

つるさんがめきん

令和6年10月1日
第52号

加齢による耳の聞こえの変化

加齢と難聴



加齢による聴力の低下は一般的に高音域から始まると言われています。

加齢以外に特別な原因がないものを「加齢性難聴」と呼びます。加齢性難聴は音を感じる部位が障害される感音難聴です。主な原因は、加齢によって、蝸牛（かぎゅう）の中にある有毛細胞がダメージを受け、その数が減少したり、聴毛が抜け落ちたりすることです。有毛細胞は、音を感知したり、増幅したりする役割がありますので、障害を受けると、音の情報をうまく脳に送ることができないのです。

また、内耳の問題以外にも、内耳から脳へと音を伝える神経経路に障害が起きたり、脳の認知能力が低下することも影響している可能性があります。さまざまな原因が複数組み合わされて発生すると考えられています。

加齢性難聴はひと言でいえば、老化による聴覚機能の低下なので、残念ながら根本的な治療法はありません。耳鼻咽喉科を受診し、補聴器などを使って、「聞こえ」を改善し、ことばを聞き分ける能力を維持できるようにしましょう。また、下記のような耳にやさしい生活を心掛けましょう。

また、単なる「加齢性難聴」ではなく、中耳炎などによる「伝音難聴」、騒音やウイルスなどによる「感音難聴」を発症していたり、難聴をさらに進行させていたりする事もあります。その場合は、投薬治療や手術などで治療できる可能性もありますので、「耳が聞こえづらいのは年齢のせいだ」と決めつけずに、耳鼻咽喉科の受診を検討しましょう。



耳にやさしい生活をしましょう

大音量でテレビを見たり
音楽を聴いたりしない



静かな場所で
耳を休ませる時間を作る



喫煙はほどほどに。喫煙は
難聴を引き起こす要因の
一つと言われている



騒音など、大きな音が
常時出ている場所を避ける

補聴器購入費の助成について
下記QRコードからどうぞ



加齢により耳が遠くなり、日常生活に不便を感じている高齢者を対象に補聴器の購入費の一部助成があります。※申請用紙は区のホームページからダウンロード、または区役所担当課、地域包括支援センターにもあります。詳細はこちらまで→中野区役所 地域支えあい推進部 地域包括ケア推進課 在宅サービス係 03-3228-5632

アピアランスケア用品 費用助成のお知らせ

こちらから
どうぞ



がん治療に伴う外見の変化により地域生活に支障がある方へ
ウィッグや胸部補整具等の購入またはレンタルに要した費用を助成します

利用対象者

右記のすべてに
該当する方

- 中野区内に住所を有する方
- がんと診断され、その治療を受けている方または受けたことがある方
- がん治療に伴う脱毛、乳房の切除等により、ウィッグや胸部補整具等を必要としている方
- 申請しようとするアピアランスケア用品について、この事業による助成または他の法令等に基づく同様の助成を受けたことがない方

助成額



下記のアピアランスケア用品の購入またはレンタルに係る費用（消費税を含む）1点につき3万円を上限とします。2点まで申請できます（申請1回につき1点）
ウィッグ、毛付き帽子※装着時に必要なネット、インナーキャップ等を含む
人工乳房、補整下着等の胸部補整具

申請期間

助成の対象となるウィッグや胸部補整具等を購入またはレンタルした日（領収書に記載の日付）の翌日から1年以内。ただし、事業開始初年度（令和6年7月1日～令和7年3月31日）に限り令和5年4月1日以降の日付の記載のある領収書の申請を受け付けます。詳しくは区のホームページをご覧ください。

お問い合わせ
申請先

〒164-8501 中野区中野4-11-19 中野区役所 地域支えあい推進部
地域包括ケア推進課 在宅サービス係 ※郵送でも申請できます
電話 03-3228-5632

本一高齢者会館 「生きがい出張相談会」

今後の開催予定
令和6年10月23日(水)10時～
11月27日(水)10時～



鍋横高齢者集会室 (分室)「出張相談会」

隔月で開催しています
次回開催予定
令和6年11月16日(土)
14時～15時半

認知症サポーター養成講座
一緒に開催しませんか

認知症サポーターは、認知症を正しく理解し認知症の方や介護している家族などの「応援者」です。
講座を一緒に開催してみませんか？

編集後記

暑い日もまだありますが、
だんだん秋らしくなって
きましたね。
無料の体操教室やサロン等
のご案内もできますので、
お気軽にお寄りください。