

きこえのセルフチェックシート

普段から「聞こえにくさ」を感じていませんか？
難聴と認知症は深い関係があります。
ぜひセルフチェックしてみましょう。

		はい	時々	いいえ	
E1	初対面の方と話すとき、聞こえないことによって困ったことはありますか？				
E2	ご家族との会話で聞こえないことによってストレスを感じますか？				
S3	小さな声で話しかけられた時に困る事がありますか？				
E4	聞こえないことで不利益を受けることがありますか？				
S5	ご友人や親類、近所の方と話していて聞き取れず困った事がありますか？				
S6	よく聞き取れないために集会や会合に出ることをためらう事がありますか？				
E7	聞こえない事についてご家族と話をすることはありますか？				
S8	テレビやラジオの音が聞こえにくい事がありますか？				
E9	聞こえないことでやりたいことが十分にできないと感じる事がありますか？				
S10	レストランや食堂で話がよく聞き取れないと感じる事がありますか？				
		合計	× 4	× 2	× 0
		得点			
		総得点			

このチェックシートは世界的に使用されている難聴障害度質問票（Hearing Handicap Inventory for Elderly-Screening：HHIE-S）の簡易版です。

総得点が

10点以上・・・軽度から中程度の難聴の可能性あります。

24点以上・・・重度の難聴の可能性あります。

10点以上の場合、または聞こえが気になる場合は、早めにかかりつけ医や耳鼻科医に相談しましょう。