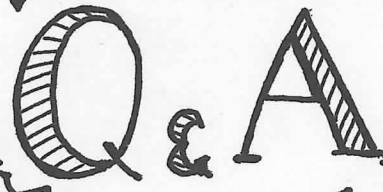
H31年3月1日発行

保健委員会

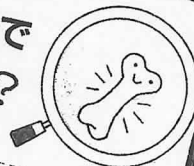
1-E 田中美月

1-G 鈴木翔太

耳に関する



耳の中には、体の中で一番小さな骨がある?



あぶみ骨の長さは約3ミリで、体の中で一番小さい骨です。つち骨は約9ミリ・きぬた骨は約7ミリです。

音のする方向がわかるのは、耳が2つあるから?



左の耳と右の耳に聞こえる音には、わずかな強さと、わずかな時間の差があります。この差で、音のする方向を知ることができます。

耳のそばで大きな音を聞くと、耳の聞こえが悪くなることはある?



突然大きな音を聞いたり、大きな音を聞き続けると、内耳の蝸牛などが傷つくために、耳の聞こえが悪くなる場合があります。

鼻をかむときは、おもいっきりかむのがいい?



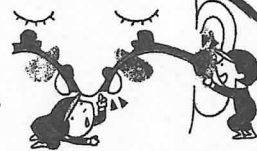
鼻を強くかむと、ばい菌がいつばいの鼻水が耳管を通して耳の奥に逆流することがあります。鼻は片方ずつ、ゆっくりかみましょう。

耳そうじは耳の奥までゴシゴシするのがいい?



奥まで強くこすると、耳あかを奥に押しこんでしまったり、外耳道を傷つけることがあります。入口から1センチほどの耳あかをとれば十分です。

耳と鼻はつながっている?



鼓膜の奥の「中耳」と鼻の奥は、耳管という管でつながっています。鼻やのどのばい菌が耳管を通して中耳に行くと、中耳炎になります。