

# あなたの聞こえは大丈夫？



聞こえにくさから会話やコミュニケーションに困難を生じ、さらに社会とのつながりが希薄になることが認知症や社会的孤立の要因となるといわれています。

## 耳の健康チェック

これらの項目が当てはまる人は、耳鼻科の受診をおすすめします。簡単にチェックしてみましょう。

- 話し声をはっきりと聞き取れず、間違えたり聞き返したりすることがある
- 相手の言ったことを推測で判断することがある
- 話し声が大きいと言われる
- 家族からテレビやラジオの音量が大きいと指摘される
- 集会や会議など数人での会話がうまく聞き取れない
- 後ろから呼びかけられると気づかないことがある
- 車の接近に全く気づかないことがある
- 電子レンジの音やドアのチャイムの音が聞こえにくい
- 時計のアラームなど、高い音が聞き取りにくいと感じる
- 音の方向感がわかりにくくなる
- 耳が詰まったような感覚が抜けない
- 「ワーン」「キーン」などの音が耳で鳴っている状態が1日以上続く
- 音が割れたようにカシャカシャ聞こえる

※厚生労働省ホームページ「『聞こえにくさ』感じていませんか？」より抜粋

チラシについてのお問合せ

豊後大野市高齢者福祉課 地域包括ケア推進係  
0974-22-1049（直通）