

1 加齢性難聴について

どうして「聞こえ」は重要なのか？

聞こえにくさを放っておくと生活の様々な場面に影響が及びます

- 危険を察知しにくくなる
- 周期の環境の把握がしづらくなる
- 不安やゆううつな気持ちから、活動が億劫になる
- 新しい状況や情報が届きにくくなる
- 社会との交流が減少する
- 楽しみが減少する
- 認知症を発症するリスクが高まる



難聴と認知症の関係について

難聴の為に音の刺激や脳に伝えられる情報が少ないと、脳の萎縮や神経細胞の弱まりが進み、それが認知症発症に大きく影響することが明らかになっている。

つまり補聴器をつけるなど難聴に対処することで認知症の予防につながる。

→ 聞こえにくさを感じたら、
まずは「耳鼻科受診」をしましょう！



加齢性難聴の症状

音が聞こえにくいだけでなく、「何を言っているのかわからなくなる」

特徴：高い音から聞こえが悪くなる

早口での会話が聞き取りにくくなる

特に騒音下での会話が聞き取りにくくなる

音(ことば)が脳に入っていない為、ことばを聞き分ける脳の働きが低下する

どの方向から聞こえているかがはっきりとしない

自分自身の聴力低下に気づきにくい

耳鳴りを伴うことがある

やはり、「聞こえ」は大切！

「聞こえ」について確認してみましょう！

- ① 複数の人たちの会話に入りにくいことがある
- ② 声が大きすぎると言われたことがある
- ③ テレビの音量を上げるようになった
- ④ 外国映画の番組は「吹き替え」より「字幕」の方が良くわかる
- ⑤ 名前や場所を聞き間違えることがある
- ⑥ 音はしっかり聞こえるが、会話ではモゴモゴ聞こえて内容がわかりにくい
- ⑦ 話しかけられた際に耳に手を当てたり、体を乗り出すことがある
- ⑧ 体温計の「ピッピッ」となる電子音に気が付かない
- ⑨ 1対1での会話においても聞き取りにくいことがある
- ⑩ 「キーン」という高い音の耳鳴りがする



チェックリスト実施後、耳鼻科受診の判断基準

- ① ～ ② **注意が必要** 聞こえ辛さが始まっている可能性あり
- ③ ～ ⑤ **難聴の疑い** 軽度難聴の可能性あり
- ⑥ ～ ⑩ **耳鼻科受診をお勧めします** 軽度～中等度の難聴の可能性あり

コミュニケーション時、伝わりにくい時の工夫

- ① 室内の静かな場所で話す
- ② 1mくらいの距離で近づいて話す
- ③ 口元が見えるように正面から話す
- ④ ゆっくりと口を大きく動かして話す
- ⑤ マスクをつけて話す際も口を大きく動かして話す
- ⑥ 少し大きめの声で話す、相手が気づいてから会話を始める
- ⑦ 複数の時は一人ずつ順番に話す、伝わっているか確認する
- ⑧ 言い方を変えてみる
- ⑨ 文字で書いてみる
- ⑩ ジェスチャーをつかってみる



補聴器のお話

補聴器を買ったけど、お家のタンスの中に眠っていませんか？
補聴器は買って終わりというわけではありません。

利用者さんとの会話で
このようなことはありませんか



補聴器買ったんやけど、
着けたらわんわんになって
ひど悪い！
もう着けんじ直しちよん！！

そんな方がいらっしゃったら、**補聴器に慣れるのにはトレーニングが必要です**と伝えてください。

補聴器は「耳を治す道具」ではない！

音を大きくすることはできる
聞き分ける力は徐々に「脳」が補い、判断できるようになる

補聴器になれるのには**トレーニングが必要！**

耳(脳)が慣れるのには時間がかかる(3か月～半年)

補聴器を使った会話は、今まで休んでいた脳の機能を再び使うこと

補聴器を使うことは「**耳と脳のリハビリ**」

補聴器を購入し、持っているが、長い間使っておらず、合っていないと感じる場合は
耳鼻科の受診や購入したお店に相談してみましょう！



補聴器の練習方法

- 静かな居間で2人で話す
- 食事に使う
- 公園で使う
- 買い物
- 車
- 講演会や芝居を見る
- テレビでニュースを観る
- 数人との会話で使う
- 近所を散歩
- 会合(会議)

雑音が少ない



雑音が多い

- * 最初はそれぞれ短時間から始める
- * 楽しみながら慣らす
- * 補聴器装用練習が山登りに例えられます。
装用時間が長い方がすぐに慣れるとされています！



補聴器装用中の方への対応

- ゆっくり区切って話す
- 正面を見て、表情や動きが見える位置で話す
- 大きすぎる声で話さない
- 騒音を減らす(話すときはテレビの音を小さくするなど)
- 聞き取りが難しい時は、別のことばに置き換える



1回の補聴器調整でうまくいくことは少ない

←利用者さんに何度も伝えて頑張ってもらってください

- 握手できるくらいの距離で会話を始める
- 文末まではっきりと話す
- 複数の会話の時は一人ずつ話す
- 反響音の少ない場所で話す

補聴器についての相談窓口

・補聴器相談医

大分県内33名(2023年8月現在)

https://www.jibika.or.jp/uploads/files/certification/meibo_pdf/44_oita.pdf



・認定補聴器専門店

大分県内4店舗(2023年8月現在)

<https://www5.techno-aids.or.jp/shop/prefecture.php?p=44>



・認定補聴器技能者

大分県内76名(2023年8月現在)

<https://www3.techno-aids.or.jp/html/pdf/meibo/02-44.pdf>



認定補聴器専門店



公益財団法人テクノエイド協会

失語症の特徴

- 言語機能の障害である
- 症状の重症度も人によって異なる
- 困っていることを自分で伝えられない
- 重症度は違えど、「聞く」「話す」「読む」「書く」「計算する」すべてに障害が現れる
- 脳の損傷部位によって症状が異なる
- 運動麻痺を伴うことも多い

失語症と構音障害の違いは？

*保たれていることは○、苦手になることは×で記載しています。

	失語症	構音障害
聞 く	×	○
話 す	×	×
読 む	×	○
書 く	×	○
計算する	×	○

失語症の方は50音表の指差しは困難です。
構音障害の方には有効なコミュニケーション方法です。

失語のある方が望む支援とは

- 本人の表出・理解のテンポに合わせてじっくりお付き合いをする
- ゆっくり待ってくれる
- 本人を急かさない
- ことばがなかなか出なくても不安を見せない
- 表出・理解が成功したときに一緒に喜ぶ
- 勘が良い
- 適宜、コミュニケーションの内容を本人に確認する
- 自分の話しを心から聞こうと(思いを知ろうと)一生懸命
- 要点を絞って伝えてくれる
- 大事なことは単語やメモで書き、見てもらいながら伝える
- 短く、わかりやすいことばで伝え、長々と話さない
- 身振りをつけながら伝える



失語症の方が望まない支援とは

- 支援者の考えを代弁してしまう
- 本人を差し置いて相手と話してしまう
- 本人の意向を確認しない
- 本人がことばを間違えたときに教えようとする
- 本人が間違えた表現をしたときに無理に言い直させようとする
- 本人が話すこと、書くことを遠慮させてしまう
- 本人を不安な気持ちにさせてしまう
- 待てない、矢継ぎ早に質問する
- わかったふりをする

失語症の方とのコミュニケーション技法

会話の基本姿勢

- こども扱いしない
- 会話は落ち着いた雰囲気
- 名前を呼んで話す

理解を補う会話技術

- ゆっくりはっきりと話す
- 短く、わかりやすいことばで話す

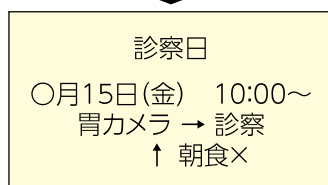
- 視覚情報の呈示

○ 要点を文字・描画・身振りで示しながら話す

話の要点を文字や描画で示しながら話を進めると、理解の助けになる

例：病院受診の話をする場面で「次回の受診日は、来週の金曜日の15日の9：00です。胃カメラがります。朝食を食べてこないでください。」

要点をわかりやすく呈示すると



○ 意図的に身振りをすることも良い

- 繰り返し言ってみる
- わからない場合は他のことばに言い換えてみる
- 急に話題を変えない

表出を補う会話技術

- 先回りしないでしばらく待つ

わかっていても先回りして言ってしまわず、相手が言おうとしていることを最後まで聞こうとする姿勢が大切

- 「はい」「いいえ」で答えられる質問をする
- 語の属階性を利用する

例：食べたい物を聞く際まずは「洋食」「和食」「中華」を聞き、選択できたら次に「ごはん」「肉」…と目的の語に近づけていく

構音障害の特徴

ことばを話すのに必要な唇・舌・声帯などの麻痺や、運動の調整障害によって発声や発音がうまくできなくなる状態

！ 構音障害は基本的に「話す」ことだけの障害で
その点が失語症とは異なる

！ 構音障害の方は嚥下障害もあわせ持っていることがあるため、
注意が必要



構音障害の症状

- 呂律が回りにくく、ことばがはっきりしない → 唇や舌が麻痺のために十分に動かせない等
- 声の大きさが大きすぎるまたは小さすぎる
- 一息で長く話せない
- 話す速さが速くなる、遅くなる

構音障害の方とのコミュニケーション方法(自分が聞き手の場合)

- 姿勢を安定させる
- 短く、ゆっくり、大きな声で言ってもらおう
- 文字や文字盤を使う
- 聞き取れないのにわかったふりをしない

コミュニケーション障害のある方と、
基本的信頼関係を築くためには…

- 初対面の時に自己紹介を行う
- 明るく、ゆったり、相手の話を受け止める態度で臨む
- コミュニケーションがうまくいかなかったときにがっかりした様子を見せない
- 相手が伝えようとしたことにどうしてもたどりつけなかったときには率直に謝る
- 「あなたのことが知りたい」という態度を示す
- 本人を中心に、家族とも良好な人間関係を保つ



