



認知症予防に難聴対策を

難聴は認知症になるリスクが高まります

難聴が進むと、人によってはコミュニケーションがうまく取れなくなり、会話が
おっくうになります。徐々に外出が減り、引きこもりがちになることもあります。
すると、脳への刺激が減り、認知機能が低下するのです。聞こえが気になる方は、
耳鼻咽喉科を受診してみましょう。

すでに耳の聞こえが悪いという方も、補聴器を使えば、認知症の予防や進行を遅
らせることができる可能性があります。四万十町では、日常生活に支障をきたして
いる中等度難聴の高齢者の方を対象に、補聴器購入の費用（上限5万円）を助成し
ています。対象要件がありますので、購入前に高齢者支援課までお問合せください。



耳の聞こえのチェックをしてみましょう



聴力の衰えは自分では気がつきにくく、知らず知らずのうちに難聴になって
いる場合もあります。

- ☐ テレビやラジオの音量が大きいと言われる。
- ☐ よく聞き取れず、聞こえたふりをすることがある。
- ☐ 複数での会話は、うまく聞き取れない。
- ☐ 話す声が大きいと言われる。
- ☐ 聞き返すことが増えた。



1つでも当てはまる方や、自分の「聞こえ」が気になる方は要注意
耳鼻咽喉科で相談してみましょう。

参考：一般社団法人 日本臨床耳鼻咽喉科医会「難聴対策・ヒアリングフレイル」HPより

【お問い合わせ先】

四万十町高齢者支援課 ☎ 22-3900

地域包括支援センター

大正支所

十和支所

☎ 22-3385

☎ 27-1212

☎ 28-5518