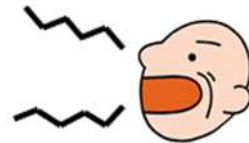
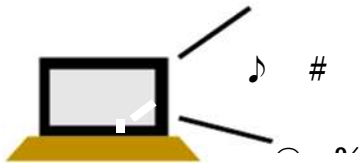


聞こえのチェック！

※ 当てはまるものにチェック☑をつけましょう

- ☐ 会話をしているとき、聞き返すことがよくある。
- ☐ 集会や会議など、数人での会話がうまく聞き取れない。
- ☐ 聞き間違いが多い。
- ☐ 話し声が大きいと言われる。
- ☐ 相手の言ったことを推測で言葉を判断することがある。
- ☐ うしろから呼びかけられると気づかないことがある。
- ☐ 車の接近にまったく気がつかないことがある。
- ☐ テレビやラジオの音量が大きいとよく言われる。
- ☐ 電子レンジの音や、ドアのチャイムの音が聞こえにくい。



ひとつでも当てはまる方は、
耳鼻科医師への相談をおすすめします。

ポイント

- 耳にやさしい生活を心がけましょう！
 - ・ 大音量でテレビを見たり、音楽を聴いたりしないようにしましょう。
 - ・ 騒音など、大きな音が常時出ている場所を避けるようにしましょう。
 - ・ 静かな場所で、耳を休ませる時間を作りましょう



出典：一般社団法人日本耳鼻咽喉科頭頸部外科学会
「聞こえづらい？と感じたら、放置しないでください！」
(<https://owned.jibika.or.jp/portal>) より転載