



# ほけんだより

4月の保健目標  
自分の体を知ろう

令和4年4月20日  
海田町立海田西小学校 保健室

## 耳鼻科検診のお知らせ

### 〈日時〉

4月21日(木) 9:00~

### 〈順番〉

6年1組→5年1組→4年1組→3年1組  
→2年1組→1年2組→1年1組

### 〈何を調べるの?〉

耳, 鼻, のどに治りようが必要な  
病気や異常がないか調べます。

### 〈検診の受け方〉

① 出席番号順に検診を受ける。

② 2番目の人は、マスクを外しておく。

③ 右耳→左耳→鼻→のどの順番に  
みてもらう。



※かみの毛が耳にかかる人は、  
かみを結ぶか耳にかけておく。

## 鼻にはどんな働きがある?

① すいこんだ空気の  
温度・しつ度を調整する。



② ほこりやウイルス等など取り除く。



③ においを感じとる。



④ 言葉の発音を助ける。

## 鼻と口 あなたはどっち?

呼吸には、口で行う「口呼吸」と鼻  
で行う「鼻呼吸」があります。みなさん

は、どちらの呼吸をしていますか。

口呼吸では、鼻呼吸のように、温度や  
しつ度の調整や、ほこりなど取り除く

は働きがありません。そのため、ウイ  
ルスが入ると、のどを痛めやすくなる、

口がかわいて口のおいの原因にな  
る、顔の筋肉が弱まり

しまりのない顔つきに  
なる、などの症状が

みられます。

