

今年度も残りわずかとなりました。みなさんにとって、どんな1年でしたか？元気に楽しく過ごせましたか？  
毎日、元気に過ごせていること、学校に通えていること、友だちや家族がいてくれること、食べものや家があること。  
もしかすると、当たり前のように感じているかもしれませんが、実はとても幸せなことです。これらのことに感謝して過ごしましょう。

みみ たいせつ

## 耳を大切にしよう



3月3日を縮めて「33」。これを「みみ」と呼んで「耳の日」になりました。  
この日を耳について考えるきっかけにして、ふだんから耳を大切にできるといいですね。

① 鼻をかむときは片方ずつ  
やさしくかむ



② イヤホンで音楽をきくときは  
大きな音や長時間をさける



③ 耳元で大きな声をださない



④ 耳をたたかない



## 耳について知ろう

耳がふたつあるのはなぜ？

左右2つの耳で、  
音の届く速さが  
ほんの少しちが



ってくるので、音がどの方角から聞こえるのかがわかります。

耳あかの役目は何？

耳の中に入ったゴミなどを吸着して外に出し、体の中に入るのを防ぎます。

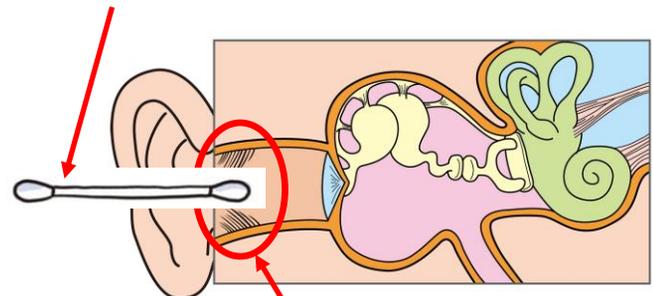
耳の中で細菌やカビの繁殖を防ぎます。

## 耳そうじのポイント

耳そうじのとき、耳の奥まで綿棒や耳かきを入れたりしていませんか？耳を傷つけたり、耳あかを奥に押し込んでしまったりするかもしれません。耳あかを奥に押し込んでしまうと、固まって「耳垢栓塞」になることがあります。

耳垢栓塞（耳あかがつまった状態）になると、急に痛くなったり、難聴（耳が聴こえにくい）になったりするので気をつけましょう。

細めの綿棒などを使う



耳の入り口1センチほどのところを  
やさしくふきとる