

みみの記念日 3月3日耳の日 6月6日補聴器の日 9月9日人工内耳

## 聴こえが認知機能低下を抑制する

### 認知症予防プログラム体験と聴こえと健康についての講演会 いきいきセミナー 開催

聴覚障害者や聴こえに不安のある者、おたっしや本舗等の相談員・介護士等 41 名参加されました。今回は講師として脳の聴く働きをサポートする補聴器を開発されている企業の言語聴覚士・コグニサイズ指導者の川田夏希さんを迎えました。以下、体験と講演の要旨です。

#### 1. コグニサイズ (体験)

コグニサイズとは、認知 (英語で cognition・コグニション) と、運動 (英語で exercise・エクササイズ) を組み合わせた造語で、認知症予防のためのプログラムです。

認知機能 (覚える・考える・理解するなど) 低下予防のためのプログラムとして、参加者は 2グループに分かれ 4つの課題に挑戦。

- ア. 2分間で果物や動物の名前を、足踏みしながら時計回りに発表するゲーム(下写真)
- イ. 腕振り・足踏みしながら 100までの数字を 1 から順につないでいくゲーム
- ウ. イの中で 3の倍数にあたった人は手をたたく動作を加える
- エ. 100から 3ずつ引いて最後に 1で終了するゲーム



川田講師



これらのゲームは身体を動かしながら計算や物の名前、しりとりをする簡単なゲームですが、考えたり、誤ったりすることが脳に一番よいプログラム体験です。また隣同士で会話をすることも効果的です。

#### 2. 脳と聴こえについて (講演)

・聴く行為は、実は脳の働きが密接に関係していること。音を理解するとき脳の働きによって色んな環境音等から区分して聴いています。

・補聴器により音を大きくすることや、言葉を聞き取りやすくして聞き取る力を上げることは、脳を守り、認知機能の低下抑制につながります。

・厚生労働省から示された認知症の危険因子として「難聴」が含まれています。



#### 【 質疑応答 】

▲ 補聴器装用者から、聴こえるようになったことで心が明るくなり、行動が広まったという体験談あり。

▲ 補聴器を付けるタイミングはいつか

▲ 生活それぞれの場面で困る状況が出てきた時からだが、まずは聴こえの具合を測定したり、耳鼻科へ行ってもらったほうがよい。

▲ 補聴器の最低限の価格はその程度か

▲ 4万円～55万円程度するが、どんな場面で困り、どういうものが求められるかによって異なる。

▲ 雑音や風の音が気になる

▲ 現在ではそういう音を抑えてくれる補聴器がある。最近では言葉を分かりやすく脳が判断する働きを助ける補聴器も発表されている。



松尾 留美さん

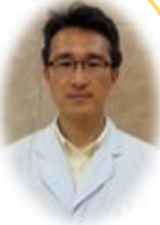


本村 恵さん



第 29 回手話通訳技能認定試験 (手話通訳士試験) の合格発表が 1 月 31 日ありました。受験者 1,037 人中合格者 85 名、合格率 8.2%の難関でした。本県からは松尾留美さん、本村恵さんが見事合格され、手話通訳士は合計 6 名となりました。

シリーズ(3)  
山口相談医のひと言コメント



「耳が聴こえる」ってどういうこと？

普段何気なく「耳で聴く、眼で見る」と言いますが、聴こえるとはどのような状態でしょうか？

外耳から中耳へ空気の振動として伝えられた音は、内耳に至って液体の振動として、聴覚神経を刺激します。

神経は電気信号として音をより上位の神経＝中枢に伝えます。

この様にして伝わった音信号は中枢＝脳(の領域皮質)がいくつも連携して、分析され、解釈を加えられ、意味のある音として私たちが認識することとなります。つまり、「耳」は「聴く」の大事な入り口ですが、「脳＝中枢」の存在があつての「聴く」という事になるのです。

ですから、意識して「聴いて」いない音や、知らない言葉は、しばしば「聞こえ」ていても、分からない＝聴き取れない、という事があります。ではどこまで「聴こえている」と判断したらいいのでしょうか？音が「聞こえる」であれば、内容の理解は無視したところで判断、といったところでしょうか。「聴き取れる」となると、内容までだいたい理解できている、といったところでしょうか。

実は、聴力検査でも問題になる部分です。

言語聴覚士課題検討会 12月5日・6日

兵庫、神奈川、愛媛、山口、佐賀県、京都市から言語聴覚士ら9名、講師として前京都市聴言センター所長、京都府立大学大学院福祉社会学科の柴田浩志氏が参加して行われました。

各センターから現状報告と相談事例から見えた課題検討に発展した事業事例について意見交換を行いました。柴田講師からは聴覚障害者の地域生活支援について報告と今後難聴者の支援について全国の聴覚障害者施設・団体にアンケートを予定していること等が報告されました。

翌日は兵庫県立こばと聴覚特別支援学校の現地見学会がありました。次回は、神奈川県聴覚障害者福祉センターの主管で開催予定です。

お知らせ ★難聴者相談 2/25(日) サポートセンターにて 担当 森永ひかる(社会福祉士)

★日曜教室  
・難聴者向け・3/10(土) 佐賀市高齢者福祉課 テーマ「高齢者サービス」  
・ろう者向け・3/25(日) 体育協会 東島理事長 テーマ「佐賀国体・全スポに向けて」

佐賀県聴覚障害者サポートセンター

〒840-0826 佐賀市白山二丁目 1-12 (佐賀商ビル4階)  
TEL: 0952-40-7700 FAX: 0952-40-7705  
メールアドレス: info@saga-mimisapo.jp  
ホームページアドレス: http://saga-mimisapo.jp/

日曜教室 維新博について学習

ろうあ者に向けた「肥前さが幕末維新博」について博覧会事務局からそれぞれ説明、質疑がありました。

博覧会は3月17日から来年の1月14日まで幕末維新記念館(市村記念体育館)、葉隠みらい館(旧三省銀行)、リアル弘道館(旧古賀家)をテーマ館として佐賀市内1kmを中心に、鳥栖市・唐津市のサテライト館で開催されること等の紹介がありました。1月28日



※イメージ・ロゴ 維新博ホームページより

博覧会の情報保障について要望

県内外から歴史マニアの聴覚障害者の来県が予想されることや、全国に向けて来県を呼びかけることから、手話通訳者等の配置や音声説明には字幕を付けることなどを要望しています。



インフルエンザが大流行中

センターの講座も欠席者が目立ってきた。例年2月から増えるB型の流行が1か月早まりA型の流行期と重なっているといわれている。



インフルエンザA型・B型の症状

A型	ウイルスが変異するため数年に一度世界的に流行する。38度を超える高熱や関節痛をもたらし、重症化しやすい
B型	A型に比べ症状は軽度。下痢や嘔吐(おうと)などをもたらず。高熱は出なく、インフルエンザと気づきにくい

インフルエンザ拡散防止のポイント

- ① 人混みを避ける
- ② 手洗いや手指のアルコール消毒
- ③ 加湿器などで室内の湿度を保つ
- ④ 十分な休養とバランス良い食事を取る
- ⑤ せきやくしゃみがでるときは、マスクを付けたり、口をおさえたりして飛沫(ひまつ)を飛ばさない



<開館時間>

9:30 ~ 18:00

<閉館日>

毎週月曜日、祝日