

令和7年度

春号



発行

京都市 幼保総合支援室

TEL (075) 251-2397

【春号のテーマ】 **耳について知ろう！**



ご入園・ご進級おめでとうございます



春は、新しいことや初めてのことがたくさんあります。環境が変わると、子どもたちの心や体に少なからず負担がかかります。また、季節の変わり目で体調も崩しやすい時期です。感染症や傷をきっかけに耳のトラブルを起こすこともあります。

そこで今回は、耳のお話です。心も体も休息を取りながら、元気いっぱい遊びを楽しみましょう！

★耳の役割

大きく分けて耳の役割は2つあります。



① 音を聞く

耳は、空気の振動を集めることができます。集められた振動は耳の奥に届けられ、電気的信号に変えられて脳に届き、「音」として認識されます。



② 体のバランスをとる

耳の奥にある三半規管というところで上下・左右・前後の回転を感じています。これはたらしのおかげで体のバランスをとることができます。

★大切な耳を守るために

鼻水はゆっくりと片方ずつかむ

鼻と耳は奥でつながっています。左右の鼻を思いきりかむと、菌が入った鼻水が耳のほうに流れ込んでしまうことがあります。鼻はすすらずに、片方ずつ静かにかむことが大切です。



耳そうじは綿棒でふき取る程度に

耳あかは、耳の中の古い皮膚が剥がれ、脂やホコリと一緒にになったものです。ほとんどの耳あかは自然に外に出ていくので、耳そうじは2～3週間に1回で十分です。

★子どもに多い耳のトラブル

外耳炎

耳の入り口から鼓膜までの間に起こる炎症。主な症状は、耳の痛み・かゆみ・聞こえが悪いなど。耳あかのたまりが原因のこともあれば、耳そうじの際についた傷から感染することもあります。

中耳炎

子どもは鼻と耳をつなぐ管が太く短いため、感染症をきっかけに発症することが多いです。主な症状は、耳の痛み・耳だれ・聞こえが悪い・発熱など。風邪のあとに耳を気にするそぶりがあるときは要注意です。

「耳が痛い」「耳だれがでる」「聞こえが気になる」などの症状があるときは、早めに受診をしましょう



★新学期のストレスに要注意！

いつもは見られない様子が急に現れたときは、環境の変化によるストレスサインかもしれません。気持ちを受け止め、意識的に一緒に過ごす時間を持つことで徐々に落ち着いてくることもあります。どんな些細なことでも、気になる様子があれば、担任の先生や保育園の先生と情報を共有しましょう。

例えば・・・

- ・怒りっぽくなる
- ・指しゃぶり
- ・甘えん坊になる
- ・発熱などの体調不良
- ・送迎時に保護者と離れるのが不安で大泣きする
- など

