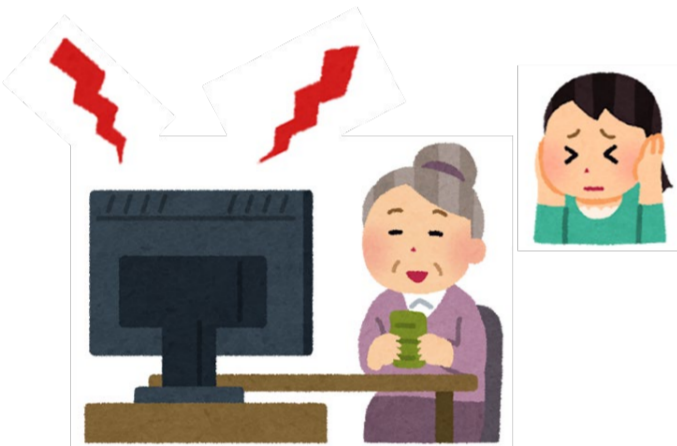


明けましておめでとうございます。おぎはら耳鼻咽喉科の言語聴覚士が月1回発行するカスタネット通信の第8号です。最近はお渡しするときに、「毎回楽しみに読んでいます」「いつもじっくり読んでいます」など、お声がけいただき、嬉しく思います。今年もよろしくお願いたします。

## 補聴外来について

オギジビでは火曜日午後に『補聴外来』を行っています。医師、言語聴覚士、認定補聴器技能者が協力し、難聴のある方それぞれの聴力や生活に適した補聴器を選んでいく外来です。開院以来、多くの方が「補聴器を作りたい」「補聴器を試してみたい」とオギジビを受診されました。補聴外来を行う中で難聴のある方やご家族のお話を聞き、“重要である”と考えたことを3つ挙げます。

### ① 難聴のある方本人が自身の聞こえを理解し、補聴器の必要性を理解する



家族は難聴のある方が見るテレビの音量に辟易していたり、近所に音漏れしていないか心配していたり、大声で話しかけても会話がなかなか成立しないので疲れてしまっていることがあります。一方、徐々に聞こえが悪くなった場合、本人は家族ほど困り感を抱いていないかもしれません。補聴器を装用していくためには、両者の困り感の差を埋めていくことが必要です。

### ② 聞きやすくなる状況を自身で作っていく

「聞こえの悪さ、補聴器の装用を友人や近所の人に知られたくない」「聞き返して何度も同じことを言ってもらったり、大きな声で言ってもらうのは気が引ける」といった発言をよく聞きます。聞こえの悪さを隠したり、言い直してもらうことを遠慮して会話が食い違ってしまふより、自分の聞こえの状態を相手に伝えた方が多い場合があります。その時に、「大声ではなく、ゆっくりはっきり話して欲しい」「話題を変えるときは、先に〇〇のことだけど、と伝えて欲しい」など、どうすれば聞きやすくなるかを相手に具体的に説明することが有用です。また、聞き取れなかった時に「え？」と聞き返すより、右の絵のようにどの部分が分からなかったのかを伝えると、相手は全部言い直さなくてすむので楽になります。



### ③ 難聴や補聴器について家族が理解を深める



左のような会話をよく耳にします。補聴器を装用したら、ちゃんと聞こえているか試したくなりますが、“はい・いいえ”で答えられる質問では聞こえているのかどうかの判断は困難です。帰宅後の予定、食べたい物など、具体的に答える必要がある質問をすると、補聴器の装用による聞こえの変化が分かりやすくなります。

補聴器を日常生活で上手に使いこなすためには、上記3つのことが大事です。





# 絵本マスター に聞きました!!

Q：子どもに合った絵本をどう選べば良いかわかりません。

A：絵本は買う人（大人）と読む人（子ども）が違うという珍しいジャンルです。「選ぶ」という行為は「偏る」をはらんでしまうため、子どもに合った絵本を選ぶ第一段階としてオススメしているのがロングセラー絵本と月刊絵本です。ロングセラー絵本は長い年月、その時代に間違いなく子どもたちが楽しんだという実績を積み重ねてきた本ですので安心して読むことができます。月刊絵本は出版社が季節や発達に合った言葉や絵の表現を考え、年間のラインナップを構成しているので、作品を選ぶ必要がありません。まずは大人の好みの影響を受けないロングセラーや月刊絵本を読んでみるのはいかがでしょうか。読む中で子どもの興味関心を知ること、自然と次の一冊を見つけられるようになります。

2020年度、オギジビ文庫に届く月刊絵本は「こどものとも0.1.2.」「こどものとも年少版」「ちいさなかがくのとも」です。本棚の上の段に並んでいます。ロングセラー絵本は下の段です。お楽しみください。

## 2021年の抱負



新年明けましておめでとうございます。写真は2020年のお正月に荻原先生とステーキを食べに行き、腹ごなしに皇居周辺をお散歩したときのものです。雲ひとつない、抜けるような青空ですね。この数カ月後から、こんな自粛生活を強いられるとは思っていませんでした。例年お正月は初売りに行くのを楽しみにしていたのですが、今年は混雑した場所に行くことは避けようと思い、年末からポチッポチッと初売り商品を購入しました。宅配業者の

方々に多大なご負担をおかけすることになりそうです。

さて、2021年の抱負ですが、『常に新しい情報に更新できるよう、勉強する』です。大学病院にいるときはなんとなく小耳に挟んで新しい情報が入ってくるということがありました。今は自分で積極性に動いて、情報を集める、知識を増やすということが大事だと考えています。今年もカスタネット通信では聴こえ、ことばの発達、発音などについて、皆様のお役に立つ情報をお届けしたいと考えております。本年もどうぞよろしくお願いたします。(井上理絵)

## 自分を励ます！

明けましておめでとうございます。

オリンピックで賑わうはずだった2020年はコロナ禍に揺れる大変な年でしたが、私にとっては、臨床の場で皆様と出会い、多くを学ぶ貴重な1年となりました。

2021年も新型コロナはそう簡単に去っては行かないでしょう。人と距離をとる、マスクをつける、あちこちお気楽には出かけないといった配慮が続くのでしょうか。

そんな状況下、私が年頭に心から思うのは想像力の大切さです。先の見えにくいこんな時は、小説や物語を沢山読み、自分を広げ励ますことを心掛けたいと思います。一方で新聞やネット情報をしっかりチェックして、異なる場で生きる多様な人たちに思いを巡らし、自分ができることを探り試みる1年にしたいとも思います。

皆様にとっても新年が、自粛に負けない新しいチャレンジの年となりますように。  
(鈴木恵子)

編集後記：丑の年は、先を急がず一步一步着実に物事を進めることが大切な年だそうです。

我慢の年でもあるようですが、我慢はもう十分ですね。

