



# ほけんだより

3月号

令和5年3月1日 杉並区立馬橋小学校

## インフルエンザA感染の報告が続いています

インフルエンザA感染の報告が続いています。杉並区内の小 学校では、学 級閉鎖を実施している学校も多くあります。予防対策を取り組んでいきましょう。

### ①マスクを正しく着用

鼻・口・あごの3点をしっかりマスクで覆いましょう。

### ②石けんを使った手洗い・手指消毒

正しいタイミングで丁寧に洗いましょう！清潔なハンカチを忘れずに！

### ③毎日の健康観察

いつもと違うと感じたら無理をせず、体 を休めましょう。

### ④規則正しい生活を送る

たっぷりの睡眠、しっかり栄養で、病気に負けない  
免疫カアップの生活を送りましょう。



**インフルエンザは、出席停止です**  
 【出席停止期間】発症後5日、かつ、解熱後2日が経過するまで  
 登校再開の際は、「登校届」を提出して下さい。学校のホームページからもダウンロード出来ます。

## 今年度の保健室の様子

2月25日(土)までの保健室の様子をまとめました。

### 病気の件数

641件

- 理由1位：頭痛
- 理由2位：腹痛



### けがの件数

1615件

- 理由1位：すり傷
- 理由2位：打撲



### 来室者が多かった曜日

病気

- 1位：月曜日
- 2位：火曜日

けが

- 1位：金曜日
- 2位：火曜日

### 来室者が多かった月

病気

- 1位：6月
- 2位：5月

けが

- 1位：6月
- 2位：9月

6月に病気やけがで来室した人が多い結果となりました。新しいクラスに慣れてきた頃は、気がゆるみ、病気やけがにつながる可能性が高まります。

### 感染症



新型コロナウイルス：154人

インフルエンザ：30人

※長期休業中は除く

学級閉鎖は、新型コロナウイルスで1回、インフルエンザで1回ありました。



# みみ おく きかん はたら 耳の奥にある器官とその働き



私たちが「耳」と呼んでいる部分は、「耳かき」という耳の一部であり、耳の穴の奥は、目で見ることができませんが、様々な器官があります。耳かきから入った空気の振動を脳は「音」として受け止め、「聞こえた」と感じることができます。さらに、耳の穴の奥には、体のバランスを保つための器官もあります。少しでも音が聞こえにくくなったときは、耳の穴の奥に問題が起きている場合があるので、病院へ行きましょう。

みみ あな おく こうぞう  
**耳の穴の奥の構造**

さんはんきかん  
**三半規管**  
ぜんはんきかん こうはんきかん がいそくはんきかん  
前半規管・後半規管・外側半規管の3つからできていて、バランスをとるのに役立っています。

ぜんてい  
**前庭**  
か牛と三半規管の間にある部分で、体の傾きや重力を感じ取り、体が倒れないようにバランスを保つのに役立っています。



じ  
**耳かき**  
私たちが「耳」と呼んでいる部分です。耳の穴から外側に大きく広がっていることで、音（空気の振動）を広く集めることができます。また、左右両側にあることで、どの方向から音が聞こえているのかがわかります。

がいじどう  
**外耳道**  
耳かきに集まった音が通る部分です。耳あかは、外耳道の耳かきの近くにあります。

ぎやうしんけい  
**か牛神経**

か牛  
かたつむりの貝の部分のような形をした器官で、中は「リンパ液」という液体で満たされています。か牛の中では、耳小骨から送られた音の振動を電気信号に変えて、か牛と脳をつないでいる神経へと送ります。そして、脳で「音が聞こえた」と受け止めます。

こまく  
**鼓膜**  
外耳道の奥にあるとても薄い膜で、外耳道を通った音による空気の振動で振えます。外耳道の長さは、大人で3~3.5cm程度で、子どもはもっと短く、耳そうじなどで鼓膜を破ってしまうこともあります。そのため、耳そうじはやめましょう。

じしょうこつ  
**耳小骨**  
鼓膜とつながっている体の中で最も小さい骨で、つち骨・きぬた骨・あぶみ骨がくっついています。外耳道から入った音によって振るえた鼓膜の振動の力を、耳小骨で増やすことで、より正確に音をか牛へと伝えていきます。

