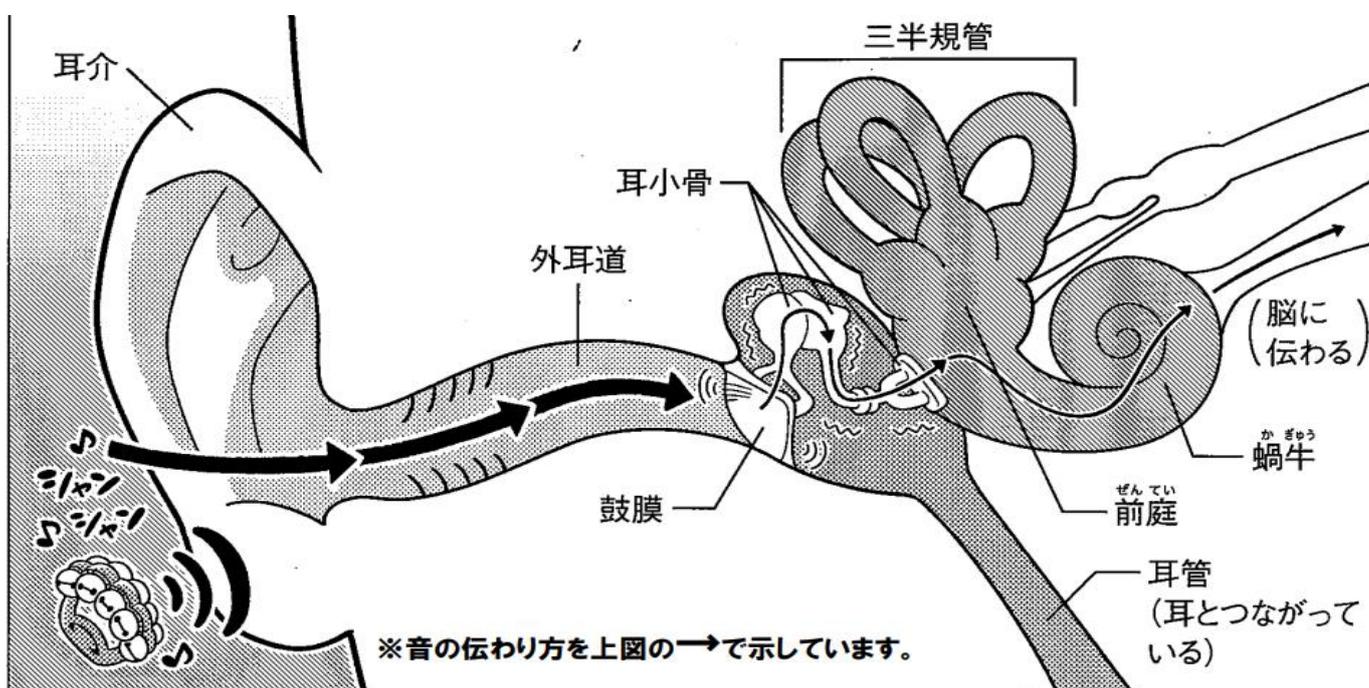


ほけんだより

千代田区立いすみこども園 令和8年3月

3月3日は耳の日です。耳は、音を聞いたり、体のバランスを感じ取ったりする大切な器官です。子どもは耳のトラブルを起こすことがしばしばあります。耳の病気や聞こえの異常サインを知っておきましょう。

耳の構造について



音を聞く役割を持つ耳

人の耳は、空気の振動を音として聞き取っています。「耳介」で集められ、「外耳道」を通ってきた音は、「鼓膜」を振動させます。この振動は、中耳内の鼓膜に接している耳小骨と呼ばれる3つの骨（つち骨、きぬた骨、あぶみ骨）へ伝わります。さらに振動は、内耳の「蝸牛」へと伝えられて、内耳神経によって脳に届き、音を感じます。

体のバランスをとる耳

耳には、体のバランス（平衡感覚）をとる働きがありますからだの動きの変化を感じるのは、前庭と三半規管です。

人は、重力の中で生活しているため、重力の方向と体の上下をそろえるように姿勢を調整しています。飛んだり、回転したりした時には、体のバランスがくずれたと感じます。すると体の安定を保とうとして、バランスをとるための働きが耳の奥で行われます。

耳の病気について

子どもが風邪をひいて鼻水が出ているのを放っておくと、鼻水の中にウイルスや細菌が繁殖し、時間を通して中耳に侵入して中耳炎を起こすことがよくあります。中耳の中で炎症が起こって膿がたまり、発熱することや鼓膜を圧迫するため強い痛みが起こります。また、鼓膜が破れて膿(耳だれ)が出ることもあります。痛みや違和感のために、耳を触る、頭を振る、耳に触られると嫌がる、機嫌が悪い、中々寝つけないことがあります。異常時には早めに受診することをおすすめします。

呼びかけても気がつかない

後ろから呼びかけた時に、ほかの子どもたちには聞こえているのに気がついていない場合や、正面から小さな声で話した時に口元を真剣に見つめているようすが見られる場合は、病気の可能性があります。
疑われる病気→滲出性中耳炎、難聴

声が大きい

人は、自分が聞いて心地よい大きさの声で話します。子どもが大きい声で話す時はそれが自分にとって一番聞きやすいことから、聞こえが悪いことが心配されます。
疑われる病気→滲出性中耳炎、難聴

耳がくさい(臭う)

急に耳が臭うようになった場合は、耳だれや耳の炎症があるかもしれません。ただし、慢性中耳炎の場合の耳だれには、痛みがありません。また、耳の周囲を洗っていないために臭うこともあります。
疑われる病気→中耳炎、外耳炎、外耳道異物

耳をよく触る

耳を痒がる、詰まった感を訴えるなど、耳に何か気になることがあるために、耳をよく触っている場合があります。このような仕草がないか、注意しましょう。
疑われる病気→中耳炎、外耳炎、外耳道異物

耳掃除について

耳には耳垢を外に排出する仕組みがあります。耳垢を取ろうとしてかえって耳の皮膚を傷付けることもあるので、耳の穴の入り口に近いところにある大きな耳垢を取り除くだけで大丈夫です。家庭でのケアが難しい場合は、耳鼻咽喉科で耳掃除することをおすすめします。

・耳のみぞもしっかり拭きましょう

子どもの耳は小さく、みぞの中に汚れがたまりやすいです。お風呂上がりに綿棒で優しく拭くようにしましょう。

・耳の後ろの洗い残しに気をつけましょう

耳の後ろはすすぎにくいので、髪を洗う時に耳の後ろまで洗う習慣を付けましょう。