

令和5年度老人保健健康増進等事業  
難聴高齢者の早期発見・早期介入等に向けた関係者の連携に関する調査研究事業

難聴高齢者の早期発見・早期介入等に向けた  
関係者の連携に関する手引き  
【第1版】

令和6年3月

PwC コンサルティング合同会社





# 目次

目次	4
はじめに	7
第1章 手引きの目的と位置づけ	8
1. 目的	8
2. 位置づけ	8
3. 留意事項	8
4. 本手引きの活用方法	8
第2章 自治体でできる難聴高齢者への支援内容	9
1. 課題と施策の整理	9
2. 支援内容と連携の全体像	10
3. 難聴高齢者に係る取組に効果的な連携のパターンと事例一覧	13
第3章 「聞こえにくい高齢者」について	16
1. 難聴高齢者の実態	16
2. 難聴はフレイルのリスク要因である	16
3. 加齢性難聴と予防	17
4. 高齢期の難聴へのアプローチ	17
第4章 難聴高齢者の早期発見・早期介入等事業	18
1. 事前検討	18
2. 体制整備	19
3. 実施手順の確認	22
4. 難聴高齢者早期発見プログラム実施の例	23
第5章 地域における難聴高齢者への支援【事例編】	25
事例1 大分県	25
事例2 東京都豊島区	31
事例3 山形県山形市	34
事例4 東京都八王子市	37
事例5 新潟県	40
事例6 大分県竹田市	48
事例7 石川県金沢市	50
事例のまとめ	51



本手引き作成に当たっての協力機関一覧.....	54
検討委員会 委員名簿 .....	55
文献目録.....	56
巻末資料.....	57



## はじめに

- 近年、難聴は QOL の低下や認知機能の悪化に影響を与えることが分かってきており、介護予防や生活の質を維持していくための重要な要素の一つとして、難聴の早期発見と介入が挙げられるようになりました。しかし、加齢性難聴等は本人や周囲の家族が気付かないうちに進行してしまうことが多く、適切な支援や受診につながりにくいといった懸念も指摘されています。
- 令和2年度老人保健健康増進等事業『自治体における難聴高齢者の社会参加等に向けた適切な補聴器利用とその効果に関する研究調査報告書』(PwC コンサルティング合同会社)によると、難聴高齢者を積極的に把握する取組を行っている自治体のうち、聴力検査を行っている自治体は全体の 0.4%、地域の通いの場等で難聴の疑いがある人を把握している自治体は 2.2%に留まっています。難聴高齢者を把握する取組が広がっていない主な理由には、実施するにあたって法令等の裏付けがないことと合わせて、住民の要望が少ないことが挙げられました。
- また、通いの場等で難聴の疑いが確認された場合に、本人に受診を勧め、実際に医療機関の受診につながるための連携体制等の仕組みが整備されていないことも分かりました。加えて、補聴器助成制度を実施している自治体であっても、補聴器装用を開始した後のフォローまで行っている自治体はほとんどないことも分かりました。
- こうした背景を踏まえ、自治体における難聴高齢者の早期発見と早期介入等に向けた関係者の連携のために必要な手順を示す手引きを作成することとしました。
- 本手引きでは、先進事例のヒアリング調査を行うことで、難聴高齢者への支援の全体像を描きました。また、先進事例のヒアリングにより抽出された要素を用いて、難聴高齢者の早期発見・早期介入に向けたプログラムを構築した上で、実際に6つの自治体で実施したモデル事業の結果を踏まえた内容を掲載しています。
- なお、本手引きにおいては、難聴の疑いが確認された場合の次のステップとして、耳鼻咽喉科の受診をすることが望ましいと記載していますが、近隣に耳鼻咽喉科または補聴器相談医がないような地域においては、内科等のかかりつけ医に相談したり、地域の言語聴覚士会に相談するなど、医療機関の受診以外の方法で聞こえづらさの確認をする方法もあります。地域の実情に応じ、適切な方法により早期発見・早期介入に取り組むことが大切です。
- 本手引きが、市町村や地域包括支援センター等の皆さまのお役に立ち、ひいては地域の高齢者の健康に寄与することができたら幸いです。

# 第1章 手引きの目的と位置づけ

第1章では、手引きの目的や位置づけ、構成、活用方法について解説します。

## 1. 目的

本手引きは、自治体関係者が難聴高齢者の早期発見・早期介入等に向けた関係者の連携を進めるにあたり、新たな仕組みを導入する際に必要な検討項目やその運用方法を参考にすることを目的として作成しました。

難聴高齢者の早期発見の取組には、後述のような複数の形態があります。地域の介護予防や地域包括ケアシステム等の特性、医療機関・住民等の関係者のニーズ、システムを運営していく際の関係者の協力体制等を総合的に勘案しながら、地域に適した運営体制とシステムを整える必要があります。

本手引きを参考にすることで、新たな仕組みの導入を望む自治体が、地域の実情等に適した形で難聴高齢者の早期発見・早期介入に向けた適切な実施体制を構築し、難聴高齢者に対して適切な支援が普及することを目標としています。

## 2. 位置づけ

本手引きは、令和5年度老人保健健康増進等事業『難聴高齢者の早期発見・早期介入等に向けた関係者の連携についての調査研究事業』の調査結果に基づき作成しています。

## 3. 留意事項

本手引きは、難聴高齢者の早期発見・早期介入等に関する関係者の取組を法令上義務づけるものではありません。

また、本手引きは、難聴高齢者に関する研究によるエビデンスの蓄積の状況等を踏まえつつ、様々な制度との関係性の観点を含め、今後も必要に応じて見直しを行うことを想定しています。

## 4. 本手引きの活用方法

本手引きは、難聴高齢者に係る取組の導入を検討している市町村職員や地域包括支援センター職員のみならず、活用していただけるように作成しています。

### ◆自治体でできる難聴高齢者への支援内容サマリーをまず確認したい場合

👉 [第2章](#)をご覧ください。

### ◆難聴高齢者に関する基本的な考え方を確認したい場合

👉 [第3章](#)をご覧ください。

### ◆難聴高齢者の早期発見・早期介入等の事業を検討したい場合

👉 フレームワークの検討は、[第4章](#)をご覧ください。

👉 詳細について検討する際は、[第5章](#)の事例を適宜ご参照ください。

👉 事業実施にあたり、適宜、巻末資料をご活用ください。

## 第2章 自治体でできる難聴高齢者への支援内容

### 1. 課題と施策の整理

自治体が難聴高齢者への支援に係る施策を考えるにあたって必要な取組を検討するため、消費者行動プロセス(AIDMA)を参考に高齢者の行動段階を「認知・注意」、「興味・関心」、「理解・欲求」、「記憶」、「行動」の5段階に分け、それぞれの段階における課題と対応の方向性を示しました。

本手引きでは、第4章で紹介する先進事例での取組も踏まえ、難聴高齢者の支援のための施策を【①普及啓発】【②早期発見】【③早期介入】【④フォローアップ】【⑤評価・効果測定】の5項目に整理しました。

図1 高齢者の行動変容に向けた課題と対応の方向性

行動段階	課題	対応の方向性	施策
認知・注意	<ul style="list-style-type: none"> <li>対象者が関心を持つためのインプットが足りない</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>対象者が難聴に関心を持つきっかけを作る</li> </ul>	① 普及啓発(環境/個人) <ul style="list-style-type: none"> <li>リーフレット作成・配布</li> <li>聞こえの出張講座開催</li> </ul>
興味・関心	<ul style="list-style-type: none"> <li>「聞こえにくい」と思っても「年だから仕方がない」と気に留めない</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>情報提供の機会を作る</li> <li>聴覚補助機器等を用いて聞こえやすい状態を体験する機会を作る</li> </ul>	② 早期発見 <ul style="list-style-type: none"> <li>簡易スクリーニング</li> <li>聴覚補助機器等を用いた聞こえやすい状態の体験</li> <li>受診勧奨</li> </ul>
理解・欲求	<ul style="list-style-type: none"> <li>「聞こえにくい」「どうにかしたい」と思っても、適切な情報に辿り着かない</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>難聴の簡易スクリーニングを行い、必要な場合、受診勧奨する</li> </ul>	③ 早期介入 <ul style="list-style-type: none"> <li>診察・聴力検査による診断</li> <li>聞こえのアドバイス</li> <li>補聴器試聴・適合</li> </ul>
記憶	<ul style="list-style-type: none"> <li>難聴があっても受診しない</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>受診状況を把握する</li> <li>再勧奨する</li> <li>適切な専門家と連携する</li> </ul>	④ フォローアップ <ul style="list-style-type: none"> <li>受診状況の把握</li> <li>未受診者への再勧奨</li> <li>補聴器装用後の使用状況の確認</li> <li>装用できていない場合の再指導</li> </ul>
行動	<ul style="list-style-type: none"> <li>難聴を放置する</li> <li>自己判断で補聴器などを購入してしまい、使われない状況が生まれる一方で難聴は改善されない</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>行動変容に至ったかどうかモニタリングする</li> </ul>	⑤ 評価・効果測定 <ul style="list-style-type: none"> <li>コホート調査</li> <li>補聴器装用者のモニタリング調査</li> </ul>

- ① 普及啓発** 聞こえづらいつと感じたらすぐに行動に移してもらえよう、リーフレットの配布や、通いの場や介護予防教室等での聞こえの出張講座により、まずは聞こえに関心を持つきっかけを作ります。難聴は本人よりも周りの人が気づくことも多いので、難聴についての情報を、高齢者本人だけではなく、高齢者と普段接することの多い人たちに周知することも大切です。
- ② 早期発見** 難聴のリスクが高い高齢者を見つけるための簡易スクリーニングや聴力検査の機会を作ります。①の普及啓発と併せて行うことで、受診の必要性を理解してもらいやすく、円滑な受診勧奨に繋がります。
- ③ 早期介入** 難聴のリスクが高い高齢者が耳鼻咽喉科を受診し、診察・聴力検査により診断が行われ、治療の方針が決まります。必要な場合は、補聴器の試聴・適合をします。
- ④ フォローアップ** 受診状況の把握や未受診者への再勧奨、補聴器装用後の使用状況の確認や装用できていない場合の再指導などを通じて、高齢者をサポートします。
- ⑤ 評価・効果測定** これらの施策の効果について、コホート調査や補聴器総評者のモニタリング調査等を通じて評価します。

## 2. 支援内容と連携の全体像

	対象	内容	必須連携先	推奨連携先の選択肢		
普及啓発	環境アプローチ ・家族 ・住民リーダー ・かかりつけ医 ・地域包括支援センター ・ケアマネジャー 個人アプローチ ・高齢者	実施主体:自治体 ・リーフレット ・出張講座・介護予防教室・相談会など		<b>既存事業との連携</b> ・通いの場 ・介護予防教室 ・特定健診 ・「後期高齢者の質問票」(15項目) <sup>1</sup> ・地域ケア会議 ・健康イベント ・公民館 ・生涯学習 <b>他機関との連携</b> ・地域包括支援センター ・保健所 ・社会福祉協議会 ・シルバー人材センター ・医療機関(かかりつけ医・健診) ・薬局 ・社会福祉法人 ・介護サービス事業者 ・NPO法人 ・協同組合 ・民間企業(ショッピングモール等)	<b>職能団体と連携</b> ・かかりつけ医/耳鼻咽喉科医 ・言語聴覚士 <b>住民組織と連携</b> ・自治会・町会 ・老人クラブ ・民生委員・児童委員 ・各種推進員 ・学術機関等との連携 ・耳鼻咽喉科専門医 ・学校(芸術系) <sup>2</sup> <b>民間企業との連携</b> ・簡易スクリーニング ・聴覚補助機器	
早期発見	・高齢者	実施主体:自治体(保健師中心) ・簡易スクリーニング ・受診勧奨(紹介先:耳鼻咽喉科医/補聴器相談医) 実施主体:委託先医療機関 ・聴力検診	・医療機関(医師会) ・言語聴覚士(医療機関がない地域)		等	
早期介入	・難聴のリスクが高い高齢者	実施主体:医療機関等 ・診察・聴力検査による診断 実施主体:委託先事業者等 ・聞こえやフレイル予防のアドバイス ・補聴器試聴・適合	・医療機関(耳鼻咽喉科/補聴器相談医) ・言語聴覚士	・認定補聴器販売店(認定補聴器技能者)		
フォローアップ	・難聴高齢者	・地域の医師会(補聴器相談医)と連携しその後の受診状況を把握 ・未受診者に対しては郵送で再度受診勧奨 ・補聴器購入6か月後に認定補聴器専門店での使用状況の確認・調整 ・定期診察 ・補聴器等の補聴機器のフィッティング <sup>3</sup>	・医療機関(耳鼻咽喉科/補聴器相談医)	・言語聴覚士 ・認定補聴器販売店(認定補聴器技能者)		
評価・効果測定	・高齢者 ・難聴高齢者	実施主体:自治体 ・コホート調査 ・補聴器装用者のモニタリング調査		・大学研究機関(公衆衛生学・疫学等)		

<sup>1</sup> 令和元年9月19日 保高発 0919 第1号「後期高齢者医療制度の健診において使用している質問票の変更について」にて示されている質問票のこと。

<sup>2</sup> 山形市の事例では、地域の芸術系の学校と協力し、普及啓発のための効果的なリーフレットを作成している。地域資源を有効活用する1つの案として記載した。



## 1. 普及啓発

- 普及啓発においては、高齢者を取り巻く環境や高齢者個人を対象としたリーフレットを作成して配布したり、聞こえの出前講座を行ったりすることで、難聴に関する情報提供をすることが考えられます。より多くの高齢者や関係者に周知するためには、通いの場や介護予防教室をはじめ、公民館、生涯学習事業等、高齢者関連の既存事業との連携や、地域包括支援センターやシルバー人材センター、医療機関、民間企業等の様々な他機関や住民組織との連携が効果的です。また、リーフレットや講座案内等の資料を作成する際には、耳鼻咽喉科専門医に監修を依頼したり、地域の芸術系の学校等と垣根を越えて連携したりすることにより、正確でより多くの人に届きやすいものを作成することができま

## 2. 早期発見

- 早期発見においては、実施主体を自治体とする方法と、医師会や医師会に所属する医療機関等の外部の組織に委託して行う方法が考えられます。
- 自治体においては、多くの場合、チェックリストやアプリを用いた簡易スクリーニングと受診勧奨を合わせて行うことが基本となるでしょう。医療機関で実施する場合は、聴力検査を通じて医師により難聴かどうかの診断がされます。いずれにしても、受診勧奨の紹介先や聴力検査の実施主体となる医療機関と自治体との連携は必須です。難聴の疑いがある高齢者が発見された場合にスムーズに正確な診断やその後の治療等に繋げるため、医師会を通じて地域の医療機関との協力体制を構築しておくことが大切です。
- なお、近隣に耳鼻咽喉科または補聴器相談医がいないような地域においては、①内科等の耳鼻咽喉科以外のかかりつけ医と連携する、②地域の言語聴覚士会に相談する等、耳鼻咽喉科の受診以外の方法で聞こえづらさの確認をする方法もあります。地域の実情に合わせて適切な方法を選択し、必要に応じて外部の機関とも連携しましょう。
- 早期発見の対象者についての考え方は、自治体によって様々であると考えられますが、例えば早期かつ効果的に発見したいという目的であれば、前期高齢者や後期高齢者に差し掛かるくらいの年齢層に対して実施することが考えられます。また、男性の方が女性よりも有病率が高いことに鑑みると、効果的な実施を検討する上では、シルバー人材センターや自治会の集まり等、高齢であっても比較的活動レベルの高い男性が集まりやすい場所で行うことも選択肢の一つです。
- できる限り多くの高齢者に対して早い段階からアプローチをすることが効果的ですが、目的や予算等の制約条件に応じて戦略的に方法を選択し、同じような対象者を設定している後期高齢者健診や生涯学習等の既存事業や他機関とうまく連携して行うことをおすすめします。
- また、早期発見においては、難聴の疑いのある高齢者本人に、自身が聞こえづらい状況であるということ認識してもらうことにより、早期受診につながる可能性だけでなく、生活の質の向上や日常生活・社会生活の活発化にもつながる可能性が高くなると考えられます。このため、自治体や金融機関などの公共機関等の窓口に聴覚補助機器等を設置し、誰もが気軽に使用可能な状況とすることにより、聞こえやすい状態の体験の場を提供することもおすすめします。この様な体験の場の提供は、普及啓発の効果を高めることにもつながります。

## 3. 早期介入

- 難聴の疑いがある人への早期介入においては、医療機関における診察・聴力検査による診断や、短期集中予防サービス(サービスC)(以下、「サービスC」という。)等の場で専門職によるフレイル予防のための聞こえのアドバイスを行うことが考えられます。医療機関の受診や聞こえに関する専門的な知識を使ったアドバイスにより、聞こえづらさを認識して生活を改善するため、できる限り地域の医療機関や言語聴覚士と連携して実施することが必要です。
- また、場合によっては補聴器等の補聴機器の装用が必要になる可能性があることから、認定補聴器販売店(認定補聴器技能者)とも連携し、正しい補聴機器の装用を促しサポートする仕組みを構築しておくことも大切です。

#### 4. フォローアップ

- フォローアップにおいては、地域の医師会や補聴器相談医と連携し、その後の受診状況を把握し、未受診者に対して再度受診勧奨を行ったり、補聴器装用を開始した対象者については、購入から6か月程度経った頃に認定補聴器専門店で装用状況の確認を行うことも大切です。また、医療機関による難聴高齢者の定期的な経過観察を行ったり、言語聴覚士や認定補聴器技能者等により補聴器等の補聴機器が正しく装用されているかをモニタリングしたりすることで、その後のサポートを行うことも考えられます。そのため、これまでのプロセスと同様に、地域の医療機関や言語聴覚士、認定補聴器販売店(認定補聴器技能者)等の外部機関と適切に連携できていることが望まれます。

#### 5. 評価・効果測定

- 評価・効果測定においては、これまでのプロセスで実施した施策について、様々な観点から評価を行います。例えば、コホート調査や補聴器装用者のモニタリング調査を行うなど、政策評価・政策決定に必要な情報を取得するための調査設計や運用を公衆衛生学や疫学調査を実施する大学研究機関と連携して行うことで、より効果的な分析を行うことができるでしょう。



### 3. 難聴高齢者に係る取組に効果的な連携のパターンと事例一覧

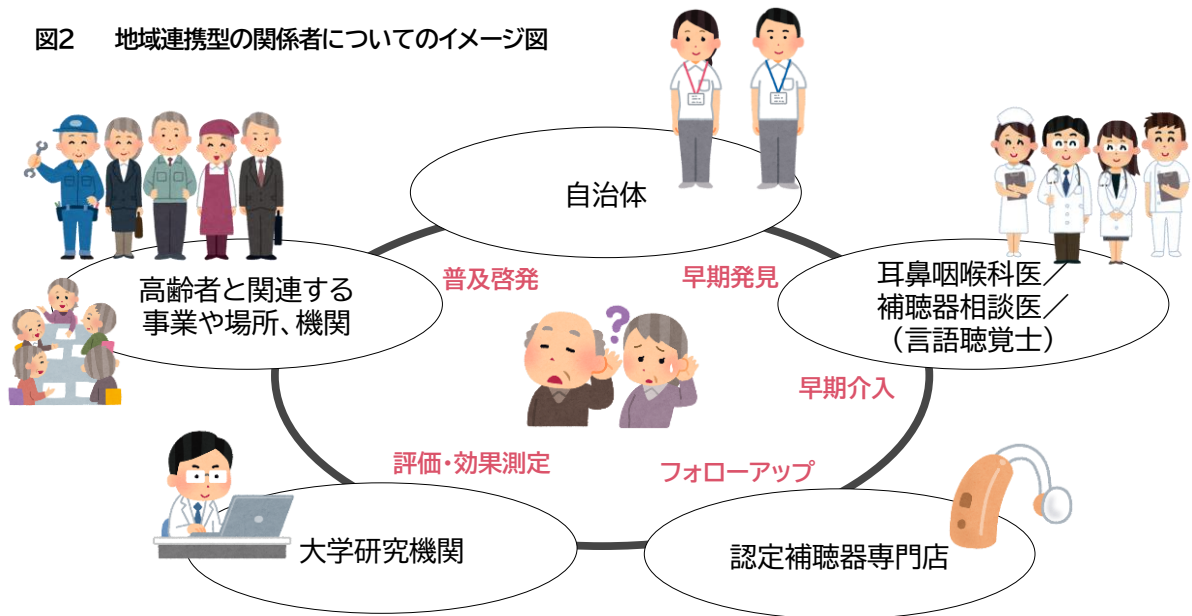
これまでに難聴高齢者についての取組を行ってきた自治体は複数ありますが、その方法は様々です。ここでは、そうした取組の事例をパターンに分けて整理することにより、連携のイメージ図を以下のとおりまとめました。

#### パターン1. 地域連携型 モデル事業 事例1 事例2 事例3 事例4

自治体が主体となり、地域の関係者が連携して難聴高齢者を支えるモデルです。

本手引きにおけるモデル事業では、こうした地域連携型による難聴高齢者の早期発見と早期介入に向けた連携を想定して実施しました。

図2 地域連携型の関係者についてのイメージ図

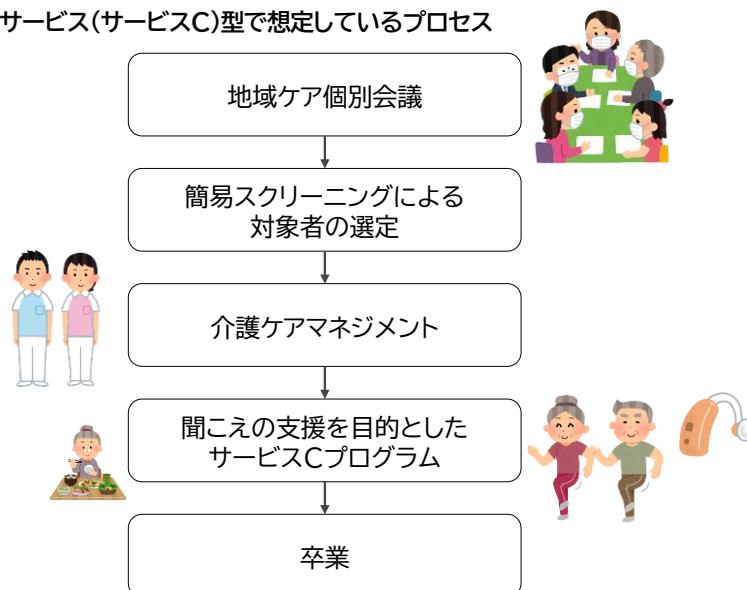


※本調査事業において、モデル事業を実施していないため、以下参考パターンとして掲載します。

#### (参考パターン1)短期集中予防サービス(サービスC)型 事例5 事例6

対象となる難聴のハイリスク者に対して、短期集中予防サービス(サービスC)を使って言語聴覚士や保健師が聞こえの支援を行うモデルです。

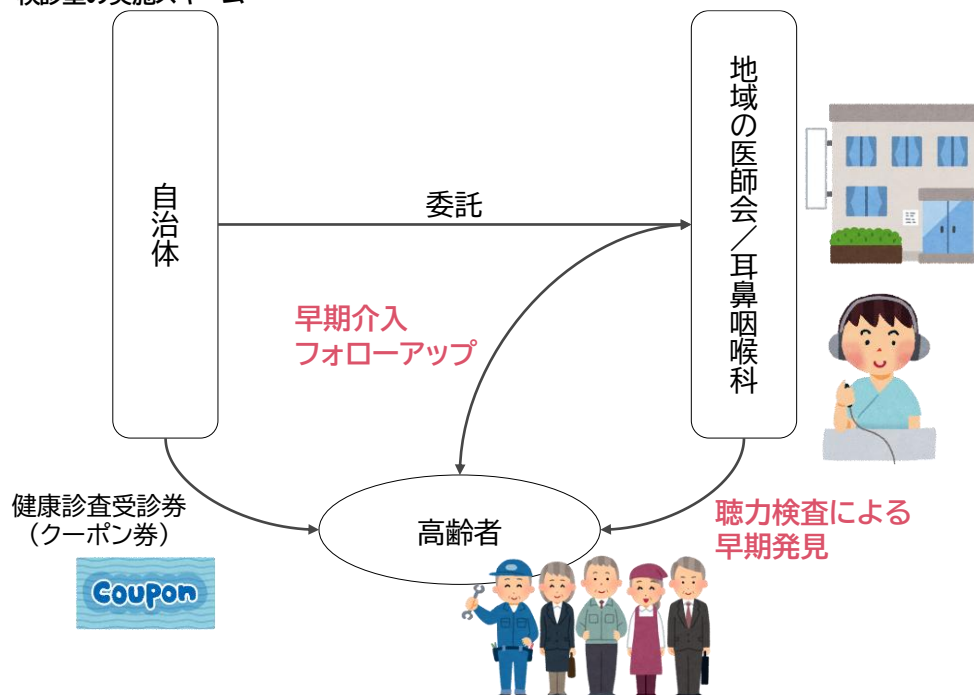
図3 短期集中予防サービス(サービスC)型で想定しているプロセス



## (参考パターン2)検診型 事例7

自治体が医師会に委託し、特定健診や後期高齢者健診等の機会を利用して広く聴力検査を行う方法です。

図4 検診型の実施スキーム



### 事例一覧

#### ◆パターン1. 地域連携型

- (P.25) 事例1 大分県
- (P.31) 事例2 東京都豊島区
- (P.34) 事例3 山形県山形市
- (P.37) 事例4 東京都八王子市

#### ◆(参考パターン1) 短期集中予防サービス(サービスC)型

- (P.40) 事例5 新潟県
- (P.48) 事例6 大分県竹田市

#### ◆(参考パターン2) 検診型

- (P.50) 事例7 石川県金沢市

施策と連携先から見た索引（凡例：○ 該当する △ 関連する）

概要	施策					連携先						高齢者との接点					掲載ページ	
	①普及啓発	②早期発見	③早期介入	④フォローアップ	⑤効果・評価測定	かかりつけ医(医師会)	耳鼻咽喉科医(会)	言語聴覚士(会)	認定補聴器専門店	大学研究機関	民間企業	地域ケア会議	介護予防教室	既存の相談会	通いの場	サービスC		新規立ち上げ
<b>パターン1 地域連携型</b>																		
モデル事業	○	○	△			○	○	△							○		○	-
事例1	○							○				○		○				<a href="#">P.25</a>
事例2	○	○	○	○		○	○				○		○					<a href="#">P.31</a>
事例3	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○		○					○	<a href="#">P.34</a>
事例4	○	○						○							○			<a href="#">P.37</a>
<b>(参考パターン1) 短期集中予防サービス(サービスC)型</b>																		
事例5	○	○	○		○			○		○							○	<a href="#">P.40</a>
事例6	○	○	○					○									○	<a href="#">P.48</a>
<b>(参考パターン2) 検診型</b>																		
事例7	○	○	○			○	○											<a href="#">P.50</a>

## 第3章 「聞こえにくい高齢者」について

### 1. 難聴高齢者の実態

- 難聴は、高齢者の健康上の問題のうち上位にある症状です。
- 70代男性で5～6人に1人、女性で10人に1人程度が、日常生活に支障をきたすような難聴(聴力レベルが両耳とも40 dBを超える程度)を有しています。

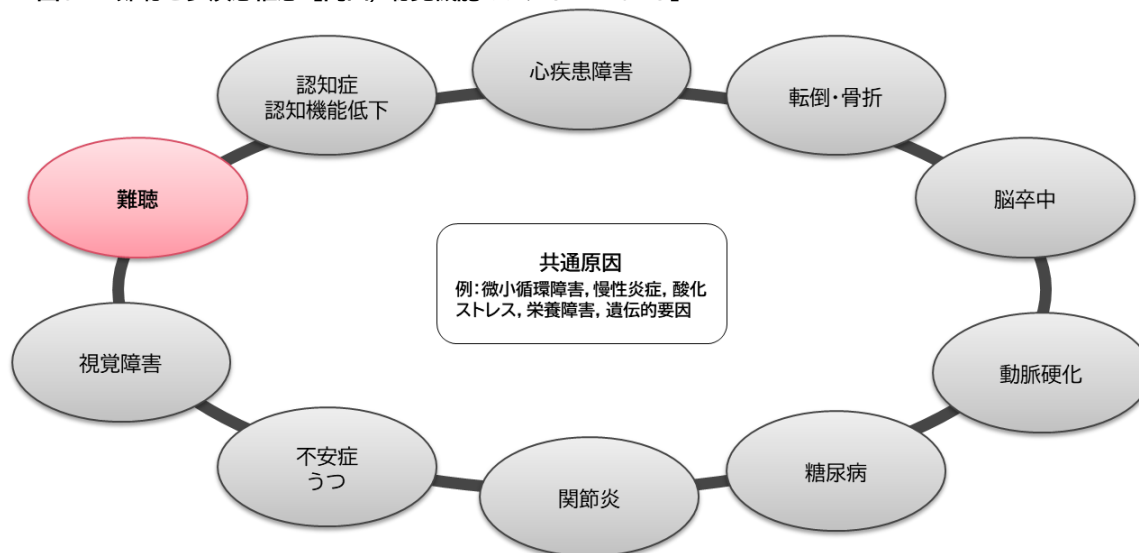
【参考】

内田育恵, 杉浦彩子, 中島務, 植田広海. 疫学的視点—近年の高齢者の難聴・認知機能・社会的孤立などの現況. *Otology Japan*, 2016

### 2. 難聴はフレイルのリスク要因である

- 高齢期の難聴は、加齢に伴い緩やかに進行するため、いつしかコミュニケーションや人とのかかわり避け、社会活動を抑制してしまう恐れがあります。
- 難聴は高齢期におけるフレイルの発症と関連することが報告されています。
- フレイルには様々な共通原因があると言われていますが、フレイルが進行・重症化するプロセスにおいて、聴力・平衡感覚の機能障害、すなわち難聴が関わっている可能性があると言われてしています。
- 高齢期の難聴は、コミュニケーション障害や社会活動の減少を来し、さらには抑うつ、意欲低下、認知機能低下、脳委縮、フレイルや転倒のリスク増加、日常生活動作(ADL)の低下、健康維持に必要な情報を取得して使いこなす能力であるヘルスリテラシー低下にも関与し、医療介入の効果の低減や介護状態・死亡等のリスク増加と関連することが報告されています。
- また、“認知症予防、介入、ケアに関する Lancet 国際委員会”によると、先行する難聴は認知症発症の有意なリスク因子であると結論づけられています。
- そのため、フレイル予防や認知症予防を目指すにあたり、同時並行で難聴に対する適切な対策も施すことが有効であると示唆されています。

図5 難聴と多疾患罹患【内田, 聴覚機能のフレイル 2023】



【参考】

内田育恵. “高齢期難聴がもたらす影響と期待される介入の可能性.” *音声言語医学* 56, 第 2 [2015]: 143-147.

内田育恵. “聴覚機能のフレイル.” *[PROGRESS IN MEDICINE]* 43, 第 7 [2023]: 573-577.

日本老年医学会/国立長寿医療研究センター. “フレイル診療ガイド 2018 版.” 2018.

The Lancet. “Dementia prevention, intervention, and care: 2020 report of the Lancet Commission.” 2020.

### 3. 加齢性難聴と予防

- 加齢性難聴とは高齢者に生じる難聴のうち加齢以外に特別な原因がない難聴を特徴としており、高齢者にとって最も一般的な感覚障害で、加齢とともに有病率が高くなる代表的な老年病の一つとされています。また、加齢性難聴は徐々に進行するため、本人の自覚がない場合があります。
- 加齢性難聴の特徴は、小さな音が聞こえにくくなることです。また、高音部から難聴が進行し、無声子音が聞き取りづらくなることにより、カ行、サ行、タ行、ハ行の聞き間違いが増えます。その結果、言葉としての聞き取りが悪くなるため、聞き間違い、聞き直しが多くなったり、テレビの音量が大きくなったりします。そして、難聴が進行するにつれ、語音聴力検査(語音での検査)の語音明瞭度が下がるため、大きな声であっても内容が聞き取れない、または、逆に声が大きすぎると聞き取れないということも起こります。また、早口が聞き取れない、雑音下での会話が聞き取れない、音源がどこにあるのか分からない、といった症状も生じるとされています。
- 現時点では発生した加齢性難聴を回復させる方法はありませんが、加齢性難聴のリスク要因、促進要因、また進行予防が期待できる要因については、多くの知見が報告されており、騒音下に置かれること、糖尿病、虚血性心疾患、腎疾患、喫煙習慣などが聴力に影響を及ぼすことが示されています。
- 難聴進行の予防策としては、テレビ視聴の際は適切な音量で連続使用は1時間以内とするなど騒音下を避けることや定期的に聴力チェックを行うことが推奨されます。また、虚血による障害を減らすために動脈硬化を予防することが重要とされています。糖尿病、虚血性心疾患、腎疾患が加齢性難聴と関連があることが示されていることから、生活習慣病予防が難聴予防にもつながると言われています。

#### 【参考】

内田育恵, “加齢性難聴患者へのアドバイス,” 日本耳鼻咽喉科学会会報 116, 第 10 [2013]: 1144-1147.

太田有美, “加齢性難聴の病態と対処法,” 日本老年医学会雑誌 57, 第 4 [2020]: 397-404.

### 4. 高齢期の難聴へのアプローチ

- 難聴がフレイルや認知症のリスクとして認識されていても、補聴器などを用いた難聴への介入が有効な効果をもたらすかどうかのエビデンスは限定的です。難聴へのアプローチに寄せられる社会的な期待が高まるにつれ、聴覚補聴が認知機能に寄与する効果の検証が重ねられています。
- 最新の研究結果によると、補聴器などの聴覚補聴デバイス使用は、長期的には認知機能低下リスクと関連すると報告されています。
- また、米国ジョージア州ホプキンス大学の研究チームによると、高血圧や糖尿病、喫煙など認知症のリスク因子を有しているグループにおいては、補聴器やその他の補聴器具の使用により認知機能の低下が抑制されることが明らかにされました。
- 補聴による聴覚活用はリハビリテーションとしての効果も期待されており、耳以外にも波及する可能性も示唆されています。
- 高齢期の難聴を正しく評価し、スクリーニングを通じて、適切なタイミングで介入することが大事であり、難聴高齢者の早期発見・早期介入等に向けた体制を整備することが求められています。

#### 【参考】

内田育恵, “高齢期難聴がもたらす影響と期待される介入の可能性,” 音声言語医学 56, 第 2 [2015]: 143-147.

内田育恵, 杉浦彩子, “認知機能と脳形態への補聴器・人工内耳使用の影響—自研究結果をあわせて,” Otology Japan 33, 第 2 [2023]: 79-84.

Lin, Frank R, James R Pike, Marilyn S Albert, Michelle Arnold, Sheila Burgard, and Theresa Chisolm. “Hearing intervention versus health education control to reduce cognitive decline in older adults with hearing loss in the USA (ACHIEVE): a multicentre, randomised controlled trial.” The Lancet, 7 2023.

## 第4章 難聴高齢者の早期発見・早期介入等事業

ここからは、自治体において新たに難聴高齢者に係る取組を始める際に必要になると考えられるプロセスについて説明します。

### 1. 事前検討

まずは、難聴高齢者の支援に向けて、難聴に関する住民のニーズや関係者の課題意識を把握し、難聴高齢者の支援が他の地域課題と比較して優先度の高いものかどうかについて検討する必要があります。

#### 1) 課題・住民ニーズの把握

地域において、難聴高齢者に関するどのような課題があるのか、住民や家族からどのようなニーズがあるかについて把握します。

ニーズ調査等の住民向けアンケート調査に聞こえの項目を追加し調査したり、地域ケア会議で地域課題として難聴高齢者についてヒアリングをするほか、通いの場のリーダー会議等、介護や保健、介護予防に取り組む関係者に向けて、難聴についての啓発を行い、難聴高齢者の支援についてのニーズを把握することが考えられます。



#### 2) 対象規模の推計

ニーズが確認できたら、地域にはどれくらいの数の難聴高齢者がいるのか、また、早期発見・早期介入事業を実施した場合、どれくらいの数の高齢者が医療機関を受診する可能性があるのか等を検討する必要があります。

以下の表は、2012年に発表された難聴高齢者に係る調査結果及び本手引き内で紹介している事例における実際の受診勧奨対象者の比率等を示したものです。これらの値を参考にし、地域における難聴の疑いがある高齢者の数を推計してみましょう。

表1 難聴有病率(10年後の年齢別難聴発症率—老化に関する長期縦断疫学研究(NILS-LSA)<sup>3</sup>より算出)

	40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳	65～69歳	70～74歳	75～79歳	80歳以上
男性	4.4%	1.9%	4.3%	14.6%	12.6%	43.7%	51.1%	71.4%	84.3%
女性	0.7%	2.7%	0.9%	9.6%	10.6%	27.7%	41.8%	67.3%	73.3%

表2 受診勧奨率および受診率

	受診勧奨率	受診率
モデル事業	38.9%	11.9%

<sup>3</sup> 内田 育恵, 杉浦 彩子, 中島 務, 安藤 富士子, 下方 浩史, 全国高齢難聴者数推計と10年後の年齢別難聴発症率—老化に関する長期縦断疫学研究(NILS-LSA)より, 日本老年医学会雑誌, 2012, 49 巻, 2 号, p. 222-227



## 2. 体制整備

難聴高齢者に係る取組を実施する体制を整えるため、自治体内の組織体制を確認し、必要に応じて連携体制を構築する必要があります。

### 1)関係者の意識合わせ

まずは、庁内で難聴や高齢者に関係が深い部署と連携し、現在把握している課題やこれまでの施策について共有し、関係者間の意識合わせを行いましょう。

取組の内容によっては、高齢者福祉を所管する部署内の連携だけでなく、課や部をまたいで障害者施策や健康づくり施策等の所管部署とも連携することになるでしょう。

このように複数の部署が集まって難聴高齢者について話し合うことで、各部署で把握している情報を共有し、難聴高齢者に係る取組に必要な体制や効果的な実施内容及び方法を検討しましょう。

### 2)実施内容の企画

取組を実際に始めるにあたっては、実施の目的やターゲット、必要な連携先や人員体制等について、予め関係者間で確認しておく必要があります。下の表を参考に、実施内容を決定していきましょう。

表3 取組を始めるにあたり検討が必要な項目

検討が必要な項目	例
実施する主な目的は何か	難聴の疑いのある高齢者を早期に発見し、医療機関の受診や必要な支援に繋げることで、フレイル予防を目指す。
重点的に実施するのはどんなことか	<input type="checkbox"/> 普及啓発 <input checked="" type="checkbox"/> 早期発見 <input checked="" type="checkbox"/> 早期介入 <input type="checkbox"/> フォローアップ <input type="checkbox"/> 評価・効果測定 <input type="checkbox"/> その他( )
どのような高齢者をターゲットにするか	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 元気に働き続けている 70 歳前後の男性</li> <li>• 通いの場等に集まっている 75 歳前後の女性</li> </ul>
実施主体となるのは誰か	〇〇市高齢者支援課
庁内で連携するのはどんな部署か	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 健康づくり課</li> <li>• 障害福祉課</li> </ul>
どこで実施するか	シルバー人材センターや農協の集まり、地域の通いの場を活用して実施する。
どれくらいの規模で行うか	約30人を対象にした聞こえに関する講話を合計で5回程度実施する。
そのために必要な人員はどのくらいか	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 高齢者支援課 3名</li> <li>• 健康づくり課(保健師) 1名</li> </ul>
連携すべきなのはどんな人たちか	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 地域の医療機関・地区医師会</li> <li>• シルバー人材センター</li> <li>• 農協</li> <li>• 地域の通いの場</li> <li>• 地域包括支援センター</li> </ul>

### 3) 予算・費用の確保

取組を実行するにあたっては、普及啓発のためのリーフレットの作成や講話の話者の確保、簡易スクリーニングの方法(チェックリストやアプリ活用等)、必要な専門職の協力、フォローアップのための調査事業の実施有無等、実施内容に応じて予算の確保が必要となります。

表4 各プロセスにおける想定費用

	想定される内容	想定される費用
①普及啓発	リーフレットの作成	デザイン 内容の監修(有識者への謝礼) 印刷
	聞こえに関する講話	話者への謝礼 会場使用料
②早期発見	チェックリストやアプリによる聞こえのチェック	アプリ購入 タブレットやスピーカー、ヘッドホン等 アプリを使用するにあたっての研修費用等
③早期介入	言語聴覚士の協力を得る場合	派遣費用
④フォローアップ	言語聴覚士の協力を得る場合	派遣費用
⑤評価・効果測定	調査事業の実施	調査研究事業

また、②早期発見で使用するツールとしては、以下のようなものが考えられます。

表5 早期発見で使用する手法

	チェックリスト	アプリ	
		純音での検査	語音での検査
主な手法	複数の項目について、アンケート形式で回答する。	周波数の異なる音を複数種類聞き、正しく聞こえるかどうかをチェックする。	「ア」「キ」等の語音を複数種類聞き、正しく聞こえるかどうかをチェックする。
メリット	導入しやすい	個別化した評価が得られる	結果が明瞭で住民の行動変容につながりやすい
必要な設備・物品	特になし	アプリをインストールしたデバイス イヤホン・ヘッドホンまたはスピーカー等	
専門職関与の要否	実施方法による。 なお、専門職の関与が必須でない方法で実施する場合でも、チェックリストや検査によって出た結果を正しく解釈するために、保健師、看護師、言語聴覚士等の専門職が関与することが望ましい。		
活用事例	大分県 東京都豊島区 山形県山形市 東京都八王子市 新潟県 大分県竹田市	新潟県	東京都豊島区 山形県山形市 東京都八王子市

※事例の中で使用されていたアプリについては【事例編】を参照



#### 4)人員の確保

企画を実行するにあたっては、必要な人員を確保する必要があります。実施内容にもよりますが、多くの場合、保健師や言語聴覚士等の有資格者が関与することが好ましいと考えられます。この取組のために新しく専門職を確保することは難しい自治体が多いと考えられるため、既存の人員の中で対応することが想定されます。既存の職員にとって過度な負担とならないよう、地域包括ケアセンターや外部機関(次項「5)連携の構築」で紹介)の専門職に協力してもらうなど、適切な調整を行いましょ。

#### 5)連携の構築

実施に向けては、庁内の関係部署の職員に加え、医師会や補聴器相談医等、外部の関係機関との連携体制の構築が必要です。

表6 外部機関の連携先と連携の目的

連携先	連携の目的
医師会(補聴器相談医)	普及啓発や受診勧奨先等
言語聴覚士会	普及啓発や聞こえの支援として言語聴覚士の関与
補聴器や聴覚補助機器に関連する団体	適切な補聴器等の装用の促進
調査研究機関	難聴高齢者に関するコホート調査や補聴器装用についてのモニタリング調査の実施

### 3. 実施手順の確認

取組の実施に向けて、必要な資料を作成し、実施体制を整えておく必要があります。

#### 1) 各種資料の作成

例えば早期発見・早期介入を行う場合、住民自身が難聴やフレイルについての理解を深め、行動を変えるための動機づけが重要となるため、普及啓発のための効果的なリーフレットや講話の資料が必要となります。

また、簡易スクリーニングを行う場合には、聞こえに関するチェックリストや医療機関と連携するための結果票等も必要となります。

本手引きの巻末資料(P.57)に、普及啓発のための講話の資料や簡易スクリーニングのためのチェックリスト、医療機関と連携するためのきこえの結果票の雛型を添付しておりますので、参考にしてください。

#### 2) 関連機関との連携

難聴の疑いがある人への受診勧奨は、地域の耳鼻咽喉科医や補聴器相談医のリストを使って行う必要があります。日本耳鼻咽喉科頭頸部外科学会のホームページに『補聴器相談医名簿』が公表されていますが、予め地域の医師会等に取組について説明・相談しておくことが望ましいでしょう。

その他にも、例えば聞こえに関する講話を行う場合、外部機関の有識者に話し手を担ってもらっても考えられます。実施する内容に応じて、必要な外部機関と連携し、取組がスムーズに行えるよう準備をおきましょう。

#### 3) 実施体制の構築

取組を行うにあたっては、場所や対象者の規模に応じた役割分担を決めておく必要があります。具体的には、「4. 難聴高齢者早期発見プログラム実施の例」(P.23)に示すような業務手順を検討する必要があります。

表7 実施体制の例

検討が必要な項目	例
実施場所	通いの場「〇〇サロン」
対象者	普段から通っている高齢者
実施内容	<ul style="list-style-type: none"><li>• 聞こえの講話</li><li>• 簡易スクリーニング</li></ul>
簡易スクリーニングの方法	チェックリストを配布し、自分で〇を付けてもらう
実施する規模	30人程度を想定
役割分担	<ul style="list-style-type: none"><li>• 司会：高齢者支援課 ○○</li><li>• 資料配布、会場案内等の運営サポート：高齢者支援課 ◇ ◇、健康づくり課 △△)</li><li>• 聞こえの講話：▽▽言語聴覚士(言語聴覚士協会から派遣)</li></ul>

## 4. 難聴高齢者早期発見プログラム実施の例

早期発見に関する最も簡易なプログラムと業務フローについて、以下のようなケースを想定し、自治体関係者及び住民側それぞれの役割について説明します。

本プログラムは、令和5年度老人保健健康増進等事業『難聴高齢者の早期発見・早期介入等に向けた関係者の連携についての調査研究事業』において、6つのモデル自治体(N=126)によって実証されました。

実施後のアンケート結果によると、本プログラムによって、96.7%の参加者が聞こえに関する理解が深まったと回答し、80.0%の参加者が友人家族に勧めたいと回答しました。また、99.2%の参加者が、耳にやさしい行動をとるよう気を付けようと思うと回答し、59.6%の参加者が耳鼻咽喉科を受診しようとして回答しました。また、全参加者のうち 38.9%が受診勧奨の対象、11.9%が受診し、受診した人のうち40.0%が改善実感を得られたと回答しました。

よって、本プログラムは、普及啓発、早期発見、受診行動を促す動機づけ及び早期介入について一定の効果が示すことができました。

### 想定した前提条件(例)

- 目的： 難聴の疑いのある高齢者を早期に発見し、医療機関の受診や必要な支援に繋げることで、フレイル予防を行う。
- 主な実施内容： 聞こえの講話による普及啓発及び簡易スクリーニングによる早期発見
- 主な対象者： 地域の体操教室に集まる 70 代前半の男女
- 実施主体： ○○市高齢者支援課
- 実施規模： 12 名程度
- 実施場所： 自治会館(体操教室会場)
- 簡易スクリーニング： チェックリストを活用
- 実施体制： 高齢者支援課 2名、健康づくり課(保健師等の専門職) 1名、外部から派遣される言語聴覚士 1名
- 予算： 地域リハビリテーション活動支援事業

### 1)難聴高齢者早期発見プログラム(例)

難聴高齢者早期発見プログラム (1クール 所要:1時間半程度)					
スケジュール	所要時間	内容			
10:00-10:05	5分	実施内容の説明			
10:05-10:25	20分	聞こえの講話(言語聴覚士)			
10:25-10:45	20分	個別相談	個別相談	個別相談	個別相談
10:45-11:05	20分	個別相談	個別相談	個別相談	個別相談
11:05-11:25	20分	個別相談	個別相談	個別相談	個別相談

## 2)当日の業務フロー

1. 会場受付
2. きこえの講話
3. きこえの個別相談会
  - 3-1. 簡易スクリーニング
  - 3-2. きこえに関する相談・助言
  - 3-3. 受診勧奨
4. 受診勧奨後のフォローアップ

フロー	自治体関係者	住民
1. 会場受付	会場入口付近で受付を行う	受付をする
2. 聞こえの講話 (20分)	自治体職員か言語聴覚士等の有識者が聞こえの講話を提供する	聞こえの講話を聞き、学ぶ
3. 聞こえの個別相談会(20分/人)		
3-1. 簡易スクリーニング	事前に決めた方法で簡易スクリーニングを実施する	簡易スクリーニングを受ける
3-2. 聞こえに関する相談・助言	日常生活での難聴の予防やより円滑なコミュニケーションの方法を伝える	日常生活での難聴の予防やより円滑なコミュニケーションの方法を学ぶ
3-3. 受診勧奨	簡易スクリーニングにより受診勧奨する(受診勧奨票と医療機関リスト)	受診勧奨される(受診勧奨票と医療機関リスト)
4. 受診勧奨後のフォローアップ	電話または郵送等により、受診したか確認する	受診する

## 第5章 地域における難聴高齢者への支援【事例編】

### 事例1 大分県

言語聴覚士会と連携し、講演・介護予防活動支援マニュアル・フレイルチェックシートにより高齢者の難聴に関する普及啓発を実践している事例

#地域連携型 #普及啓発 #早期発見

主担当：大分県高齢者福祉課地域包括ケア推進班

連携先：大分県言語聴覚士協会

#### ① 事例の概要

普及啓発	<ul style="list-style-type: none"><li>地域ケア会議アドバイザー向け研修、介護サービス事業所向け研修などで、聞こえに関する講義を幅広く提供</li><li>各団体に対して地域ケア会議の中での聞こえに関する啓発を依頼</li><li>介護予防活動支援マニュアルの作成・周知</li><li>フレイル基本チェックリスト+聞こえ項目のフレイルチェックシートの作成・周知</li><li>言語聴覚士による様々な場での講話や相談会</li><li>県民相談会での相談</li></ul>
早期発見	<ul style="list-style-type: none"><li>介護予防活動支援マニュアルやフレイルチェックシートに掲載された簡易チェックリストによるセルフチェック</li><li>介護予防活動支援マニュアル内のチェックリスト(10項目)で「⑥～⑩」にチェックがついた場合、受診をお勧めします」と記載</li><li>フレイルチェックシート内の聞こえのチェックリスト(5項目)に1個以上チェックがついた場合や「聞こえ」が気になる場合に受診勧奨</li><li>二次元バーコードを用いて、予め記載についての了承を得た補聴器相談医や補聴器認定技能者を紹介</li></ul>

#### ② 取組内容

##### ア. 大分県による聞こえの啓発

- 大分県では大分県と市町村や各専門職団体が役割分担をしながら同じ目的に向かって協働する文化が醸成されている。
- 難聴が認知機能の低下と関連するということから、認知症への備えとして難聴の啓発を始めた。
- 地域ケア会議アドバイザー研修などで、大分県言語聴覚士協会から聞こえに関する講義を提供し、各地の地域ケア会議で聞こえに関する啓発を広めてもらうように依頼した。また、介護サービス事業所向け研修においても、現場で使える難聴者へのコミュニケーション方法を伝達することにより、広く聞こえの啓発を進めた。

##### イ. 地域の介護予防活動支援マニュアル<sup>4</sup> ～「聞こえ」の項目追加

- 平成29年度、大分県では地域の専門職や有識者等を集めた検討会を開催し、介護予防活動に関わる地域住民に向け、通いの場に関する活動の継続や高齢者の健康に気づきを促すことを目的とした「地域の介護予防活動支援マニュアル」を作成した。
- 同マニュアルには、口腔、運動、栄養、認知症といった項目に加え、難聴に関する啓発の必要性から難聴の項目が設けられた(図7)。難聴項目については、大分県言語聴覚士協会から推薦された委員が中心となって作成した。

<sup>4</sup> 大分県ホームページ「地域の介護予防活動支援マニュアル」について <https://www.pref.oita.jp/site/790/kaigoyobou-manyuaru.html>



- 同マニュアルを作る段階で介護予防に関わる様々な専門職の協力を得たことにより、聞こえに関する専門職への啓発も進んだ。
- 同マニュアルは、地域で介護予防に取り組む住民が活用することを想定されている(図8)。

図6 「地域の介護予防活動マニュアル」～その6 聞き上手は「きこえ」にあり

## その6 聞き上手は「きこえ」にあり

### なぜ「聞こえ」が重要か

皆さん、日々の生活の中で、「聞こえ」を意識したことがありますか？  
聞こえづらさをそのままにしておく、生活の様々な場面に影響が及んできます。

- ・ 危険の察知がしづらくなる（例：車のエンジン音やクラクション等）
- ・ 周囲環境の把握がしづらくなる（例：電話の呼び出し音、病院での呼び出し等）
- ・ 不安や憂鬱な気持ちから、活動するのがおっくうになる
- ・ 新しい状況や情報が届きにくくなる
- ・ 社会との交流機会が減少する
- ・ 楽しみが減少する
- ・ 認知症を発症する危険性が高まる



また、身近な場面にも「聞こえ」は影響しています。例えば…



このように、「聞こえ」は生活や活動の重要な鍵です。  
ぜひ、「聞こえ」にも意識を向けて、下記に取り組んでみましょう。

【ステップ1】 まずは、「聞こえ」について確認してみましょう！

【ステップ2】 加齢による聞こえ辛さを予防しよう！

【ステップ3】 ききとりにくい・伝わりにくい時の工夫を実践しよう！

まずは  チェックしてみましょう。

①②→注意が必要 ③～⑤→難聴の疑い ⑥～⑩→耳鼻科の受診をお勧めします

- ① 複数の人たちとの会話に、入りにくいと感じることがある
- 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「字幕付き」の方がよくわかる
- ⑤ 名前や場所を聞き間違えたことがある
- ⑥ 音は良く聞こえるが、会話ではモゴモゴ聞こえて内容が分かりにくい
- ⑦ 耳に手を当てたり、体を乗り出すことがある
- ⑧ 体温計の「ビッピッ」と鳴る電子音に気が付かない
- ⑨ 1対1で、普通の会話が聞こえないことがある
- ⑩ 「キーン」という高い音の耳鳴がする

### 聞こえ辛さの原因の例

- 耳の傷  
(中耳炎・大きな音を聞いたことによるものなど)
- 耳あかが詰まっている
- 突発性難聴
- メニエール病
- **加齢によるもの**



### 加齢による聞こえ辛さを予防しよう！

1. 動脈硬化を予防する  
・動脈硬化の原因となる生活習慣病を予防しましょう。



2. 大きな音を聞き続けけない  
・テレビやイヤホン等の音量に注意しましょう。  
・85dB以上の音のある環境に長時間居るのはやめましょう。  
(例：電車の車内、大声など)

## マニュアル活用例～活動を支える支援(通いの場編)～



### ＝【事例】Cさんの概要＝

年齢・性別 Cさん、〇〇歳、男性、妻と2人暮らし  
 既往歴 高血圧、軽度の物忘れあり(生活に支障なし)、出不精。  
 最近の様子 毎週通いの場に参加していたが、近頃顔を出さなくなった。

### 【ステップ1】地域の人と協力して、つながりを保とう！

☑ “地域” とつながり続けるための一工夫…P27

#### ＝ Cさんの場合 ＝



① 通いの場帰りに、Cさんと仲の良い知人と一緒に自宅を訪問。  
 ・また顔を出してほしいことを伝えるが、「気分じゃない」との回答。  
 ・後日、奥さんより「近頃耳が悪いみたい」との情報あり。

### 【ステップ2】参加しやすい環境を整えよう！

☑ 目で見て分かるような工夫をしましょう。…P25

#### ＝ Cさんの場合 ＝

② 開催日を目につきやすくする。  
 ・毎週火曜日に赤丸  
 ・始まる時間を掲載



③ どの体操をしているかわかりやすいよう掲示する。  
 ・体操ポスター掲載  
 ・体操のポイントを書き込む。



### 【ステップ3】興味や強みを活かした役割につなげよう！

☑ 「したいこと」「できること」を活かし、活動と参加の機会をつくりましょう…P26

#### ＝ Cさんの場合 ＝

④ 興味関心チェックシートでは、「カラオケ」が「してみたい」との記載あり。



⑤ レクリエーションのカラオケで歌を披露。皆からとても好評！参加意欲や本人の自信につながった！



⑥ その後、声をいかして、体操の号令係を担当！

(まとめ)

- \* 通いの場へ顔を出す機会が減った理由は、「**聞こえづらさ**」が原因でした。
- \* **地域とのつながりを保ちつつ**、Cさんが通い続けられる**環境を整えたこと**、また、**役割を持ってもらう**ことで、活動を再開することができました！！

参加者も通いの場を運営する一員です。  
 それぞれの強みを引き出して、  
 活かせる機会をつくることも大切です！



## ウ.フレイルチェックシート<sup>5</sup> ~「聞こえ」の項目追加

- 令和2年、生活機能の低下のおそれがある高齢者を地域の通いの場等で早期に発見し、高齢者自身の身体・生活状況を振り返り、自助・互助の中で生活機能の低下を予防することを目的として、大分県独自の「フレイルチェックシート」を作成した。このチェックシートの作成は、「フレイル基本チェックリスト」を参考にし、「住民参画型介護予防継続支援事業」の一環で実施した。
- 後期高齢者の15の質問票をベースとして作成された大分県独自の「フレイル基本チェックリスト」に聞こえに関する項目を追加(図8)。聞こえに関する項目を加えることで、「小さい音が聞こえない」といった自覚のみでなく、自身の聞こえに関心を持ってもらい、補聴器装用やコミュニケーションの際に支援者が配慮する上での気づきになることも合わせて期待した。
- フレイルチェックシートの第一の目的は、「聞こえにくい」ことを高齢者に気づいてもらうことと捉え、その上で、高齢者が耳鼻咽喉科医師や補聴器相談医、認定補聴器技能者等の適切な支援者に繋がることを期待している。
- フレイルチェックシートに掲載される医療機関や補聴器販売店については、事前に団体に確認を取ってから掲載している。
- フレイルチェックシートは大分県全域の市町村で活用されている。(一部、独自のフレイルチェックシートを作成している自治体もある。)
- コロナ禍においてフレイル全般についての課題意識が高まり、知事の定例記者会見の中でもフレイルチェックシートが紹介され、地元紙からの取材を受けて詳しく掲載されたことにより、高齢者に広く周知されるようになった。
- 高齢者によるセルフチェックのほか、通いの場等で行っている体力測定の間でもフレイルチェックシートは使用されており、他には地域包括支援センター等の職員が居宅訪問した際にも、聞こえに関して気になる人がいれば健康状態のチェックの一環として活用している。

---

<sup>5</sup> 大分県ホームページ フレイルを予防しましょう <https://www.pref.oita.jp/soshiki/12300/frailcheck.html>



図8 聞こえのチェックシート

▲山折り(2回目A~Eをチェックするとき)

**25項目のうち、いくつチェックが付きましたか？**

1回目( 月 日)  個

2回目( 月 日)  個

4~7個 → **プレフレイル**  
(前虚弱)

8個以上 → **フレイル**

**プレフレイル(前虚弱)またはフレイルに該当した方は、  
市町村の介護予防担当課 または お近くの地域包括支援センターに  
ご相談ください。**

(教室参加者の声)


あなたにあった、  
介護予防に取り組む体操教室や  
リハビリ教室が見つかるかも!

90歳になっても  
杖を使わずに  
歩けるように  
なった

週1回の体操で  
体を動かすと  
調子がいい

**今日からフレイル予防を実践しましょう!**

**聞こえ**

1回目	2回目	<b>A</b> え? 会話をしているときに聞き返す事がよくある	<b>B</b> 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	<b>C</b> 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
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<b>D</b> 家族にテレビやラジオの音量が大きいとよく言われる	<b>E</b> 大勢の人がいる場所や周りかうるさい中での会話は、聞きたい人の声が聞きづらい	1個以上チェックがついた方、「聞こえ」が気になる方は、耳鼻科医師(補聴器相談医)への相談をおすすめします。
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>			補聴器相談医一覧はこちら → 
合計	個	個		


**「聞こえ」は、人や社会とのつながりのなかで重要なカギです**

**「聞こえづらさ」がフレイルの原因に!?**

- 人との会話やかかわりが少なくなる
- 認知症のリスクは、軽度難聴で約2倍、中等度難聴で3倍となる
- 聴力が10dB悪くなるごとに、転倒リスクが1.4倍高くなる

**聞き取りにくい時の工夫**

遠慮せず、「聞こえにくいのでゆっくり・はっきり話してください」とお願いしましょう。また、静かな環境のほうが聞き取りやすくなります。普通の声の大きさが聞こえにくいと感じたら補聴器の使用を検討しましょう。購入の際は**耳鼻科に受診し、認定補聴器技能者のいるお店**での購入がおすすめです。

認定補聴器技能者がいるお店一覧はこちら ↓ 

▲山折り(2回目A~Eをチェックするとき)

## 工. 大分県言語聴覚士協会による啓発活動

- 大分県言語聴覚士協会では、地域リハビリテーション活動支援事業の一環で市町村等から依頼を受け、サロンや老人クラブ連合会において、セルフチェックの紹介や難聴者への対応の仕方に関する講話を開催している。
- 大分県による市町村支援として、言語聴覚士のいない市町村に対して、市町村からの申請のもと広域的な調整を行い、大分県から言語聴覚士協会に対して派遣依頼を行っている。
- 講話の中では、ワークの時間としてセルフチェックを行うとともに、相談先として補聴器相談医や購入先となる認定補聴器販売店を紹介している。合わせて、補聴器購入の際の注意点及び購入後のフィッティングやトレーニングの必要性についても伝えている。また、依頼があれば、聴覚に関する聞き取りや簡易な聴力検査を実施し、補聴器購入の必要性や生活背景から過ごし方の注意点を伝えている。
- 地域介護予防活動支援マニュアルやフレイルチェックシートの作成以降、加齢性難聴に関する講話の機会が増えており、高齢者自身の耳に届く機会は増えていると考えられる。
- 講話の対象者はサロンリーダーや介護サポーター向けが最も多く、当事者向け、介護者向けと続いている。

## オ. その他、加齢性難聴に関する支援

- 大分県言語聴覚士協会から通所型サービスCの事業者に対して言語聴覚士を派遣し、利用者に対して、スクリーニング評価、助言、講話を実施している。(実績:利用者 23 名のうち 6 名が難聴についての相談を受けうち 2 名が受診した。)
- 大分県高齢者総合相談センターの相談事業に対し、相談員として言語聴覚士を派遣している。
- 通所型サービスCを行っている施設で、聞こえの支援が必要な利用者に対して、施設に所属している言語聴覚士がスクリーニング評価、助言、講話を実施している。(詳細については、大分県竹田市の事例(P.48)参照)

## ③ 今後の課題

- これらの取組が、実際に耳鼻咽喉科受診や補聴器装用への程度つながっているか追跡できていない。
- 耳鼻咽喉科医や補聴器販売店と行政及び事業所間の連携システムの構築には至っていない。

## 事例2 東京都豊島区

介護予防センターやフレイル対策センター、まちの相談室で、聞こえに関する講演会や語音聴力検査アプリを用いた簡易スクリーニングを実施し、地区医師会と連携して受診につなげている事例

#地域連携型 #普及啓発 #早期発見 #早期介入

主担当：豊島区保健福祉部高齢者福祉課・地域保健課 認知症施策担当

連携先：豊島区医師会、日本補聴器販売店協会、ユニバーサル・サウンドデザイン株式会社

### ① 事例の概要

普及啓発	<ul style="list-style-type: none"><li>「介護予防大作戦」と題した介護予防普及啓発イベントでヒアリングフレイルチェックを実施している。</li><li>耳鼻咽喉科医によるヒアリングフレイルについての講演会と個別相談会を実施している。</li><li>聞こえに関するリーフレットを作成し、東池袋フレイル対策センター、高田介護予防センターや区民ひろばで配布している。</li></ul>
早期発見	<ul style="list-style-type: none"><li>東池袋フレイル対策センター、高田介護予防センター、区民ひろばで、認知症地域支援推進員がヒアリングフレイルチェックやアプリによる簡易スクリーニングを実施している。</li><li>ヒアリングフレイルチェックやアプリ(※注1)によるチェックで語音聴取率60%未満の場合、受診勧奨している。</li></ul>
早期介入	<ul style="list-style-type: none"><li>補聴器購入費助成事業を実施している。</li></ul>
評価・効果測定	<ul style="list-style-type: none"><li>アプリによるチェックを受けて語音聴取率60%未満となった区民に対し事後アンケートを実施し、その後の行動変容等を把握している。</li></ul>

※ 地域支援事業の中の普及啓発事業で実施

### ② 取組内容

#### ア. 区民ひろば等でのヒアリングフレイルチェック

- 難聴が認知症やフレイルの危険因子として提唱され始めたことを受け、聞こえにくさから生じる人との交流や社会との関わりを減らすため、難聴の早期発見及び認知症やフレイル予防の取組として実施している。
- 具体的には、ヒアリングフレイルに関する講演会の開催や、マスク着用により会話が聞き取りにくい等の課題解決のために、会話支援機器「comuoon(コミュニケーション)」を導入等を行ったり、「みんなの聴脳力チェック」アプリを活用したセルフチェックのほか、ヒアリングフレイル相談会として、講演会や個別相談も行っている。
- 日ごろから来場者の多い東池袋フレイル対策センターや高田介護予防センターに加え、区民ひろばでもヒアリングフレイルチェックをすることができ、区内の多くの場所で気軽に聞こえに関するチェックを行うことができる体制が整っている。(フレイル対策センターでは、運営委託先が委託業務の一環として実施している。)
- 豊島区医師会とも連携し、アプリの結果で語音聴取率60%未満と判定された方に耳鼻咽喉科受診を勧奨している。
- 令和4年度実績:ヒアリングフレイルチェック参加者 330名、うち受診勧奨基準該当者 114名、その後の耳鼻咽喉科受診者 18名

図9 ヒアリングフレイルチェック周知リーフレット  
あなたの聞こえは  
大丈夫？

令和5年度 豊島区

# ヒアリングフレイル チェック

下記の症状で  
気になることはありませんか？

- 話しかけても以前より反応しなくなった
- 外出することがおっくうになった
- 部屋に引きこもることが多くなった
- 以前よりも怒りっぽくなった
- 大好きだったテレビを急に見なくなった
- 以前に比べ会話が難しくなった

1つでもチェックがついたら、お耳のチェックをしてみましょう

「みんなの聴脳力チェック」を使って  
ヒアリングフレイルを予防しよう！



5分で簡単！  
アプリを使った  
チェックです

参加費  
無料

要予約  
(裏面参照)

対象：豊島区在住・在勤の65歳以上の方

## 予約方法

① 日程の合う日に  
チェックしたい！

② 家の近くで  
チェックしたい！

高田介護予防センター、  
東池袋フレイル対策センターでは  
開館日にチェックできます  
両センターへ日時の予約をお願いします

以下の区民ひろばでチェックできます  
希望の区民ひろばを選び、それぞれの予約先にて  
お時間の予約をお願いします

東池袋フレイル対策センター				高田介護予防センター					
区民ひろば	予約先	午前	午後	日程	区民ひろば	予約先	午前	午後	日程
仰高 (東池袋4-12-3)	東池袋 フレイル 対策 センター	○		4/26(水) 10/4(水)	池袋 (池袋4-21-10)	高田 介護 予 防 セ ン ター	○		10/17(火) 3/19(火)
駒込 (駒込2-2-4)		○		7/14(金) 1/12(金)	南池袋 (南池袋3-5-12)		○		10/13(金) 1/12(金)
南大塚 (南大塚2-36-1)		○		6/16(金) 2/16(金)	高南第一 (高田2-11-2)		○		9/20(水) 2/21(水)
清和第一 (東池袋3-15-20)		○		5/15(月) 12/18(月)	目白 (目白2-20-26)		○		4/10(月) 7/10(月)
西巣鴨第一 (西巣鴨2-35-3)		○		6/14(水) 11/8(水)	長崎 (長崎2-27-18)		○		4/21(金) 8/18(金)
豊成 (上池袋1-28-7)		○		9/13(水) 1/10(水)	要 (要町1-5-1)		○		7/14(金) 2/9(金)
那有 (東池袋4-27-10)		○		4/17(月) 11/20(月)	椎名町 (南長崎4-29-10)		○		6/9(金) 3/8(金)
朝日 (東池袋5-33-21)		○		8/9(水) 3/13(水)	富士見台 (南長崎1-6-1)		○		9/26(火) 1/23(火)
上池袋 (上池袋3-13-5)		○		7/26(水) 2/28(水)	千早 (要町3-7-10)		○		5/18(木) 12/21(木)
池袋本町 (池袋本町3-4)		○		10/24(火) 3/26(火)	高松 (高松2-25-4)		○		7/28(金) 12/22(金)
西池袋 (西池袋2-27-4)	○		9/11(月) 12/11(月)	さくら第一 (南長崎6-20-15)	○		6/8(木) 11/9(木)		

東池袋フレイル対策センター 5924-6212

高田介護予防センター 3590-8116

住所/ 東池袋4-27-10 サンソウゴ池袋ビル3階

住所/ 高田3-38-7

開館時間/  
午前9時～  
午後4時

開館日/  
月～土曜日  
(祝日を除く)

開館時間/  
午前9時～  
午後4時

開館日/  
月～土曜日  
(祝日を除く)



### イ. 高齢者補聴器購入費助成事業

- 聴力機能の低下により、友人や家族等とコミュニケーションがとりにくい高齢者を対象に、聴力低下による閉じこもりを 방지、高齢者の積極的な社会参加や地域交流を支援し、高齢者の健康増進、認知症予防に資することを目的に、補聴器の購入費を助成している。
- 対象者は、①豊島区に住所のある満65歳以上の方、②聴覚障害による補聴器(補装具購入費)の支給を受けていない方、③医師から中程度難聴との証明を受けた方の3つの要件をすべて満たす区民としている。
- 助成上限額は、住民税本人非課税の方(介護保険料所得階層1～5のかた)が 50,000 円、住民税本人課税の方(介護保険料所得段階6～16)の方が 20,000 円である。

### ③ 今後の課題

- 区民及び保健医療福祉関係者への普及啓発を進める。
- アプリによる簡易スクリーニングから医療機関受診までのフォローアップ体制を整備する必要がある。



## (※注1) 音声聴力検査「みんなの聴脳力チェックアプリ」の紹介

参考 URL : <https://u-s-d.co.jp/mimicare/>

スマートフォンやタブレットとスピーカーを用いて、音声による聴力検査を行うことができるアプリ。全部で20問行い、結果は100点満点で表示されるほか、音声聴取率や子音・母音の正答率等の詳細についても確認することができる。

### 1. アプリの開発の背景と課題

- 聴脳科学総合研究所所長の中石真一路氏が、2018年より東京大学名誉教授／一般社団法人高齢者社会共創センター センター長である秋山弘子先生の協力の下、ヒアリングフレイルを提唱し、本人の聴覚の状態や聞き取る脳の力を簡単にチェックするツールと体制構築が必要であると考え、①短時間での簡易スクリーニングが可能、②検査知識のないスタッフが利用可能な簡易スクリーニングアプリとして開発した。
- 「聴脳力チェック」の研究開発は、平成 27 年～29 年度 経済産業省中小企業庁戦略的基盤技術高度化支援事業にて、ユニバーサル・サウンドデザイン株式会社、地方独立行政法人東京都立産業技術研究センター(以下『都産技研』)、九州大学病院 耳鼻咽喉科の共同研究体にて実施され、聴こえの状態を簡易的に可視化する評価ツールを開発し、誰もが使いやすいタブレットアプリケーションが開発された。

### 2. 聴覚スクリーニングアプリ『みんなの聴脳力チェックアプリ』の特徴

- 「ナビゲート機能」「チェック結果の自動集計機能」「高齢者が操作してもストレスが少ないUIデザイン」を実現することにより、検査知識のないユーザーでも利用可能なシステムとなっている。
- 実施後に聴取率や子音母音の明瞭度も一覧でわかりどこを間違えたかわかる。

### 3. 既存検査との整合性

- 東海大学医学部耳鼻咽喉科・頭頸部外科の研究チーム(鈴木典子、大川智恵、和佐野浩一郎、大上健二)により、オーディオメーターを用いた音声聴力検査の結果と、みんなの聴脳力チェックアプリを用いた聴力結果とを比較し、アプリのスクリーニング検査としての妥当性を検討した結果、感度 95%であり一定の有用性が立証された。
- ただし、80 代以上の高齢者グループにおいては、既存検査と比較し、アプリによるスクリーニングの方が語音明瞭度が低くなる(音声聴力検査の方がアプリの結果より 10%以上良い)という結果が見られた。スピーカーの出力を上げることで一部解決ができるものの、アプリを活用する上では 80 代以上の高齢者においては結果に慎重な判断が必要である。

### 4. みんなの聴脳力チェックアプリの利用方法について

- 聴脳力チェックアプリは Bluetooth スピーカーと接続し、実施者の耳元まで(60cm)の距離に設置し使用する。
- 一般の騒音下での音の記憶の状況を把握するため、静かな環境を作る必要がある。
- 正しい方法で実施することが好ましいため、「みんなの聴脳力チェック」アプリを活用するにあたっては、NPO 法人日本ユニバーサル・サウンドデザイン協会が提供する「みんなの聴脳力チェック アプリマイスター講座」の受講が推奨されている。

## 事例3 山形県山形市

医・産・学・官が連携し、普及啓発、早期発見、早期対応、フォローアップ、データ分析までパッケージ化して実施している事例

#地域連携型 #普及啓発 #早期発見 #早期介入 #フォローアップ #評価・効果測定

主担当：山形市福祉推進部予防推進係

連携先：山形大学医学部、山形市医師会、山形県言語聴覚士会、日本補聴器販売店協会、ユニバーサル・サウンドデザイン株式会社

### ① 事例の概要

普及啓発	<ul style="list-style-type: none"> <li>聞こえに関するリーフレットを作成して市内の医療機関に配布することで高齢者本人や家族向けに周知するほか、介護予防教室を開催し、普及啓発をしている。</li> <li>75歳、80歳の方々へ聞こえに関するアンケートを送付し、ヒアリングフレイルについての理解を深めている。</li> <li>健康医療先進都市を目指す取組の一環として、マスコミにも大きく取り上げられたことで、事業が大きく広まり、定員を超えて受け付けた回もあった。</li> </ul>
早期発見	<ul style="list-style-type: none"> <li>介護予防教室の際に、福祉推進部予防推進係の保健師や看護師による「みんなの聴脳力チェック」アプリ(※注1, <a href="#">P.33</a>)を使ったヒアリングフレイルチェックを実施している。</li> <li>言語聴覚士によって相談対応が実施さえる。</li> <li>語音聴取率60%未満の方に対し、市内の補聴器相談医を紹介し、受診勧奨している。</li> </ul>
早期介入	<ul style="list-style-type: none"> <li>補聴器相談医による診療や、認定補聴器専門店による補聴器の正しい使い方の指導も行っている。</li> <li>補聴器購入費の支援(一部補助)を実施している。</li> <li>補聴器相談医と認定補聴器専門店による補聴器の使い方等の指導・調整を行っている。</li> </ul>
フォローアップ	<ul style="list-style-type: none"> <li>補聴器相談医による定期診療や認定補聴器専門店によるフォローアップを実施している。</li> <li>ヒアリングフレイルチェックで受診勧奨対象となった方について、医療機関と連携しその後の受診状況を把握し、未受診者に対しては郵送で再度受診勧奨している。</li> </ul>
評価・効果測定	<ul style="list-style-type: none"> <li>ヒアリングフレイルチェックを受けた方全員へのアンケートにより、聞こえや活動意欲・行動の変化を把握し、山形大学医学部と共同でデータの分析している。</li> </ul>

※ 立上げ時はインセンティブ交付金を活用して財源確保

### ② 取組内容

#### ア.「山形市聴こえくつきり事業」

- 75歳と80歳の方へ実施したアンケート調査で、会話が聞き取りにくいといった回答が多く、聞き取る能力が衰えるヒアリングフレイルへの対策が急務となっていることが判明した。
- 令和4年度から、健康医療先進都市の確立に向けて、山形大学医学部、山形市医師会、山形県言語聴覚士会、日本補聴器販売店協会、ユニバーサル・サウンドデザイン株式会社の医・産・学・官が連携し、ヒアリングフレイルの予防、早期発見及び早期対応を行う「山形市聴こえくつきり事業」を開始した。

- 普及啓発や早期発見のための民間アプリ(「みんなの聴能力チェック」アプリ)を活用した語音聴力チェックを実施し、結果に応じて言語聴覚士が補聴器相談医への受診勧奨を行っている。その後、補聴器の装用が必要と診断された場合、認定補聴器専門店で購入してもらい、補聴器を長く正しく使用できるようフォローアップも行っている。また、事業参加者の聞こえの改善後の行動変容等のデータを山形大学医学部と山形市で分析し、更なる事業展開に結び付けていくことを予定している。
- 令和4年度実績:ヒアリングフレイルチェック参加者 85名、うち受診勧奨基準該当者 35名、その後の耳鼻咽喉科受診者 28名

図10 事業パンフレット

**「ヒアリングフレイル」って知っていますか？**

聴き取る機能の衰えのこと。聞こえにくさから会話に参加することが困難になると人のつながりが低下し、虚弱な状態や認知症のリスクになる。

[表：聴聴の有病率]		
年代	男性	女性
60～64	18.8%	10.6%
65～69	43.7%	27.7%
70～74	51.1%	41.8%
75～79	71.4%	67.3%
80～	84.3%	73.3%

出典：国立高齢医療研究センター「老化に関する長寿脳神経学研究」

**くっきりと聴こえるようになると**

**住み慣れた地域で健やかに生きがいを持って生活**

- 聴こえることで生活が豊かになる
- 外に出る機会が増え筋力が増える
- 人の会話を楽しめるようになり集まりに参加できる
- 脳への刺激が増え認知症の予防につながる

趣味の会      ボランティア就労      通いの場サロン

こんな「気になる」がある方はみんなの聴能力チェックを申し込んでみましょう！

- テレビやラジオの音量をいつも大きくしていませんか？
- 数人の会話でうまく聴き取れない時はありませんか？

**参加費無料！**

**SUKSK対象！**

**山形市聴こえくっきり事業のお知らせ**

**介護予防教室**

2022年11月17日 受付開始

対象者 65歳以上の山形市民とその家族  
日 時 令和4年12月1日(木) 14:00～15:30  
場 所 北部公民館  
定 員 50名  
内 容 ヒアリングフレイルと介護予防について  
講 師 横田耳鼻咽喉科医院 院長 横田雅司先生 (山形県補聴器キーパーソン、補聴器相談医) 言語聴覚士、認定補聴器技能者

**SUKSK 500ポイント**

補聴器の展示もあります

**みんなの聴能力チェック**

2022年11月7日 受付開始

対象者 65歳以上の山形市民  
定 員 各日50名(事前申込が必要)

日程	時間	会場
12月8日(木)	13:30～15:30	北部公民館
12月13日(火)	13:30～15:30	霞城公民館

**SUKSK 100ポイント**

持ち物 送付された案内通知とアンケート  
内 容 アプリを活用し語音聴力(聞こえの状態)をチェック  
1. 受診が必要な方へ、山形市内の補聴器相談医(耳鼻咽喉科)をご紹介  
2. 令和4年度住民税非課税の方へ補聴器購入費の一部助成

**問合せ申込先**

山形市 福祉推進部 長寿支援課  
住所：〒990-8540 山形市旗本町2-3-25  
TEL：023-641-1212 (内線567・568・599)  
FAX：023-624-8398

令和4年11月発行

**山形市 聴こえくっきり事業**

連携事業：山形大学医学部、山形市医師会、山形県言語聴覚士会、一般社団法人日本補聴器販売協会、エプソン・ワールドワイド株式会社、山形市

- ①普及啓発**  
・介護予防教室(4ページ)
- ②早期発見**  
・アプリを使った聴力チェックの実施(4ページ)  
チェックの結果、受診が必要な方は、言語聴覚士からアドバイスを受けます  
図 ユニバーサルサウンドデザイン(株)より
- ③早期対応**  
・補聴器相談医(耳鼻咽喉科)を受診  
精密検査  
医師の診断により、補聴器処方箋の処方  
認定補聴器専門店で、補聴器の購入、調整  
補聴器購入費の一部助成
- ④フォローアップ**  
・補聴器相談医(耳鼻咽喉科)へ定期受診  
補聴器の調整
- ⑤データ分析**  
・「みんなの聴能力チェック」を受けた方全員にアンケートを実施し、聞こえや活動意欲・行動の変化を調査、分析

**聴こえていますか？**

**川のせせらぎ**

**大切な人の声**

山形市聴こえくっきり事業



### ③ 今後の課題

- 現在の事業では、市でのヒアリングフレイルチェックを受けた方が受診するという流れになっているが、聞こえに関する知識が正しく普及することで、自ら受診する方が増えると望ましい。
- 補聴器購入補助について、現在は住民税非課税の方のみが対象となっているが、補聴器は適切な診察を受けた上で適切な指導やフォローを受けながら使用し続けることが必要なため、できるだけ広く補聴器購入補助ができれば良いと考えている。
- 子や孫世代からヒアリングフレイルチェックや受診を勧奨してもらうと実際に足を運ぶきっかけになることが多い。高齢者本人に聞こえに関する理解をしていただいた上で、周囲の人々の理解を得ることが重要なため、高齢者福祉の分野だけではなく、広く市民に知ってもらうことも必要だ。
- 高齢者であればかかりつけ医のところに定期的を受診している方が多いため、耳鼻咽喉科以外の医師への普及啓発も重要だ。かかりつけ医が聞こえにくさに気づき、耳鼻咽喉科への受診を促すことでも難聴の早期発見につながる可能性がある。
- 言語聴覚士の人材育成も大きな課題である。特に聴覚についての専門知識がある言語聴覚士は非常に少ない。



## 事例4 東京都八王子市

住民主体の通いの場としても機能している場で、地区の地域包括支援センターの運営を受託している医療法人の言語聴覚士が、聞こえの啓発講座と相談会をボランティアで実施している事例

#地域連携型 #普及啓発 #早期発見

主担当： 地域包括支援センター(委託)の言語聴覚士

連携先： 言語聴覚士

### ① 事例の概要

普及啓発	<ul style="list-style-type: none"><li>通いの場でもある地域食堂において、ボランティアの言語聴覚士による講話や相談会を実施している。相談会の場で、聞こえに関する日常生活上の工夫等を助言している。</li><li>団地の中の地域食堂で実施しており、団地内の掲示板に紙で案内を掲示している。</li></ul>
早期発見	<ul style="list-style-type: none"><li>ボランティアの言語聴覚士が聞こえに関する10のチェック項目や「みんなの聴脳力チェック」アプリ(※注1, P.33)を使って聞こえのチェックを実施している。</li><li>40dB難聴以上もしくは1対1での静かな環境でも聞き取りづらい場合に近隣の補聴器相談医を紹介している。</li></ul>

※ ボランティアではない場合、地域リハビリテーション活動支援事業の予算を活用

### ② 取組内容

#### ア.「さくら保健室」でのきこえに関する講座

- 高齢化率が65%に達する館ヶ丘団地(約2800戸)の住民が、食の課題の課題解決のために主体的に集まる場として食堂(「たてキッチンさくら」※なお、コロナ以降は総菜販売と配達にシフト)を開設した。保健師の声掛けで所属に関係なく地域の様々な専門職(看護師、管理栄養士、薬剤師、作業療法士、理学療法士、言語聴覚士等)がボランティアでこの食堂に関わり始めた。
- 「さくら保健室」では、様々な分野の相談会や講演会が開催されている。昨年度の聞こえの会では、住民ボランティアも交えた寸劇と講演会に加えて相談会が実施された。(あくまで高齢者の悩みの1つに聞こえにくさがあるという考え方のため、積極的に聞こえに関する問題へ着手できているわけではない。)
- 地域包括支援センター経由で持ち込まれた高齢者の聞こえに関する相談に対して言語聴覚士が助言したり、場合によっては「さくら保健室」で高齢者の聞こえに関する個別相談を受けたりしている。
- ボランティアとして活動する「たてキッチンさくら」の運営メンバーの中には高齢で聞こえにくくなってきている方もいるため、食堂運営の活動の中で聞こえに関して皆で気を付けることを周知し、利用者だけでなく運営メンバーにも聞こえに関する知識を深めてもらっている。
- 聞こえに関する相談会での講座(図12)については、言語聴覚士等を講師として派遣してもらう場合、一部、地域リハビリテーション活動支援事業費を使うこともある。
- 実績:令和2年度)聞こえのイベント参加者 200名、うち個別相談参加者 18名  
令和4年度)聞こえのイベント参加者 30名、うち個別相談 3名

# 加齢性難聴について

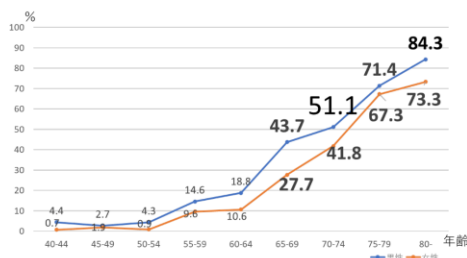
80歳代男性の8割、女性の7割が難聴

2022年9月5日  
このチラシの責任者  
さくら保健室  
山本徹：言語聴覚士



## 70歳代前半でも約半数が難聴あり、認知症の危険因子と

加齢性難聴はきこえの老化現象です。年齢が上がるにつれ、多くの人が難聴になります。難聴は認知症の大きな危険因子と言われています。難聴があるにもかかわらず、耳鼻科受診や補聴器をつけたりするなどの対処をしなかった場合、5年後に認知症であった人の割合が高いという調査があります。



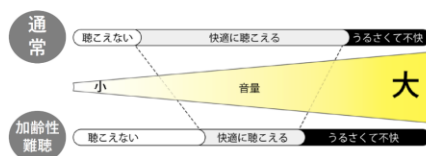
内閣府統計局「高齢者の健康と生活に関する調査」より作成。資料：厚生労働省「高齢者の健康と生活に関する調査」(2012年)

## 音は聞こえているけど言葉の意味が...

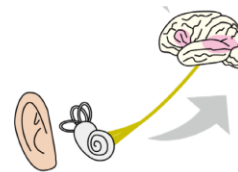
加齢性難聴では耳の老化により、小さな音や高い周波数の音が聞こえにくくなります。言葉を認識するには空気の振動である音を電気信号に変えて、脳に届け複雑な処理をしなければなりません。話している声は聞こえるけど内容がわからない、誰が話しているかわからない、大きい声で話されると急にうるさく感じるなどが頻繁に起きます。



大人数で早口で話されると  
内容が理解できない



小さい声はきこえない、大きな声はうるさい  
「快適」の幅が狭くなる



ことばは電気信号が変わって  
脳で理解される

## 耳鼻科受診等の対処を

きこえの低下から会話が難しくなり、閉じこもりや孤立につながることもあります。きこえが本当に悪くなってから補聴器を使おうと思っても、その時には認知機能が低下していて、補聴器の調整が難しかったり、自分でうまく使えないこともよく起こります。よいコミュニケーションを保つために、きこえの低下を感じている方は耳鼻科受診等を検討してよいのではないのでしょうか。

## みんなで きこえに配慮することも

きこえにくいと話しの輪に入れず、孤立をまねきます。周りの人は、ゆっくりはっきり話す、文節に区切って話す、紙に書く、スマートフォンの音声認識アプリ等を使って見えるようにするなど様々な工夫ができます。きこえにくい人にも分かりやすい話し方は、誰にとってもわかりやすい話し方です。

### ③ 今後の課題

- 地域の中で難聴の課題がそれほど大きく捉えられておらず、地域ケア会議の個別の課題の中で個人の問題として難聴に関する話が取り上げられている。聞こえに関する環境整備として「comuoon」を設置するケースはあるが、地域全体としての大きな動きにはなっていない。
- ボランティアでの継続は難しく、例えば地域リハビリテーション活動支援事業のように、金銭的な支援も含め、専門職が地域活動を行うための時間に対するフォーマルな仕組みがあると良いと思う。しかしその一方で、ボランティアだからこそその面白さや工夫のしやすさが失われるのも避けたいというジレンマがある。
- 地域の医師会とも連携していくべきと思っはいるが、あくまでボランティア活動として行っているため、連携するまでには至っていない。

## 事例5 新潟県

モデル自治体において通所型サービスC事業所で「聞こえの支援モデル事業」を実施するとともに、補聴器使用による QOL 効果検証事業を実施している事例

#短期集中予防サービス型 #普及啓発 #早期発見 #早期介入 #効果評価分析

主担当：新潟県福祉保健部高齢福祉保健課在宅福祉班

連携先：新潟県リハビリテーション専門職協議会、新潟大学大学院医歯学総合研究科(耳鼻咽喉科頭頸部外科学・十日町いきいきエイジング講座)

### ① 取組の概要

普及啓発	・新潟大学大学院医歯学総合研究科耳鼻咽喉科頭頸部外科学の監修で、まずは受診し、適切な補聴器装用を促すためのパンフレットを作成し、通いの場等、高齢者が多く集まるところで配布している。
早期発見	・通所型サービスCの利用者に対し、担当の介護福祉士が個別訪問する際に、アンケートによる簡易スクリーニングを行い、個別指導の対象者を選んでいる。
早期介入	・新潟県リハビリテーション専門職協議会から派遣された言語聴覚士が通所型サービスCで講話と個別評価、聞こえの助言を実施する。 ・言語聴覚士が必要と判断した高齢者に対し、耳鼻咽喉科の受診を勧奨している。
評価・効果測定	・新潟大学大学院医歯学総合研究科(十日町いきいきエイジング講座)と連携し、補聴器使用による QOL 効果検証事業によるコホート調査を実施している。

※ 県単独事業として実施

### ② 取組内容

#### ア. 聞こえの支援モデル事業

- 認知症の危険因子の一つとして難聴が指摘されており、高齢者の介護予防や社会参加の観点からも難聴高齢者への支援が重要とされていることから、市町村が行う介護予防・日常生活支援総合事業における短期集中予防サービス（通所型サービスC）において、言語聴覚士による聞こえの支援（対象者への個別指導や集団講話等）をモデル的に実施している。これにより難聴高齢者への効果的な支援方法等の検討を行うとともに、今後聞こえの支援に携わることのできる言語聴覚士を養成することを目的としている。
- 新潟県では、大分県の作業療法士をスーパーバイザーとして迎え、令和2年度から通所型サービスCの強化に取り組んでいる。令和5年度には新たに大分県内の先進事業所の取組を参考として、通所型サービスCにおける聞こえの支援モデル事業を開始した。
- 実施内容については、先進事業所のプログラムをそのまま取り入れ、実施回数については、先進事業所は3か月の間に1回介入するところを、2回の介入とし、1回目の効果を評価することにした。
- 新潟県では12名の介護予防アドバイザーが通所型サービスCの強化のための市町村支援を行っている。当事業を担当している言語聴覚士の介護予防アドバイザーは、「新潟県リハビリテーション専門職協議会(新潟県理学療法士会、作業療法士会、言語聴覚士会が結成した協議会)」に推薦を依頼し、県が委嘱している。
- 当事業における言語聴覚士の養成も、介護予防推進リハビリテーション指導者総合育成事業として新潟県リハビリテーション専門職協議会に委託している。
- 実際の支援の流れ

1. 聞こえのアンケートの実施：利用者宅への事前訪問時に事業所職員が実施

2. 個別指導の対象者選定：1.の結果を言語聴覚士(介護予防アドバイザー)と共有し、個別指導の

対象者を選定

- 3.【1回目】個別指導・集団講話：通所型サービスC開催時に言語聴覚士が実施
- 4.カンファレンス参加：言語聴覚士が通所型サービスCのカンファレンスに参加し、個別指導の結果を専門職やスタッフと共有
- 5.【2回目】個別指導・集団講話：言語聴覚士が1回目の個別指導後の状況を確認
- 6.カンファレンス参加：4.と同様に関係者に情報共有

図12 利用者を実施しているアンケート

## 「耳の聞こえ」のアンケート

日付： 年 月 日

- 氏名：( )
- 年齢：( 歳)
- 性別： 男性 ・ 女性 (どちらかを○で囲んでください)

質問1 耳の聞こえが悪くなったと感じることはありますか？

あてはまるものを○で囲んでください。

1. いつもそう思う
2. 時々そう思う
3. そう思ったことはない

質問2 聞こえについて、あてはまるものに☑(チェック)をつけてください。

 <p><input checked="" type="checkbox"/> <b>Check!</b> 会話しているときに聞き返す事がよくある</p>	 <p><input checked="" type="checkbox"/> <b>Check!</b> 家族にテレビやラジオの音量が大きいとよく言われる</p>
 <p><input checked="" type="checkbox"/> <b>Check!</b> 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</p>	 <p><input checked="" type="checkbox"/> <b>Check!</b> 大勢の人がいる場所や周りがうるさい中での会話は、聞きたい人の声が聞きづらい</p>
 <p><input checked="" type="checkbox"/> <b>Check!</b> 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</p>	 <p><input checked="" type="checkbox"/> <b>Check!</b> 耳鳴りがする</p>

チェックの数

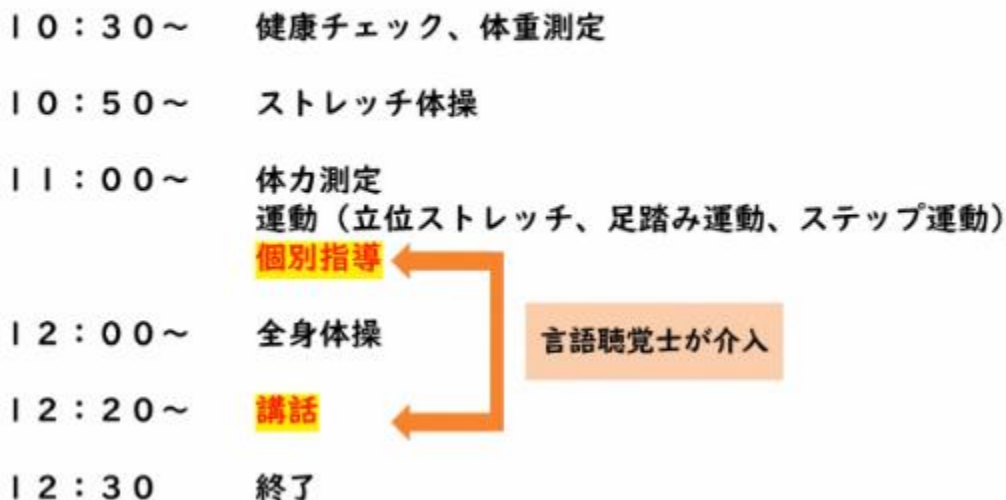
 個

- 聞こえのアンケートは、対象となる通所型サービスCの利用者に対して、事前訪問時に事業所職員(介護福祉士)が実施している。アンケート自体の回答時間は5分程度である。
- 通所型サービスCにおける聞こえの支援当日の流れは以下であり、3か月間のうち当プログラムが2回実施される。



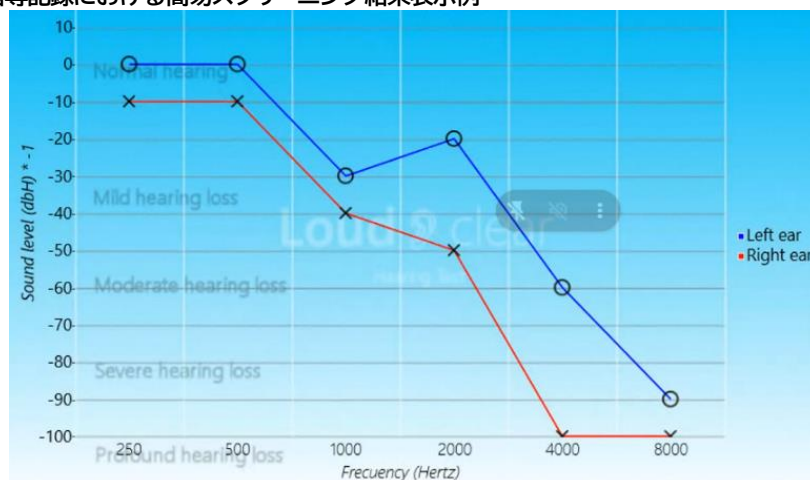
図13 通所型サービスCにおける聞こえの支援当日の流れ

## 通所型サービスCにおける聞こえの支援の流れ



- 個別指導の定員が3名と限られているため、チェックの数が相対的に多い又は聞こえに関する課題感が強い人を予め事業所職員と言語聴覚士で相談の上、対象を選定している。
- 個別指導においては、「JPSB SOFTWARE Hearing Test(無料アプリ)(※注2)」を活用して聴力の簡易スクリーニングを実施している。なお、アプリによる結果の解釈は、言語聴覚士等の専門職でないと難しいという意見が聞かれている。

図14 個別指導記録における簡易スクリーニング結果表示例



- 令和5年5月開始のプログラムでは、定員10名で、対象利用者6人中、個別指導の対象者は3人、そのうち簡易スクリーニングの結果は、異常なし1人、軽度難聴以上が1人、高度難聴が1人という結果だった。

### (※注2) 純音での検査アプリ「JPSB SOFTWARE Hearing Test」の紹介

参考 URL : <https://apps.microsoft.com/detail/9wzdnrcrdftlb?hl=ja-jp&gl=JP>

タブレットやPCとヘッドホンを用いて、純音による聴力検査を行うことができるアプリ。

図15 個別指導の記録用紙(個別計画書兼評価票(「聞こえ」の評価記録票))

通所型サービス事業 個別計画書兼評価票(「聞こえ」の評価記録票)

利用者氏名	年齢 歳 □男性 □女性	要支援 (□1・□2) □事業対象者	実施 期間	事業所名: 包括・居宅事業所名:
-------	-----------------	-----------------------	----------	---------------------

● 第1回聞こえの支援実施記録(支援日: 、担当ST氏名: )

【聞こえのチェックシート回答】

項目	会話の聞き返し	相手の言葉が聞き取れず、推測で判断	電子レンジやチャイムが聞こえない	家族にテレビの音が大きいと言われる	周りがうるさいと声 が聞きづらい	耳鳴りがする
チェック	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> (□右 □左)

【耳の状況】

耳鼻科の受診有無		受診頻度	
<input type="checkbox"/> 有(病院名: ) <input type="checkbox"/> 無			
補聴器の所持の有無	補聴器の使用有無	補聴器使用歴	補聴器の装着状況
<input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無	<input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無	年 月	<input type="checkbox"/> 右耳 <input type="checkbox"/> 左耳
聞こえについて困っていること			

【聴力検査結果】

右:	dB	左:	dB
----	----	----	----

【難聴の程度】

重度	90dB以上
高度	70dB以上90dB未満
中等度	40dB以上70dB未満
軽度	25dB以上40dB未満
異常なし	25dB未満

言語聴覚士の所見	指導内容	教室での留意事項

● 第2回聞こえの支援実施記録(支援日: 、担当ST氏名: )

第1回支援後の変化・指導内容の実践状況	指導内容	教室での留意事項

- 簡易スクリーニングの結果だけではなく、聞こえに関する課題意識、既往歴や職歴、生活課題の改善に向けた目標等をヒアリングし、言語聴覚士が総合的に判断した上で、受診勧奨をしている。
- 利用者に対するその他の介護予防のための聞こえの支援については、生活の課題(散歩する時に聞こえづらいと車の音に気付かず危険等)に結び付けた助言や、基礎疾患を有する人への説明等を実施している。



イ. 補聴器利用促進・調査事業(補聴器使用状況調査事業／補聴器使用によるQOL効果検証事業)  
(令和5年度予算 15,252千円)

- 難聴者の適正かつ効果的な補聴器使用につなげるため、市町村や関係機関と連携した啓発活動や、使用状況等の調査を行うとともに、補聴器購入費助成を行う市町村を支援している。
- また、中等度以上の難聴者の補聴器使用において、「購入したものの使用されていない状態」であることが多く指摘されていることから、現状の使用実態を明らかにするとともに、補聴器の使用が難聴者の QOL の向上にどの程度寄与しているかを把握し、補聴器の継続的かつ適正な使用につなげるための調査を実施している。
- 主な事業の内容:
  - (1) 補聴器使用状況調査事業(モニター調査)
  - (2) 補聴器使用による QOL 効果検証事業(コホート調査)
  - (3) 啓発事業
- 新潟県では、令和3年度は30市町村のうち11市町村、令和4年度は26市町村、令和5年度からすべての市町村で補聴器購入助成事業が実施されている。県から市町村への補助を求める要望がある中、県として事業化するためには根拠が必要であるという理由から、補聴器の使用がQOL向上につながっているか効果検証事業を実施することに至り、新潟大学大学院医歯学総合研究科(十日町いきいきエイジング講座)の協力を得て、難聴高齢者の中で補聴器の使用者／未使用者に分けたコホート調査に取り組むことになった。
- また、補聴器の使用については、市町村を通じて「価格の高い補聴器を買ったが使っていない」という住民の声も聞かれている。県としては、購入したものを適切に使用してもらい、閉じこもりや介護予防につながるよう支援したいと考え、補聴器の使用感についてのモニター調査を実施することになった。当調査においては、実際に購入したが使っていない理由や装用の障壁になっているものが何であるか等を調査している。
- 加齢性難聴は急激に進行するものではないため、聞こえに関する認識を深めてもらうことが必要であると考えており、聞こえに関するパンフレットを作成し、通いの場等の高齢者が多く集まるところで配布している。内容については、新潟大学大学院医歯学総合研究科耳鼻咽喉科頭頸部外科学分野の医師の監修を得て作成しており、適切な補聴器の使い方についても記載している。

図16 啓発パンフレット

## 音を聞き分ける力は「脳」が補います

### 補聴器にできることは音を大きくすること。

補聴器は「自分に足りない音を大きくする」「騒音の中で言葉だけ聞き取りやすくする」など自分の聞こえに合わせて音を大きくすることができますが、聞き分けをはっきりとよくすることはできません。音を聞き分ける力は徐々に「脳」が補います。補聴器を使って「耳と脳のリハビリ」を行い、トレーニングしましょう。



### 補聴器の練習(脳のトレーニング)

聞こえが悪くなると、脳が萎縮し「難聴の脳」になっていきます。補聴器を使った会話は、「難聴の脳」となった脳の機能をもう一度使うこと。補聴器を使うことは「耳と脳のリハビリ」で、以下のことが大切になります。



#### ●常時使用する

付けている時間が短いと脳が変化しないので、朝起きてから寝るまでの間、常に補聴器を付けましょう。

#### ●最低3ヶ月つける

3ヶ月続けることで、「難聴の脳」が変化し、補聴器が使い続けられるようになります。途中でやめてしまうと脳が変化しません。

#### ●段階を経て調整する

- 補聴器の音量  
 徐々に大きく
- 使用する環境  
 にぎやかな場所
- 話す相手  
 複数人との会話

**ワンポイント!** 最初は小さな音でもうさく感じますが、そこを頑張るとよい補聴器調整ができます。

監修	新潟大学大学院医学総合研究科耳鼻咽喉科頭頸部外科学分野 准教授 森田 由香
参考	[Hear well.Enjoy life]一般社団法人日本耳鼻咽喉科頭頸部外科学会HP [耳の聞こえと補聴器]公益社団法人大分県言語聴覚士協会
発行者	新潟県福祉保健部高齢福祉保健課(電話025-280-5192)



## 正しく知ろう 耳の聞こえと 補聴器



### 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。

<b>Check!</b> 会話しているときに聞き返す事がよくある	<b>Check!</b> 家族にテレビやラジオの音量が大きいとよく言われる
<b>Check!</b> 相手の言った内容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	<b>Check!</b> 大勢の人がいる場所や周りがうるさい中での会話は、聞きたい人の声が聞きづらい
<b>Check!</b> 電子レンジの「チーン」という音やドアのチャイムの音が聞こえにくい	<b>Check!</b> 耳鳴りがする 当てはまらなかった方は <b>中国人</b> 、1つでも当てはまった方は <b>中国人B</b> へ。

## A 聞こえのチェックで当てはまらなかった方へ

### ●加齢性難聴の原因

加齢性難聴とは、加齢によって起こる難聴で、「年齢以外に特別な原因がない」ものです。誰でも起こる可能性があります。一般的に50歳頃から始まり、65歳を超えると急に増加するといわれています。

### ●よく聞こえない状態を放っておくと...

人との交流が減って、家に閉じこもりがちになり、社会的に孤立し、うつ状態になることもあります。また難聴は認知機能を低下させる危険因子のひとつでもあります。

### 加齢性難聴を予防するためには?

#### 動脈硬化を予防しましょう

動脈硬化があると、血流が悪くなって聞こえにも悪影響を及ぼします。肥満や糖尿病、高血圧、喫煙などは、動脈硬化を引き起こす危険因子です。予防にはバランスの良い食事に気を使い、適度な運動を行うことで耳の血流が良くなります。



#### 耳にやさしい生活を心がけましょう

普段から大きな音を聞いていないか確認しましょう。大きな音や騒音から耳を守ることも重要です。一定時間ごとに耳を休めるように意識してみましょう。



## B 聞こえのチェックで1つ以上当てはまった方へ

### ●難聴は「早期発見」「早期対応」が大切です。

表紙の「聞こえのチェック」で1つでもチェックのついた方や「聞こえ」が気になる方は、耳鼻咽喉科(補聴器相談医)への受診をおすすめします。

### 耳鼻咽喉科(補聴器相談医)にて精密検査



一般社団法人日本耳鼻咽喉科頭頸部外科学会  
補聴器相談医名簿

### ●受診して補聴器が必要となった場合の流れ(一例)

医師の判断により、補聴器処方箋の処方・認定補聴器専門店を紹介

**認定補聴器専門店とは?**

**試聴・補聴器の調整(フィッティング)**  
認定補聴器専門店で、補聴器の試聴(試聴は無料)を行います。その人の聞こえの個性や生活環境に合わせて補聴器の調整(フィッティング)を行います。調整には3ヶ月程度かかります。

**補聴器の購入**

**フォローアップ(耳鼻咽喉科(補聴器相談医)への定期検診)**  
認定補聴器専門店で、定期的に補聴器の調整をすることで快適に使い続けられます。



公益財団法人  
テクノエイド協会

### ③ 今後の課題

- 聞こえの支援ができる言語聴覚士を養成し、通いの場等での聞こえの支援につなげる仕組みが必要である。
- 難聴は自分では気づきにくいいため、聞こえに関心を持ってもらい、聞こえに課題がある場合は、耳鼻咽喉科受診を促す普及啓発が必要である。
- 補聴器を適正に継続的に使用し、閉じこもりや介護予防に繋げるための普及啓発が必要である。
- 補聴器装用がQOLの向上に効果があるというエビデンスがないため、コホート調査により明らかにしていく。

## 事例6 大分県竹田市

### 地域包括支援センター所属の言語聴覚士が短期集中予防サービス(通所型サービスC)において、聞こえの支援を実施している事例

#短期集中予防サービス型 #普及啓発 #早期発見 #早期介入 #フォローアップ

主担当：竹田市地域包括支援センターに所属する言語聴覚士

連携先：耳鼻咽喉科医、認定補聴器専門店

#### ① 事例の概要

普及啓発	<ul style="list-style-type: none"><li>介護保険事業者連絡会で聞こえの相談を受け付けていることを周知する。</li><li>地域包括支援センター所属の言語聴覚士が、通いの場で聞こえに関する講話を実施する。</li></ul>
早期発見	<ul style="list-style-type: none"><li>地域ケア会議で難聴の疑いがある人を見つける。</li></ul>
早期介入	<ul style="list-style-type: none"><li>地域包括支援センター所属の言語聴覚士が通所型サービスCでの講話と個別評価や聞こえの助言を実施する。</li><li>地域包括支援センター所属の言語聴覚士が行政、補聴器相談医や補聴器認定技能者、ケアマネジャーの連携の核となり連携を推進している。</li><li>身体障害者に認定されるほど重度の難聴であれば、身体障害者手帳の申請手続きと補聴器購入についても合わせて支援している。</li></ul>
フォローアップ	<ul style="list-style-type: none"><li>通所型サービスCの利用者の場合、通所型サービスC終了後も必要に応じて担当のケアマネジャーと連携し、補聴器がうまく利用できているかモニタリングを行っている。</li><li>補聴器の調整が必要であれば、購入元の補聴器専門店の補聴器認定技能者に相談し、補聴器の適切な装用に向けた調整を依頼する。</li></ul>

※ 一般介護予防事業や通所型サービスC、地域リハビリテーション活動支援事業の予算を活用

#### ② 取組内容

##### ア. 通所型サービスCでの聞こえの介入

- 令和3年に通所型サービスCを開始した。
- 3か月のスケジュールは、初回に難聴、中間に口腔、最終月に栄養という内容で構成されている。
- 難聴の利用者については、聞き取りや聴覚スクリーニングによる個別評価を実施し、個別評価をする日には、最後に10分程度の難聴の講話を行っている。
- 講話の内容は、1)加齢性難聴、2)難聴と認知症の関係、3)補聴器装用による生活維持で構成されている。
- 通所型サービスCの利用者についての短期集中支援会議の中で難聴の疑いがある人が抽出され、言語聴覚士に個別評価を依頼するという流れで実施している。
- 個別評価は指こすりや紙こすり、金属音が聞こえるかどうか等の簡単な聴覚スクリーニング検査や日常生活でおおよそどのレベルの音が聞こえにくいかなど等の問診を実施し、その上で聞こえが悪そうな人に対して受診を促している(オーディオメーター購入予定である)。おおよその目安としては、両耳で70dBが聞こえない(2m先の蝉の鳴き声が聞こえない、1m先のやかんの沸騰音が聞こえない)くらいの難聴の場合(障害等級6級程度)、市内の補聴器相談医のいる耳鼻咽喉科等に受診勧奨している。通所型サービスCの利用期間内に受診結果を共有してもらう。
- 受診の結果、身体障害者に認定されるほど重度の難聴であれば、身体障害者手帳の申請手続き及び補聴器購入について合わせて支援している。通所型サービスC利用中に補聴器が作成できれば、担当のケアマネジャーと連携し、その後も補聴器がうまく利用できているかモニタリングを行っている。もし補聴器の調整が必要であれば、購入元の補聴器専門店の補聴器認定技能者にも相談し、補聴器の適切な装用に向けた調整を依頼するようにしている。

## イ. 通いの場で聞こえの講話を開催

- 令和元年、専門職や各介護事業所の情報交換の場として機能している介護保険事業者連絡会において、地域包括支援センターに在籍している言語聴覚士が難聴や嚥下の相談を受けていることを周知したことをきっかけに、翌年度には通いの場であるおしゃべりサロンや社協の生きがいサロン等のリーダーから講話の依頼が続いた。
- その後、口コミで聞こえに関する講話の評判が広がり、おしゃべりサロンや生きがいサロン以外にも民生委員の集いや地域の老人クラブ、高齢者大学の開校式等でも講話を開催した。さらに、自治会主体の通いの場や老人クラブ、市の地区担当保健師による保健活動(50代から対象になっているような場)からの依頼が来るなど、高齢者だけではなく住民全体へ広く知られるようになってきた。

### ③ 今後の課題

- 早期発見をした場合、医療機関の受診だけでなく、必要に応じて適正な補聴器装用についてもフォローできるような体制を整える必要がある。



## 事例7 石川県金沢市

### 市で実施している「すこやか検診」(個別検診)の一環として聴力検診を実施している事例

#検診型 #普及啓発 #早期発見 #フォローアップ

主担当：金沢市福祉健康局健康政策課

委託先：金沢市医師会

#### ① 事例の概要

普及啓発	<ul style="list-style-type: none"><li>全戸配布の冊子、対象者への受診券の郵送や新聞広報などで「すこやか検診」(個別検診)についての周知を行っている。</li></ul>
早期発見	<ul style="list-style-type: none"><li>「すこやか検診」の一環として、耳鼻咽喉科医が問診、耳鏡検査、標準純音聴力検査を実施している。</li><li>聴力検診の結果難聴の疑いがある場合には、補聴器の装用や治療を勧奨している。</li></ul>
フォローアップ	<ul style="list-style-type: none"><li>聴力検診後に治療や補聴器装用が必要と判断された場合は、補聴器装用等について、3か月経過後に検診を担当した医療機関が追跡調査を行っている。医療機関は、電話や通院時に話を聞くなどして状況把握を行い、必要な場合は再受診勧奨する。</li></ul>

※ 特定健診(すこやか検診)の一環で実施

#### ② 取組内容

##### ア. 聴力検診の実施

- 平成10年に金沢市耳鼻咽喉科医会から金沢市及び金沢市医師会に、聴力検診の実施に関する要望が出された。高齢者の生活上重要な位置を占める聴力についても検診をすべきだとの理由からだった。その後、金沢市が実施する個別検診である「すこやか検診」の中で、平成12年度から金沢市医師会が金沢市より委託を受けて実施することとなった。
- 毎年4月に、金沢市から「すこやか検診」の対象者に、「健康診査受診券」というクーポン券を送付している。対象者が聴力検診を実施する耳鼻咽喉科医療機関を選択することで、聴力検診を受けることができる。

#### ③ 今後の課題

- 聴力検診の受診率は全対象者のうち3%程度で推移しており、「すこやか検診」の中でもがん検診などに比べると受診率が低い。がんのように生命に直結するというわけではないため、優先度が低くなっているのが要因の一つと考えられる。



## 事例のまとめ

地域における難聴高齢者への支援について、事例の調査結果をもとに下記のようにまとめました。

		地域連携型				短期集中予防サービス(サービスC)型		検診型
		大分県	東京都豊島区	山形県山形市	東京都八王子市にある 通いの場(地域食堂)	新潟県	大分県竹田市	石川県金沢市
事業の特徴		<ul style="list-style-type: none"> <li>大分県と県言語聴覚士協会が連携し『介護予防活動支援マニュアル』(フレイルチェックシート)に聞こえの項目を導入し、県下に展開</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>区内のセンターや区民ひろばでアプリを用いた簡易スクリーニングを実施し、地区医師会と連携して講演会と相談会を実施</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>「山形市聴こえくつきり事業」として、医・産・学・官が連携し、普及啓発、早期発見、早期対応、フォローアップ、データ分析まで実施</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>住民主体の通いの場で地区包括受託先医療法人の言語聴覚士が聞こえの啓発講座と相談会をボランティアで実施</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>市(1自治体)において短期集中予防サービス(通所型サービスC)で言語聴覚士による聞こえの支援を実施</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>竹田市地域包括支援センター所属の言語聴覚士が短期集中予防サービス(通所型サービスC)において聞こえの支援を実施</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>「すこやか検診」(個別検診)の一環として聴力検診を実施</li> </ul>
①普及啓発		<ul style="list-style-type: none"> <li>『介護予防活動支援マニュアル』作成・周知</li> <li>フレイル基本チェックリスト+聞こえ項目の『フレイルチェックシート』作成・周知</li> <li>言語聴覚士による様々な場での講話</li> <li>県民相談会での相談</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ヒアリング・フレイル講演会の実施</li> <li>リーフレットの作成</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>介護予防教室の開催(補聴器相談医、言語聴覚士、認定補聴器技能者)</li> <li>高齢者本人・家族向けリーフレットの作成・周知(医療機関等で配布、山形市HP・SNS等での周知)</li> <li>75歳、80歳アンケートの実施</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>講話・相談会の実施</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>聞こえの講話の実施</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>聞こえの講話の実施</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>「すこやか検診」の一部として金沢市が全戸配布の冊子、対象者への受診券の郵送や新聞広報で周知</li> </ul>
②早期発見	場所	<ul style="list-style-type: none"> <li>(個人の任意)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>高田介護予防センター</li> <li>東池袋フレイル対策センター</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>介護予防教室</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>住民主体の通いの場(地域食堂)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>短期集中予防サービス(通所型サービスC)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>短期集中予防サービス(通所型サービスC)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>医療機関(耳鼻咽喉科)</li> </ul>
	実施者	<ul style="list-style-type: none"> <li>(紙面のみ)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>認知症対策担当(簡易スクリーニングは認知症地域支援推進員が担当)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>予防推進係(保健師・看護師等)</li> <li>県言語聴覚士会(個別相談)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ボランティアの言語聴覚士</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>介護福祉士</li> <li>言語聴覚士(介入)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>市委託包括支援センターの言語聴覚士</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>医師</li> </ul>
	簡易スクリーニング	<ul style="list-style-type: none"> <li>フレイルチェックシート チェックリスト(聞こえ5項目)</li> <li>※介護予防活動支援マニュアルでは、聞こえ10項目</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ヒアリング・フレイルチェック(6項目)</li> <li>みんなの聴脳力チェック</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>「聴こえについて」のアンケート(15項目)</li> <li>みんなの聴脳力チェック</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>10項目のチェック項目に関する5段階調査</li> <li>みんなの聴脳力チェック</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>聞こえのアンケート(聞こえに関する主観と6項目のチェックリスト)</li> <li>言語聴覚士が難聴の懸念が強い人に対してwebアプリを活用して個別評価</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>講話の中でフレイルチェックシート(5項目)</li> <li>指こすり、紙すり、金属音が聞こえるか、2m先の蝉の鳴き声、1m先のやかんの音が聞こえるか</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>問診、耳鏡検査、標準純音聴力検査</li> </ul>
助言	<ul style="list-style-type: none"> <li>リーフレット内容に含む</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>聞こえの相談に乗る</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>聞こえの相談に乗る</li> <li>日常生活上の工夫などを助言</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>日常生活上の工夫などを助言</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>個別指導対象者に対して介護予防のための聞こえの支援を実施</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>日常生活上の工夫や補聴器活用について支援</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>補聴器の装用</li> </ul>	

	受診勧奨の基準	<ul style="list-style-type: none"> <li>•チェックリスト(5項目)に1個以上チェックが付いた方、「聞こえ」が気になる方</li> <li>•QRコードで補聴器相談医リスト配布</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•語音聴取率 60%未満</li> <li>•地区医師会の耳鼻咽喉科を案内(リーフレット裏面に耳鼻咽喉科リスト掲載)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•語音聴取率 60%未満</li> <li>•補聴器相談医リストを紹介</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•40デシベル難聴以上</li> <li>•周囲がうるさくない1対1環境でも聞き取りづらい場合</li> <li>•補聴器相談医リスト紹介</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•言語聴覚士の判断</li> <li>•(4分法で基本中等度以上。軽度でも言語聴覚士が必要と判断した場合も含む)</li> <li>•補聴器相談医のいる耳鼻咽喉科(市内1カ所)やかかりつけ耳鼻咽喉科(隣町)を紹介</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•言語聴覚士の判断</li> <li>•(指こすり、紙すり、金属音が聞こえるか、両耳で70デシベルが聞こえない)</li> <li>•補聴器相談医のいる耳鼻咽喉科(市内1カ所)やかかりつけ耳鼻咽喉科(隣町)を紹介</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•標準純音聴力検査において「正常」(良聴耳の4分法平均聴力レベルで判定し25デシベル以下であり、かつ500Hz、1kHz、2kHz、4kHzの全てにおいて40デシベル以下)ではない場合であって、耳疾患ありと医師が判断する場合</li> </ul>
	③早期介入		<ul style="list-style-type: none"> <li>•耳鼻咽喉科医による診療</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•補聴器相談医による診療</li> <li>•認定補聴器専門店による補聴器の正しい使い方の指導</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>•言語聴覚士による講話と個別評価、聞こえの助言</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•言語聴覚士による講話と個別評価、聞こえの助言</li> </ul>	
	④フォローアップ		<ul style="list-style-type: none"> <li>•市医師会(補聴器相談医)と連携しその後の受診状況を把握</li> <li>•未受診者に対しては郵送で再度受診勧奨</li> <li>•補聴器購入6か月後に認定補聴器専門店での使用状況の確認・調整</li> <li>•補聴器相談医への定期受診勧奨</li> </ul>			<ul style="list-style-type: none"> <li>•重度であれば、身障者手帳申請手続きと補聴器購入も支援</li> <li>•補聴器使用がうまくできているかモニタリングを行い、必要に応じて認定補聴器技能者を紹介</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•聴力検診後に治療や補聴器装用が必要と判断された場合は、3か月経過後に補聴器装用等について、担当した医療機関が追跡し、必要な場合は再度装用・受診を勧奨</li> </ul>	
	⑤評価・効果測定		<ul style="list-style-type: none"> <li>•アプリによるチェックを受け語音聴取率 60%未満の区民に事後アンケートを実施し、その後の行動変容等を把握</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•ヒアリングフレイルチェックを受けた方全員へのアンケートにより、聞こえや活動意欲・行動の変化を把握し、山形大学医学部と共同でデータ分析</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>•新潟大学大学院医歯学総合研究科と連携し、補聴器使用によるQOL効果検証を実施</li> </ul>		
	専門職との連携	<ul style="list-style-type: none"> <li>•大分県言語聴覚士協会</li> <li>•補聴器相談医</li> <li>•補聴器認定技能者</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•豊島区医師会</li> <li>•日本補聴器販売店協会</li> <li>•ユニバーサル・サウンド・デザイン株式会社</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•医・産・学・官が協働する取組を行っている。</li> <li>•山形大学医学部</li> <li>•山形市医師会</li> <li>•山形県言語聴覚士会</li> <li>•認定補聴器専門店(日本補聴器販売店協会)</li> <li>•ユニバーサル・サウンドデザイン株式会社</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•新潟大学大学院医歯学総合研究科</li> <li>•新潟県リハビリテーション専門職協議会</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•大分県言語聴覚士協会</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•金沢市医師会</li> </ul>	

<p>今後の課題</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>これらの取組が、実際に耳鼻科受診や補聴器装用への程度つながっているか追跡できていない。</li> <li>耳鼻科医や補聴器販売店と行政及び事業所間の連携システムの構築には至っていない。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>区民及び保健医療福祉関係者への普及啓発を進める。</li> <li>アプリによる簡易スクリーニングから医療機関受診までのフォローアップ体制を整備する必要がある。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>聞こえに関する知識が正しく普及することで、自ら受診する方が増えることが望ましい。</li> <li>子や孫世代からヒアリングフレイルチェックや受診を勧奨してもらおうと実際に足を運ぶきっかけになることが多い。周囲の人々の理解を得ることが重要なため、高齢者福祉の分野だけではなく、広く市民に知ってもらうことも必要だ。</li> <li>耳鼻科以外の医師への普及啓発も重要だ。かかりつけ医が聞こえにくさに気づき、耳鼻科への受診を促すことでも難聴の早期発見につながる可能性がある。</li> <li>言語聴覚士の人材育成も大きな課題。特に聴覚についての専門知識がある言語聴覚士は非常に少ない。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>地域の中で難聴の課題がそれほど大きく捉えられておらず、地域ケア会議の個別の課題の中で個人の課題として難聴に関する話が取り上げられている。聞こえに関する環境整備として聴覚補助機器を設置するケースはあるが、地域全体としての大きな動きにはなっていない。</li> <li>ボランティアでの継続は難しく、金銭的な支援も含め、専門職が地域活動を行うための時間に対する仕組みがあると良い。一方で、ボランティアだからその面白さや工夫のしやすさが失われるのも避けたいというジレンマがある。</li> <li>地域の医師会とも連携していくべきと思っはいるが、あくまでボランティア活動として行っているため、連携するまでには至っていない。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>聞こえの支援ができる言語聴覚士を養成し、通いの場等での聞こえの支援につなげる仕組みが必要である。</li> <li>難聴は自分では気づきにくいいため、聞こえに関心を持ってもらい、聞こえに課題がある場合は、耳鼻科受診を促す普及啓発が必要である。</li> <li>補聴器を適正に継続的に使用し、閉じこもりや介護予防に繋げるための普及啓発が必要である。</li> <li>補聴器装用がQOLの向上に効果があるというエビデンスがないため、コホート調査により明らかにしていく。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>早期発見をした場合、医療機関の受診だけでなく、必要に応じて適正な補聴器装用についてもフォローできるような体制を整える必要がある。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>聴力検診の受診率は全対象者のうち3%程度で推移しており、「すこやか検診」の中でもがん検診などに比べると受診率が低い。がんのように生命に直結するというわけではないため、優先度が低くなっているのが要因の一つと考えられる。</li> </ul>
--------------	--	--	--	--	--	--	--

# 本手引き作成に当たっての協力機関一覧

## 1. 掲載事例自治体

- 大分県 高齢者福祉課 ・ 大分県言語聴覚士協会
- 東京都豊島区 保健福祉部 高齢者福祉課
- 山形県山形市 福祉推進部 長寿支援課
- 東京都八王子市 福祉部 高齢者福祉課 ・ 医療法人社団 永生会
- 新潟県 高齢福祉保健課
- 大分県竹田市 高齢者福祉課
- 石川県金沢市 福祉健康局 健康政策課

## 2. モデル事業協力自治体

- 北海道旭川市 福祉保険部 長寿社会課
- 北海道遠別町 福祉課
- 栃木県さくら市 高齢課
- 静岡県静岡市 地域包括ケア誰もが活躍推進本部
- 熊本県熊本市 高齢福祉課
- 大分県竹田市 高齢者福祉課

## 3. その他

- 「みんなの聴脳力チェック」アプリ及び掲載事例での活用方法の紹介  
聴脳科学総合研究所 所長 中石 真一路様

## 検討委員会 委員名簿

※五十音順・敬称略

氏名	所属先・役職等
麻生 伸	あそうクリニック院長
稲垣 康治	稲垣耳鼻咽喉科医院院長
今村 英仁	日本医師会常任理事
植田 拓也	東京都健康長寿医療センター研究所 東京都介護予防・フレイル予防推進支援センター副センター長
内田 育恵 (座長)	愛知医科大学教授
格和 佳那子	栃木県さくら市 高齢課 地域包括ケア推進係
假谷 伸	川崎医科大学教授
黒羽 真美	日本言語聴覚士協会 常任理事・介護保険部長
杉内 智子	杉内医院院長
宮崎 真悟	熊本県熊本市 高齢福祉課 在宅支援班

## 文献目録

Lin, Frank R, James R Pike, Marilyn S Albert, Michelle Arnold, Sheila Burgard, and Theresa Chisolm. "Hearing intervention versus health education control to reduce cognitive decline in older adults with hearing loss in the USA (ACHIEVE): a multicentre, randomised controlled trial." *The Lancet*, 7 2023.

The Lancet. "Dementia prevention, intervention, and care: 2020 report of the Lancet Commission." 2020.

WHO. "World report on hearing." 2021.

太田有美. "加齢性難聴の病態と対処法." 日本老年医学会雑誌 57, 第 4 [2020]: 397-404.

内田育恵. "加齢性難聴患者へのアドバイス." 日本耳鼻咽喉科学会会報 116, 第 10 [2013]: 1144-1147.

内田育恵. "高齢期難聴がもたらす影響と期待される介入の可能性." 音声言語医学 56, 第 2 [2015]: 143-147.

内田育恵. "聴覚機能のフレイル." [PROGRESS IN MEDICINE] 43, 第 7 [2023]: 573-577.

内田育恵, , 杉浦彩子. "認知機能と脳形態への補聴器・人工内耳使用の影響—自研究結果をあわせて." *Otology Japan* 33, 第 2 [2023]: 79-84.

内田育恵, 杉浦彩子, 中島務, , 植田広海. 疫学的視点—近年の高齢者の難聴・認知機能・社会的孤立などの現況. *Otology Japan*, 2016.

日本老年医学会／国立長寿医療研究センター. "フレイル診療ガイド 2018 版." 2018.



## 巻末資料

1. 聞こえの講話・聞こえのチェック参加者募集リーフレット
2. 聞こえの講話資料
3. 聞こえのチェックリスト・受診勧奨票
4. 効果測定用のアンケート帳票  
(当日事前アンケート・当日事後アンケート・3ヶ月後フォローアップアンケート)

<巻末資料1> 聞こえの講話・聞こえのチェック参加者募集リーフレット



# 聞こえに関する講話・ 聞こえの相談会のお知らせ

●月●日(●)  
受付開始

対象者	65歳以上の○○市民
日時	<1回目> 令和5年●月●日(●) ●時●分~●時●分 <2回目> 令和5年●月●日(●) ●時●分~●時●分
場所	△△公民館
定員	●●名
内容	①聞こえに関する講話 ②聞こえの相談会・聞こえのチェック
担当	○○市 ▼▼課 ◆◆係



## 聞こえづらくなると、生活に様々な影響が出てきます

- ・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けなくなり、人との繋がりが減る
- ・脳への刺激が減り、認知機能が低下する可能性がある



## でも、聞こえづらい状態は改善できることがあります

- ・聞こえづらさは、治療等で治るかもしれません
- ・補聴器を使うことで生活の質を改善できるかもしれません



聞こえのチェックに参加して、  
一度 聞こえの状態を確認してみませんか？



お問合せ先

○○市△△部▼▼課 (TEL: 0000-00-0000)

<巻末資料2> 聞こえの講話資料

# 聞こえの講話

(自治体名 担当課)





「聞こえ」

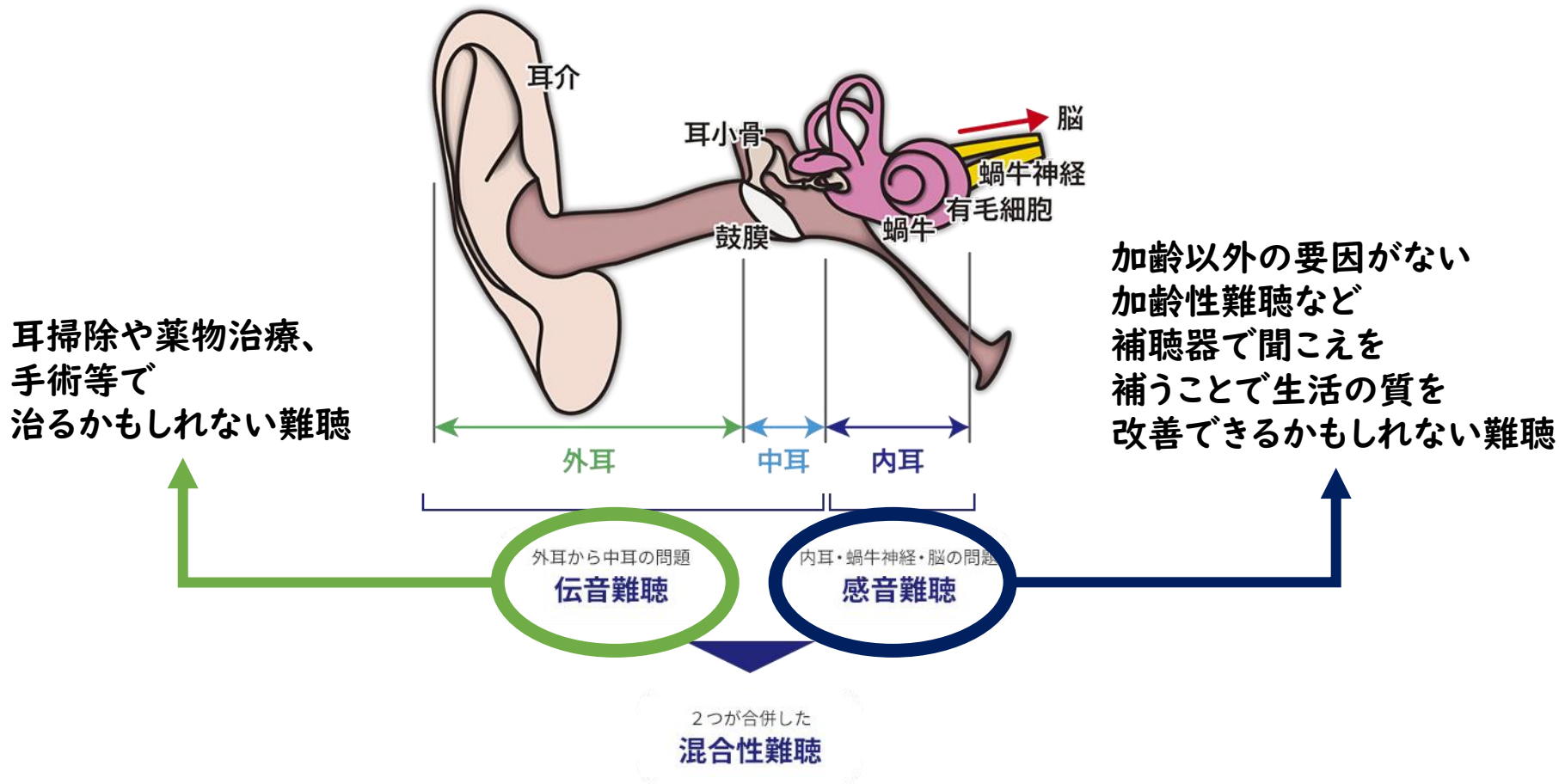
について意識したこと  
ありますか？



65歳をこえると、聞こえづらさを感じる人が一気に増え、75歳以上の**約半数**の方が聞こえづらさを感じています。



# 聞こえづらい状態 = 難聴



# 難聴になるとさまざまな社会生活に支障をきたします。



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



必要な音が聞こえず、社会生活に影響を及ぼす

自信がなくなる



社会的に孤立し、うつ状態に陥ることもある



認知機能に影響をもたらす可能性もある

# 耳にやさしい生活を心がけることで 難聴を予防しましょう。

- 大音量でテレビを見たり、音楽を聴いたりしない
- 騒音など、大きな音が常時出ている場所を避ける

テレビは適切な音量で観ましょう



# 老化を遅らせ難聴を予防するために生活習慣を見直しましょう。

- 生活習慣病の管理・栄養バランスがとれた食事を取りましょう
- 適度な運動をしましょう
- 規則正しい睡眠を取りましょう
- 禁煙しましょう





# ききとりにくい・伝わりにくい時の ひとくふう

1. 室内の静かな場所で話しましょう
2. 1mくらいの距離で近づいて話しましょう
3. 口元が見えるよう、正面から話しましょう
4. ゆっくりめに話しましょう
5. 少し大きめの声で話しましょう
6. 相手が気づいてから会話を始めましょう
7. 複数の時は、一人ずつ順番に話しましょう
8. 伝わっているか確認しましょう
9. 言い方を変えてみましょう
10. 文字で書いてみましょう
11. ジェスチャーを使ってみましょう



聞こえづらいと感じたら、  
早めの耳鼻咽喉科受診を



# 補聴器を使うときの注意点



- まずは、最寄りの耳鼻咽喉科を受診しましょう



- 自分ひとりで補聴器を選ばないようにしましょう

- 値段が高ければ良いわけではありません



- 定期的に補聴器専門医や言語聴覚士、認定補聴器技能者等にみてもらいましょう

補聴器を正しく使えるようになるには、  
適合や練習が必要です!

# 補聴器を使うとこんな良いことが

- 人との会話が苦にならない
- 人と会話をする機会が増える
- 外出が増え、身体が活動的になる
- 脳への刺激が維持・向上する
- 脳のはたらきが活発になる



→ 日常生活が維持しやすいです





ご清聴ありがとうございました。  
皆さまのご健勝をお祈りいたします。

<巻末資料3> 聞こえのチェックリスト・受診勧奨票





# 聞こえのチェックリスト & 受診勧奨票

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、聞き返すことがよくありますか。	
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りますか。	
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と感じることがありますか。	
家族に、「テレビやラジオの音量が大きい」とよく言われますか。	
大勢の人がいる場所や周りがうるさい中での会話は、聞きたい人の声が聞きづらいと感じますか。	

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



「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、認知機能に影響をもたらす可能性もあると言われています。気になったら早めに耳鼻科医師に相談するようにしましょう！

お問合せ先

〇〇市△△部▼▼課 (TEL: 0000-00-0000)

<巻末資料4> 効果測定用のアンケート帳票

(当日事前アンケート・当日事後アンケート・3ヶ月後フォローアップアンケート)



【質問2】「きこえの状況について」伺います。

問1	会話をしているときに聞き返すことがよくありますか。	① はい      ② いいえ
問2	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りますか。	① はい      ② いいえ
問3	電子レンジの「チン」という音や、ドアのチャイムの音がきこえにくいと感じることがありますか。	① はい      ② いいえ
問4	家族にテレビやラジオの音量が大きいとよく言われますか。	① はい      ② いいえ
問5	大勢の人がいる場所や周りがうるさい中での会話は、聞きたい人の声が聞きづらいと感じますか。	① はい      ② いいえ
問6	現在、補聴器を使用していますか。	① 使用している ② 使用していない
問7	きこえについて心配なこと・お困りごとをご記入ください。	



問6	<p>ききとりにくい・伝わりにくい時の工夫について、実践していることがあれば、チェックしてください。</p> <ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> 室内の静かな場所で話している。</li><li><input type="checkbox"/> 1mくらいの距離で近づいて話している。</li><li><input type="checkbox"/> 口元が見えるよう、正面から話している。</li><li><input type="checkbox"/> ゆっくりめに話している。</li><li><input type="checkbox"/> 少し大きめの声で話している。</li><li><input type="checkbox"/> 相手が気づいてから会話を始めている。</li><li><input type="checkbox"/> 複数の時は、一人ずつ順番に話すようにしている。</li><li><input type="checkbox"/> 伝わっているか確認している。</li><li><input type="checkbox"/> 言い方を変えてみている。</li><li><input type="checkbox"/> 文字で書いてみている。</li><li><input type="checkbox"/> ジェスチャーを使ってみている。</li><li><input type="checkbox"/> その他 ( _____ )</li></ul>
----	---

アンケートへのご協力、ありがとうございました。

当日事後アンケートおよび3か月後のフォローアップアンケートにも  
ご協力よろしく願いいたします。



## 当日事後アンケート

あてはまるところに○をつけ、必要な箇所に記入してください。  
アンケートは【質問1】【質問2】があり、設問は全部で最大13問あります。

【質問1】「きこえ」の認識について教えてください。

問1	きこえの講話・相談会を受ける前と後で、きこえについてのイメージは変わりましたか。	① はい ② いいえ
問2	問1で「① はい」と答えた方に伺います。 きこえについてのイメージはどのように変わりましたか。	
問3	きこえづらさを放っておくと、認知機能に影響があることは知っていますか。	① はい ② いいえ
問4	きこえづらさを放っておくと、人と人とのつながりにも支障をもたらすことは知っていますか。	① はい ② いいえ
問5	きこえづらさの進行は、予防できると思いますか。	① はい ② いいえ
問6	<p>きこえのために日々心掛けていることについて、当てはまるものすべてにチェックしてください。</p> <p><input type="checkbox"/> 大音量でテレビを見たり、音楽を聴かないようにする</p> <p><input type="checkbox"/> 騒音など、大きな音が常時出ている場所を避ける</p> <p><input type="checkbox"/> 生活習慣病の管理・栄養バランスがとれた食事をする</p> <p><input type="checkbox"/> 適度な運動をする</p> <p><input type="checkbox"/> 規則正しい睡眠をとる</p> <p><input type="checkbox"/> 禁煙している</p> <p><input type="checkbox"/> 定期的に耳鼻咽喉科を受診する</p> <p><input type="checkbox"/> その他 ( )</p>	

問7	<p>ききとりにくい・伝わりにくい時の工夫について、実践していることがあれば、当てはまるものすべてにチェックしてください。</p> <ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> 室内の静かな場所で話す</li><li><input type="checkbox"/> 1mくらいの距離で近づいて話す</li><li><input type="checkbox"/> 口元が見えるよう、正面から話す</li><li><input type="checkbox"/> ゆっくりめに話す</li><li><input type="checkbox"/> 少し大きめの声で話す</li><li><input type="checkbox"/> 相手が気づいてから会話を始める</li><li><input type="checkbox"/> 複数の時は、一人ずつ順番に話す</li><li><input type="checkbox"/> 伝わっているか確認する</li><li><input type="checkbox"/> 言い方を変えてみる</li><li><input type="checkbox"/> 文字で書いて伝える</li><li><input type="checkbox"/> ジェスチャーを使って伝える</li><li><input type="checkbox"/> その他 ( _____ )</li></ul>
----	---

【質問2】 きこえの講話・相談会に参加した感想について教えてください。

問1	きこえの講話・相談会に参加したことで、きこえに関する理解が深まったと思いますか。	<ul style="list-style-type: none"> <li>①深まった</li> <li>②やや深まった</li> <li>③あまり深まらなかった</li> <li>④深まらなかった</li> </ul>
問2	きこえのチェックを受けてみて、ご自身のきこえの状態についてどう感じましたか。	<ul style="list-style-type: none"> <li>①思っていたより悪かった</li> <li>②予想した通りだった</li> <li>③思っていたより良かった</li> <li>④特になし</li> </ul>
問3	きこえの講話・相談会に参加したことで、これからは耳にやさしい行動を取るよう気をつけようと思いましたが。	<ul style="list-style-type: none"> <li>①気をつけようと強く思った</li> <li>②気をつけようと思った</li> <li>③気をつけようと少し思った</li> <li>④変わらない</li> </ul>
問4	きこえの講話・相談会に参加したことで、耳鼻咽喉科を定期的に受診しようと思いましたが。	<ul style="list-style-type: none"> <li>①耳鼻咽喉科を受診予定である</li> <li>②耳鼻咽喉科を定期的に受診しようと思った</li> <li>③耳鼻咽喉科を定期的に受診しようとは思わない</li> </ul>
問5	きこえに関する講話・相談会をご友人やご家族にお勧めしたいと思いますか。	<ul style="list-style-type: none"> <li>①勧める</li> <li>②やや勧める</li> <li>③あまり勧めない</li> <li>④勧めない</li> </ul>
問6	差し支えなければ問5の理由を教えてください。	

アンケートへのご協力、ありがとうございました。

## フォローアップアンケート

あてはまるところに○をつけ、必要な箇所に記入してください。  
アンケートは表裏【質問1】【質問2】があり、設問は全部で最大9問あります。

【質問1】耳鼻咽喉科への受診について教えてください。

問1	きこえの相談会で、耳鼻咽喉科への受診を勧められましたか？	① はい ② いいえ
問2	相談会のあと、耳鼻咽喉科を受診しましたか？	① はい (→ 問3 へ) ② いいえ (→ 問4 へ)
問3	問2で「① はい」と答えた方に伺います。	
	耳鼻咽喉科ではどう診断されましたか。	① 問題あり (診断された内容: _____) ※「〇〇デシベルまで聞こえていた」「〇〇ヘルツは聞こえづらい」等 ② 問題なし
	耳鼻咽喉科では今後の治療やアドバイスが示されましたか。 (複数選択可)	① 定期的な受診を勧められた ② 補聴器を勧められた ③ 補聴器以外の聴力補助器を紹介された ④ その他 ( _____ )
	耳鼻咽喉科を受診後、きこえの状況や生活は改善しましたか。	① 改善した ② 改善していない
(→裏面【質問2】 へ)		
問4	問2-1で「② いいえ」と答えた方に伺います。	
	差し支えなければ受診しなかった理由を教えてください。	

(→裏面【質問2】 へ)

【質問2】「きこえ」の認識について教えてください。

問1	きこえの講話を聞いた後、耳にやさしい行動をとるようになりましたか？(もしくは以前から耳にやさしい行動をとっていますか？)	① はい ② いいえ
問2	難聴を予防するために良いと思う行動について、当てはまると思うものすべてにチェックしてください。 <input type="checkbox"/> 大音量でテレビを見たり、音楽を聴かないようにする <input type="checkbox"/> 騒音など、大きな音が常時出ている場所を避ける <input type="checkbox"/> 生活習慣病の管理・栄養バランスがとれた食事をする <input type="checkbox"/> 適度な運動をする <input type="checkbox"/> 規則正しい睡眠をする <input type="checkbox"/> たばこは吸わない <input type="checkbox"/> 耳鼻咽喉科を受診する <input type="checkbox"/> その他 ( )	
問3	きこえにくいと感じるとき、どのような方法をとれば、よりよく会話ができるでしょうか？ 当てはまると思うものすべてにチェックしてください。 <input type="checkbox"/> 室内の静かな場所で話す <input type="checkbox"/> 1mくらいの距離で近づいて話す <input type="checkbox"/> 口元が見えるよう、正面から話す <input type="checkbox"/> ゆっくり話す <input type="checkbox"/> 少し大きめの声で話す <input type="checkbox"/> 相手が気づいてから会話を始める <input type="checkbox"/> 複数の時は、一人ずつ順番に話す <input type="checkbox"/> 伝わっているか確認する <input type="checkbox"/> 言い方を変える <input type="checkbox"/> 文字で書く <input type="checkbox"/> ジェスチャーを使う <input type="checkbox"/> その他 ( )	

アンケートへのご協力、ありがとうございました。

令和5年度老人保健健康増進等事業  
難聴高齢者の早期発見・早期介入等に向けた関係者の連携に関する調査研究事業

難聴高齢者の早期発見・早期介入等に向けた  
関係者の連携に関する手引き

2024年(令和6年)3月