保健だより 3月

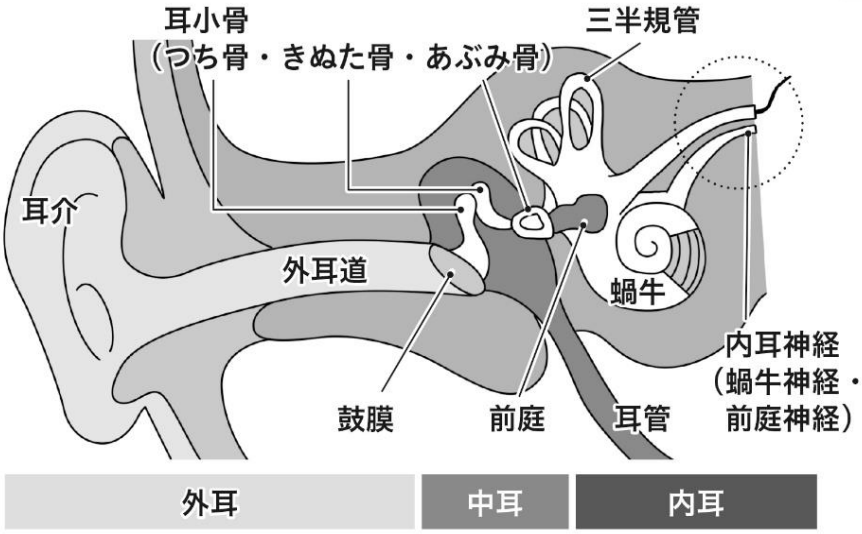
令和４年3月号
松山南高等学校　保健室
207HR　保健委員

コロナで厳しい状況が続いていますが、毎日しっかりと手洗い・マスク着用・換気はできていますか？　三学期も残り少なくなりましたが、コロナに負けず、４月からいいスタートがきれるように感染対策を今まで以上に徹底しましょう！

３月３日は耳の日！

普段何気なく使っている耳ですが、大事な働きをしています。「痛みがある」「聞こえにくい」「耳鳴りがしている」「詰まる感じがする」など気になる耳の症状があれば、早めの耳鼻科受診が大切です。耳を大切にしましょう！

わたしたちの耳～ 仕組みと主なはたらき



●耳介
耳全体のうち、体の外側に見えている部分です。音を集めやすい形をしています。

●外耳道
音が通る道です。音を増幅させる働きもあります。

●鼓膜
厚さ0.1ミリくらいの膜です。外からの音によって太鼓の皮のように振動します。

●耳小骨（つち骨・きぬた骨・あぶみ骨）
小さな３つの骨が鎖状につながっていて、鼓膜で感じた音を増幅し、耳の奥の蝸牛に伝えます。

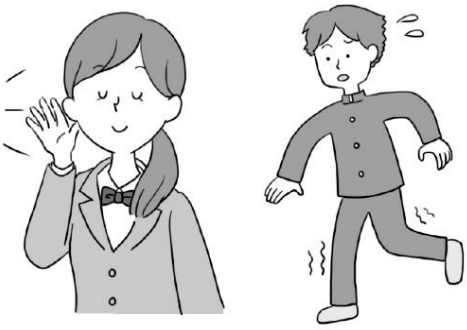
●耳管
中耳と咽頭（喉の奥）をつなぐ管です。これによって、鼓膜の外側と内側の圧力を等しく保つことができます。

●前庭
体の「傾き」を感じるところです。

●三半規管
体の「回転」を感じるところです。中に入っている液体が動くことで、体の状態がわかります。

●蝸牛
中に液体が入っています。ここで音を感じます。

●内耳神経（蝸牛神経・前庭神経）
音や体の傾きの情報を「信号」として脳に伝えます。



保健室よりお願い

今年度もあと少しですが、健康診断の結果に基づいてお渡しした「受診のお知らせ」について、提出・結果報告が完了していません。治療は終わっても忘れている人、また、受け取ったきり受診・治療をしていない人もいるかもしれません。

自分の体のことを常に気にかけ、現在から将来にわたって健康を維持するために行動することは生活の基盤です。学校を卒業し、社会で活動していく中で、健康は欠かせない要素と言えます。毎年全員が健康診断を受ける意味をもう一度見直してほしいと思います。