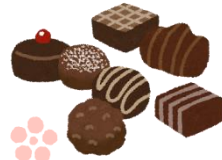


# 保健室だより2月号



令和6年2月16日  
松川中央小学校  
保健室 井出

はやいもので3学期ももうあと少しというところまでできてしまいました。先日みなさんとは最後の身体測定で健康クイズ大会をおこない、1年間のもつめをしましたね。全部“健康”にたいせつなこと、ぜひ覚えておいてください。(1日に食べた方がよいお野菜の量は・・・?)



## ～3月3日はみみの日です～

3月3日は耳の日と言われています。耳はみなさんのからだにとってとても大切な場所の一つですね。今回は耳の日にちなんで耳についてのQ&Aをお知らせしたいと思います!

### Q 耳はなんで2つあるの?

#### A. おとがどこからでているかをしるため

たとえば、右からきこえてきたおとは右耳に先に入って左耳には少しおくれて入るので、「右側からきこえてくるな」ということがわかります。

### Q 耳そうじって毎日ひつよう?

#### A. 月に1回くらいでOK

みみあか(みみのよごれ)は耳の中の油やほこりなどがあつまったもので、耳には自分で汚れをおしだすはたらきがあるので、たくさん耳そうじをするひつようはありません。  
※まいにちすると耳が傷ついてしまうかもしれません!



### Q 耳と乗り物よいって関係ある?

#### A. 乗り物よいの正体は耳と目のしょうぼうがずれること

乗り物にのっているとき、目で見えるものはうしろにながれていきます。しかし、耳がつながるあたまは車のゆれでたてにゆれています。その差が乗り物よいにつながるといわれています。



### 知ってる? サイレン音の違い

大きな音で緊急車両が通ることを教えてくれるサイレン。実はこの音の違いで、車や災害の種類がわかります。

ウーカンカン



消防車が火災に出動する時はサイレンと警鐘を鳴らします。

ウーウーウー

消防車が火災以外の災害に出動する時はサイレンだけ鳴らします。

ピーポーピーポー

救急車が出動する時。交差点に入る時など「ウー」と鳴らすこともあります。

サイレンは緊急車両が少しでも早く現場に向かうための大事な音。聞こえてきたら、信号が青でも横断歩道を渡るのは待つようにしましょう。



### 耳は耳を守るイヤツ

耳の中には白っぽくてカサカサ、ネバネバしたものが詰まっている人もおられます。“耳くそ”の正しい名前は「耳あか」。耳の中の古い皮膚はがれて、脂やホコリと混ざったもの。そう聞くとなんだか汚そうですが、耳あかにはいろいろな役割があります。

- 耳の中(外耳道という細い道)が傷つかないようにする
- 耳の中で細菌が繁殖するのを防ぐ
- 虫が入ってこないようにする

- 耳あかは、みなさんの耳を守ってくれているのです。だから耳そうじをするときも、無理に全部とらなくても大丈夫ですよ。



注意!

## 子どもの耳のトラブル



**外耳炎** (おも—しようじょう) **主な症状** 耳の痛み、かゆみ、聞こえが悪い など

耳の入りぐちから鼓膜までの間(外耳)に起こる炎症です。耳垢がたまりすぎて発症することもあるが、逆に耳掃除の際についた傷から感染することもあります。耳かきのしすぎにもご注意ください。

**中耳炎** (おも—しようじょう) **主な症状** 耳の痛み、耳だれ、聞こえが悪い、発熱 など

子どもは鼻と耳を繋ぐ管が太く短いため、感染症をきっかけに中耳炎を発症することが多いです。風邪の後に耳を気にするそぶりがあるときは要注意です。

### ～健康の記録について～

1年間の保健行事が終了しました。おうちの皆さまには書類の提出等、ご協力いただきありがとうございました。健康の記録に健診結果を記入させていただきましたのでご確認いただき、成長曲線等の記入をお願いします。ぜひおこさんと一緒に見て頂ければと思います。また、もし数値や結果に誤りがあるようでしたら申し訳ありませんがお知らせください。

配布日：2月22日(木)

回収日：2月29日(木) 担任までご提出ください。

※受診結果の記録は2月9日(金)現在まで記入してありますのでご承知おきください。

※健康の記録は小学校以降も継続して使用します。紛失にはご注意ください。

### ～保護者のみなさまへ～

日頃より学校保健活動にご協力いただきありがとうございます。保健室より  
<連絡事項>

- ① 健康診断の結果、受診した結果をお持ちの方はお子さんを通じて学校にご提出いただければと思います。また、まだ受診されていない場合はぜひ早めに受診をお願いします。
- ② 年度末が近づいてきています。学校で貸し出したジャージ等お家にある場合は返却をお願いします。
- ③ 肌寒い日が続いています。暖房を炊いても体が冷えてしまう児童もいる様です。暖かい服装での登校にご協力よろしくお願いします。
- ④ 歯ブラシが古くなったり、もってきていない場合は新しい歯ブラシを持たせていただければと思います。