

# 耳も「血管」でできている

## 難聴の原因、実は・・・

## 「血管のダメージ」

かもしれません



### 生活習慣を整える事で “難聴予防”につながります



食事



睡眠



運動



禁煙

生活を見直すことが  
「聞こえの健康」につながります  
出来ることから一緒にはじめませんか？