

聞こえのチェックリスト

当てはまるかどうか確認してみましょう！

チェック内容	該当する場合、 ○を付けましょう
会話をしているとき 聞き返す 。	
後ろから呼びかけられると気づかない ことがある。	
聞き間違いが多い 。	
話し声が大きい と言われる。	
見えないところからの 車の接近に気づかない 。	
電子レンジなどの 電子音が聞こえない 。	
耳鳴り がある。	

1つでも○が付いた方、ご自身の「聞こえ」が気になる方は、耳鼻咽喉科医師（補聴器相談医）への相談をおすすめします。

1～2個・・・実生活でお困りのことがあれば耳鼻咽喉科を受診しましょう。

3～4個・・・耳鼻咽喉科で相談してみましょう

5個以上・・・早めに耳鼻咽喉科を受診することをおすすめします。

「聞こえづらさ」が進むと、生活する上でこのような支障が起きる可能性があります。

- 必要な音が聞こえず、危険を察知する能力が低下する
- 家族や友人とのコミュニケーションがうまくいかなくなる
- 社会的に孤立し、うつ状態に陥る

このような状態が続くと、認知機能に影響を持たらす可能性もあると言われています。