

# 保健だより 6月号

2025. 6. 25 千歳市立東千歳中学校 No. 7

## 明日は耳鼻科検診です！(1年生のみ)

日 に ち : 6月26日(木)  
時 间 : 15:00 ~  
会 場 : 保健室  
順 番 : 出席番号順

診てくださる先生は、学校医の松浦先生です。  
(松浦耳鼻咽喉科)  
自分の順番が来たら、挨拶をし、名前を名乗り  
ましょう！



### ~注意事項~

- 耳垢が詰まっていると、診察ができないこと、耳垢栓塞の所見がつきますので、前日に簡単な耳掃除をしてください。
- 髪の毛が長い生徒は、耳が隠れないようにまとめないようにしてください。

### 保護者の皆様へ

耳鼻科検診の結果は、医師より所見があった場合のみお便りでお知らせいたします。

### 前期の検診はこれで終了です！

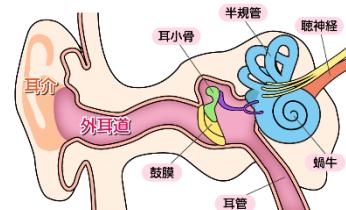
4月からたくさんの検診、お疲れ様でした。検診後のお便りは、医師の所見があった生徒のみに配布していますが、自分の体のことで気になることがあれば、保護者と相談して早めに医療機関を受診してくださいね。

9月の心臓検診が今年度最後の検診になります！(1年生のみ)

# 耳について知ろう！

## ~耳の仕組み~

私たちの耳は、右の図のようになっています。目に見えるのは「耳介」と呼ばれる部分。見えていないだけで、耳の奥にはこのような複雑な器官があります。鼓膜の厚さはなんと 0.1mm！少しの衝撃でも破れてしまうくらいデリケートです。



## ○耳が2つあるのはどうして？

→左右の耳で聞こえる音の大きさや、音が届く時間の違いから **音のする方向を聞き分ける**ためです。

## ○耳はバランスをとる働きも！

→耳は「音を聞く」他に「**体のバランスをとる**」という働きもしています。耳の奥にある三半規管というところが体の傾きや動きを感じ取っているのです。

## 耳はツボの宝庫！



耳は体の中ではとても小さな部位ですが、なんと110ものツボが存在しています！「もむ」「引っ張る」「こする」の3つを組み合わせたマッサージがおすすめです。血行が良くなり、頭がすっきりすると思うので、ぜひやってみてくださいね。

