ほけんだより

すこやか

3月

マーガレット

精華西中学校
H29、3、1

今年、3月3日は耳の日、3月5日が「啓蟄」です。冬ごもりをしていた虫たちが穴から出て活動を始める頃という意味です。みなさんにとっては、卒業や進級の季節。これまで過ごした学校やクラスから出て、新しい生活の準備を始める時期ですね。終わりよければすべてよし。学年末までみんな元気に過ごしましょう。

卒業まであと少し

3年生はいよいよ卒業ですね
残り少ない中学校生活を
悔いのないように
過ごして欲しいと思います。

3年間元気に過ごせた人、病気やケガをした人、それぞれですが最後は全員そろって笑顔で卒業できるようにしましょう。

ヘッドホン難聴に注意!!

音楽を聴いた後、耳鳴りがしたり、聞こえにくくなったりしたことはありませんか？　大きな音で耳の細胞が傷つき、聴力が低下するもので、「音響外傷」とも言われます。一時的なものもあれば、長く続くこともあります。

◎ヘッドホンを使うときは

◆音量を確認してから、耳につける
◆周囲の音が聞こえる程度の音量で

好きな音楽を気軽に持ち運べる時代だからこそ、「音が苦」にならないように気をつけて、楽しみましょう。

自分の声がちがって聞こえるのは

録音した自分の声を聞いたとき、「こんな声？」とびっくりすることがあります。それは、聞こえる経路がちがうからです。音は耳の他、頭の骨を通じても聞こえています。ふだん「自分の声」として聞こえているのは、頭の骨を通した声です。一方、録音した声は、耳を通して聞いています。頭の骨と耳とでは響き方がちがうので、声もちがって聞こえるのです。

耳そうじはほどほどに

クイズ

耳にある、からだの中でいちばん小さな骨3つの名前は？

①ツチ骨・クサ骨・ハナ骨
②トチ骨・ブナ骨・クヌギ骨
③ツチ骨・キヌタ骨・アブミ骨

こたえ③　ツチはものを打つ道具、キヌタはボウなどを打つ台、アブミは乗馬のとき、足を乗せる馬具のことで、それぞれ形が似ているところから、名づけられました。とても小さな骨で、長さは数ミリしかありません。

耳の中にあるのは、次のうち、どれ？

①パズル
②迷路
③落とし穴

こたえ②　耳の奥にある内耳は、音の信号を脳に伝えたり、からだのバランスを保つのに大切な役割をしています。とても複雑な構造で、英語でlabyrinth（迷路）ともよばれます。