



1. つながっている つながっている みみ・はな・のど
 つながっている つながっている Ear(イヤー) どこで?
 鼻(はな)のどんつき のどのでっぺん
 上咽頭(じょういんとう)で つながっている つながっている
 そこに 耳(みみ)の管(くだ)と書(か)いて
 「じかん」って読(よ)む粘(ねん)膜(まく)の
 トネルの入り口(ぐち)があって耳(みみ)まで続(つづ)いている
 上咽頭(じょういんとう)で つながっている つながっている



2. つながっている つながっている みみ・はな・のど
 つながっている つながっている Nose(ノーズ) どこで?
 鼻(はな)のどんつき のどのでっぺん
 上咽頭(じょういんとう)で つながっている つながっている
 だから 鼻(はな)と のどの炎(えん)症(しょう)が
 「耳管(じかん)」を通(つう)じて中耳(ちゆうじ)まで
 いったら急性(きゅうせい)中耳炎(ちゆうじえん)になって
 耳(みみ)が痛(いた)くなる
 上咽頭(じょういんとう)でつながっているから つながっているから



3. つながっている つながっている みみ・はな・のど
 つながっている つながっている Throat(スロート) どこで?
 鼻(はな)のどんつき のどのでっぺん
 上咽頭(じょういんとう)で つながっている つながっている
 その アデノイド(adenoid)って扁桃腺(へんとうせん)
 「耳管(じかん)」の働(はたら)きはたらき悪(わる)くして
 滲(しみ)出(で)性(せい)中耳炎(ちゆうじえん)になると
 聞(き)こえが悪(わる)くなる
 上咽頭(じょういんとう)でつながっているから つながっているから
 みみ・はな・のど みみ・はな・のど みみ・はな・のど
 みみ・はな・のど みみ・はな・のど
 the(ジ) Ear(イヤー), Nose(ノーズ) & Throat(スロート)



1. ある日(ひ)ちーちゃんが遊(あそ)んでいると「はなぢ」が 出(で)ちやいました
 あわてた ちーちゃん わあ どうしよう?
 「はなぢ」の止め方は～ 正しい止め方は～
 みんな はな うえ お くび うし
 まわりの 皆(みな) は鼻(はな)の上(うへ)を押(お)さえたり首(くび)の後ろ(うしろ)をたいたり…と
 いろいろ言うけど だけど待(まち)て! それは正しい止め方(か)かな?
 2. それでも なかなか 止(と)まらなかった ちーちゃんは
 『みみ・はな・のど』のお医(い)者(しや)さんに 行(い)きました
 そこで ちーちゃん ねえ どうするの? 先生(せんせい)は言(い)いました
 まずは“あっぱく” “びよく”を押(お)さえるんだよ…と
 それってどういこと? “びよく”って “こばな”のこと
 で ほう
 「はなぢ」が出(で)ている方(かた)の“こばな”を
 ゆび お
 指(ゆび)で押(お)さえて“あっぱく”するんだよ
 そうなんだ! やっと止(と)まってきたね
 そして5分(ぶん)10分(ぶん)15分(ぶん) とにかく“あっぱく”
 よこ お
 横(よこ)になっちゃうと のどに「はなぢ」が 降(お)りてきちゃうから
 すわ おっ ゆび
 なるべく座(すわ)って落(お)ち着(き)て 指(ゆび)で“びよく”を “あっぱく”しよう
 3. お家(うち)に 帰(かえ)った ちーちゃんは 早速(さつそく) みんなに 教(おし)えました
 こうえん き
 公園(こうえん)で ちーちゃん ねえ 聞(き)いて! ?
 「はなぢ」の止め方は～ 正しい止め方は
 まずは 出(で)ている方(かた)の “びよく”を 5分(ぶん)10分(ぶん)15分(ぶん) “あっぱく”
 すわ おっ ところ
 座(すわ)って落(お)ち着(き)て“あっぱく”している 所(ところ) から
 いちばんおお
 「はなぢ」が一番(いちばん) 多(おほ)いからだよ
 止(と)まった後は(のち) はなをいらない ようにね
 かふんしょう とき で
 はなかげ ひいてたり 花(か)粉(ふん)症(しょう)の時(とき)は 出(で)やすいよ
 それでも 止(と)まらない時は…
 早めに『みみ・はな・のど』のお医(い)者(しや)さんに 行(い)きましょう!



1. 耳(みみ)そうじ 耳(みみ)そうじ 毎日(まいにち)すること ないで
 耳(みみ)そうじ 耳(みみ)そうじ 週(しゅう)に1度(いちど)で 十分(じゅうぶん)
 「耳(みみ)あか」ってね毎日(まいにち)少(すこ)しずつ耳(みみ)の奥(おく)から外(そと)に出(で)てくるもの
 だ・か・ら
 ときどき みみ いづくち
 時々(ときどき)耳(みみ)の入り口(ぐち)にたまってきた「耳(みみ)あか」をそうじすれば十分(じゅうぶん)
 2. 耳(みみ)そうじ 耳(みみ)そうじ 毎日(まいにち)やってる人は
 耳(みみ)そうじ 耳(みみ)そうじ 「外(がい)耳(じ)」の病(びょう)気(き)になるよ?
 毎日(まいにち)耳(みみ)そうじすると 耳(みみ)の中(なか)が痒(かゆ)くなって 余(よ)計(けい)に耳(みみ)そうじした
 ぐ・な・る
 だけどそのうち痛(いた)くなって 「耳(みみ)だれ」なんて出(で)てきちゃって
 「外(がい)耳(じ)炎(えん)」になってるわ
 3. 耳(みみ)そうじ 耳(みみ)そうじ 毎日(まいにち)やるもん ちやうで
 耳(みみ)そうじ 耳(みみ)そうじ 月(つき)に数(すう)回(かい)で OK.
 ちっちゃな子供(こども)は じっとなんてしてられへん 耳(みみ)の奥(おく)に行く
 ほ・ど・に
 痛(いた)くなってきて暴(あば)れだす そこへ誰(だれ)かさんがぶつかってきて
 鼓(こ)膜(まく)にささったら 大(だい)変(へん)! だ・か・ら～
 耳(みみ)そうじ 耳(みみ)そうじ 嫌(いや)がる子供(こども)ちゃん
 「みみ・はな・のど」のお医(い)者(しや)さんで とってもらうのが いいよ
 耳(みみ)そうじ 耳(みみ)そうじ 苦(くる)手(て)な人は みんな
 「みみ・はな・のど」のお医(い)者(しや)さんへ とってもらいに 行(い)こう
 ↓佐渡(さど)【ゆかた】文彦(ぶんげん) HP↓