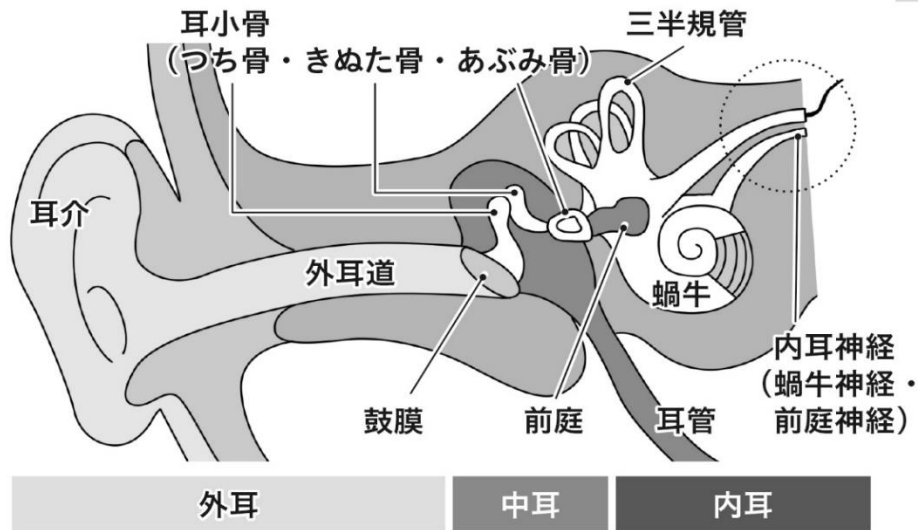


わたしたちの耳～ 仕組みと主なはたらき



●耳介

耳全体のうち、体の外側に見える部分です。音を集めやすい形をしています。

●外耳道

音が通る道です。音を増幅させる働きもあります。

●鼓膜

厚さ0.1ミリくらいの膜です。外からの音によって太鼓の皮のように振動します。

●耳小骨 (つち骨・きぬた骨・あぶみ骨)

小さな3つの骨が鎖状につながっていて、鼓膜で感じた音を増幅し、耳の奥の蝸牛に伝えます。

●耳管

中耳と咽頭（喉の奥）をつなぐ管です。これによって、鼓膜の外側と内側の圧力を等しく保つことができます。

●前庭

体の「傾き」を感じる場所です。

●三半規管

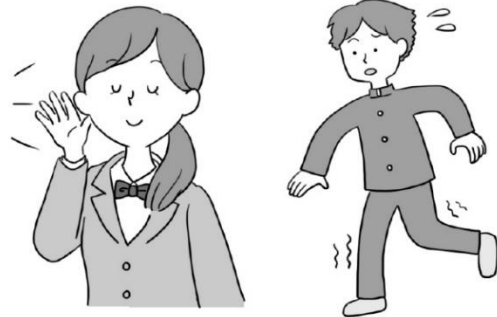
体の「回転」を感じる場所です。中に入っている液体が動くことで、体の状態がわかります。

●蝸牛

中に液体が入っています。ここで音を感じます。

●内耳神経 (蝸牛神経・前庭神経)

音や体の傾きの情報を「信号」として脳に伝えます。



音を信号に変える細胞は、片方の耳に約 15,000 個並んでいます。その細胞は壊れやすく、少しのダメージなら一定の時間で回復できますが、大きな音を聞き続けると回復できなくなってしまうことがあります。

WHO (世界保健機関) は、「75db(デシベル)の大きさと1週間に40時間まで」を子どもの耳を守る音量と時間の安全目安としています。75db は、1m離れて会話できるくらいの音量と言われています。携帯音楽プレーヤーをイヤホンで聞くとときは静かな場所で周りの会話が聞こえる程度の音量であれば安全と言われており、少しでも音量を下げることで聴力保護につながります。

また、イヤホンで音楽を聴くことに没頭するほど、周りの危険を知らせる情報を遮断して気づきにくくなります。自転車で乗りながら、夜道を歩きながら、交通量の多いところで…そんな使い方をしていませんか？周囲の環境が安全かどうか確かめて聴くようにしましょう。

