

# 気にしていませんか？



## のこと

### 聞こえのチェック

年齢を重ねるとともに「聞こえ」は少しずつ悪くなります。ゆっくりと変化するため、ご自分では気がつかないこともあります。聞こえについて確認してみましょう。



チェック！

会話しているときに聞き返す事がよくある



チェック！

家族にテレビやラジオの音量が大きいとよく言われる



チェック！

相手の言った内容を聞き取れなかったとき、推測で言葉を判断することがある



チェック！

大勢の人がいる場所や周りうるさい中での会話は、聞きたい人の声が聞きづらい



チェック！

電子レンジの「チン」という音やドアのチャイムの音が聞こえにくい



チェック！

耳鳴りがする

1つでも当てはまる方は…？

- ◆ 耳鼻咽喉科を受診しましょう。
- ◆ 生活習慣の改善をしましょう。
- ◆ 大きな音を避けましょう。

介護予防のための聞こえの講話

実施日時：令和〇年〇月〇日  
時～時

会場：×××× 〇階

申込先：025-\*\*\*\*-\*\*\*\*\*  
〇〇サロン