

最近こんなことが
気になりますか？

- ☐ 会話をしていて、聞き返してしまう
- ☐ 内容を聞き取れずに推測して返答している
- ☐ テレビなどの音量が大きいと言われる
- ☐ 大勢の人がいると会話がうまく聞き取れない
- ☐ 周りがうるさいと会話がうまく聞き取れない
- ☐ 話し声が大きいと言われる

1つでも該当したら

もしかしたら、
それは難聴かもしれません

＼ 難聴とは？ ／

様々な原因により、正常に聞こえる人に比べて、

「音や言葉が
聞き取りにくい」

という症状になります。

Q A でお答えします

Q1 加齢性難聴って、治すことは可能なの？

A 元の聴力に回復することは、難しいのが現状です。

ただし、補聴器を使用することで、生活の質を改善することは可能です。

また、加齢性難聴を放置すると認知症やうつを発症することもあります。

Q2 補聴器は高価。集音器はだめなの？

A 集音器と比べて補聴器は高価ですが、補聴器は、装用後も、聞こえの状態や生活環境が変わるごとに調整し、適切な聞こえが維持されます。

補聴器・・・医療用品

集音器・・・一般家電

厚生労働省が正式に医療機器として認定したものが補聴器となります。

※集音器は手軽に購入できるものであり、決して否定するものではありません。補聴器や集音器の購入を考える際は、ご自身でも違いを十分に調べていただき、目的に沿った購入をお願いします。

～補聴器購入の助成～

宮崎市では
難聴でお悩みの高齢者を対象に
補聴器購入の助成
を行っています。

助成額は最大3万円

詳しくは右記の2次元バーコード、もしくは
地域包括ケア推進課(TEL:21-1773)まで！



詳しくはここ！



気にしてみませんか？

聴力の低下は認知症やうつの
リスクを高めます

宮崎市では
身体の健康、口の健康、

そして**耳の健康**から
介護予防を実践しています



加齢性難聴の特徴

- 一般的には、高い音から聞こえが悪くなります
- 初期の段階では、
聞こえづらさを自覚しづらいですが、
日常会話が**徐々に聞こえづらく**なったり、聞き間違いが増えて、
周りの人から指摘されたりすることで、自覚します
- 症状が悪化する場合は、大きな会話でも聞き取れない、または、耳鳴りが出る場合があります

聞こえないと、こんなことが…
(難聴が引き起こすリスク)

- ①コミュニケーションをとる機会の減少
- ②社会とのつながりの希薄化
- ③外出機会の減少に伴う身体機能の低下
- ④認知症発症のリスクを高める

だからこそ!
早期の対応・対策が
必要です!



じゃあ、どうすればいいの?



**まずは、
受診しましょう!**

- 難聴の原因の中には、
耳掃除や薬等の治療や手術で改善することがあります。
- 加齢性難聴の場合は、**根本的な治療法はありませんが**、医師の診断を受け、補聴器などで聞こえを補うことで、
自身の音を感じる能力を最大限発揮し、「聞こえ」を維持することができます!

「最近、耳が遠くなったのは年のせいだね」や「耳が遠くなるのはみんな経験することだし、仕方ないよね」と諦めず、早めに耳鼻咽喉科に行って

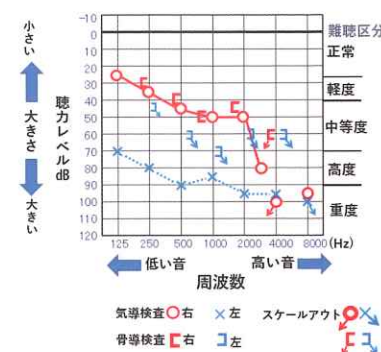
**「自分の聴力」を
知りましょう!**



オーディオグラム

- 難聴や耳鳴りで耳鼻咽喉科を受診した際、まず、聴力検査を行います。
その結果を示した図(グラフ)のことをオーディオグラムと言います。
- オーディオグラムを読むことであなたの耳の状況を確認することができます。

- オーディオグラムのグラフは一般的に年齢を重ねると下に下がってきます。



○聴力の目安

難聴の程度	聴力レベル	聞こえの状況
正常	25dB未満	小さな声やささやき声も聞こえる
軽度難聴	25~40dB 未満	小さな声や騒音下での会話が聞きづらい聞き間違いや聞き返しをすることが多い
中等度難聴	40~70dB 未満	普通の大きさの声の会話が聞きづらい
高度難聴	70~90dB 未満	普通の大きさの声の会話が聞き取れない
重度難聴	90dB以上	耳元で話されても聞き取れない