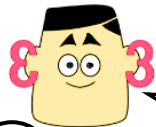


3月

ほけんだより

くろいしばるしえんがっこう ほけんしつ
黒石原支援学校 保健室

3月になり、少しずつ寒さも和らいできました。あっという間に1年も終わりに近づいています。残りの学校生活を充実したものにしましょう。また、4月からは、いよいよ新学期が始まります。元気なスタートが切れるように、心と体を整えていきたいですね。



がつみつか みみ ひ
3月3日は、耳の日



耳の働き

音を聞く

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。

体のバランスをとる

体のかたむきや回転を感じる部分は、耳のいちばん奥にあります。

耳のフシギ

耳あかは自然に出てくる?

外耳道には奥から入り口へと表皮が移動する働きがあり、はがれた表皮や皮脂腺などからの分泌液が混じり合った耳あかは、自然に外耳道の外へ出ていきます。耳掃除は1~2週間に1度、月2回までが目安です。

耳の外側と内側は『鼓膜』という、うすい膜で区切られています。トンネルの中や高いところでは、気圧が変化して鼓膜が押されるので、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。

耳がツーンとするのは?



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

1年間の成長
 こんなところも...

身長や体重だけじゃない

手の爪は1年間で3.6cm伸びた

足の爪は1年間で1.8cm伸びた

髪の毛は1年間で12cm伸びた

おまけ
 1年間のまばたきの回数は約547万5千回

1年間に心臓が動いた回数は約3650万回