

## 聴こえ8030運動(80歳で30デシベル)について

私が所属している、日本耳鼻咽喉科頭頸部外科学会では、『聴こえ8030運動』をテーマに、80歳で30dB(デシベル)の聴力を保てるように、全年代に加齢性難聴の周知、聴力検査などの耳鼻科への受診啓発、補聴器装用率の向上を目指し、国民啓発運動を行っています。ちなみにdB(デシベル)とは、音の強さの単位で、30dBとはささやき声が聞こえる音の大きさです(図)。

加齢性難聴者数は1437万人と推定され、60歳以上の3分の1、70歳以上の約半数が該当します。その一方で難聴の自覚症状があっても医師を受診する人の割合は約4割で、5~8割程度を占める他の先進国に比べて、低いことが指摘されています。加齢性難聴が疾病であるという認識が不足しているんですね。

加齢性難聴を放置すると、社会的孤立に陥る確率が**2.78倍**、うつ病の発生率が**1.48倍**、認知症の発生率が**1.37倍**になると報告されています。難聴は、社会的孤立、うつ・不安の増加、認知症のリスクを上げています。

生活の中で聞き取りづらさを感じるなら補聴器の利用が勧められますが、補聴器の利用率も他の先進国と比べてわが国は**約3分の1**と低い数字に留まっています。

補聴器を着けた場合は、着けない場合に比べ、うつや不安の発生率が**14%減少**、転倒の発生率は**13%減少**したとの報告や、補聴器を着けた人は認知機能が衰えるリスクが**19%低い**など、補聴器の有効性を示す報告が増えています。

歯に関しては、“8020運動(80歳で20本以上の歯の維持を目標にする)”という言葉聞いた方は多いと思います。これに習って、『聴こえ8030運動』は、難聴を少しでも早く予防し、健康的で質の高い生活を維持しようという運動です。具体的には、現在、80歳で30dBの聞こえを維持している人の割合は30%ですが、20年後には50%へ増えていくことを目指しています。

当クリニックのスマイル通信では、2, 9, 11, 14, 19, 27-29号にも難聴に関連する話を載せています。聴力に不自由せず、会話や音楽が楽しめ、豊かな生活を過ごすことができるよう、お手伝いができればと思っています。



## マイナンバーカードの保険証利用について

当クリニックは、受診した患者さんに対し、受診歴、薬剤情報、特定検診情報  
 その他必要な診療情報を取得・活用することにより質の高い医療提供に努  
 めるため、**オンライン資格確認を行う体制**を有しています。また、マイナン  
 ーカード保険証利用の際に使用する顔認証付きカードリーダーを、令和6年  
 4月より2台に増設しています。

マイナンバーカードの保険証利用(マイナ保険証での受診では「限度額適用  
 認定証」が不要です)、電子処方せん利用に、ご協力お願いいたします。



## インターネットでの受付予約について

患者さんの待ち時間や、待合室での密を  
 少しでも無くすため、当院ではイン  
 ターネット(ネコの目システム)  
 での受付順番予約および待合状  
 況確認を使用しています。



### インターネットでの受付順番の予約時間帯

#### 予約時間帯

月・火・木・金曜日… 9:30から11:30までと、  
 14:30から17:00まで

水・土曜日……………9:30から11:30まで

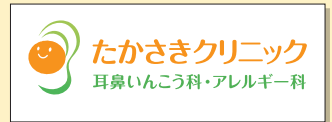
- 時間帯の指定は出来ません。また、午前外来は午前の時  
 間帯にしか、午後外来は午後の時間帯にしか、予約はとれ  
 ません。
- インターネットで予約を取られた方は受付番号と通知番号  
 が必要です。受診時に窓口で2つの番号を受付に伝えてく  
 ださい。
- お取りいただいた時刻より1時間以上クリニック窓口で  
 の受付が遅れた場合、また診療受付時間午前12時15分、  
 午後5時45分を過ぎた場合は、キャンセルとし、新たに順  
 番をとっていただきます。

## クリニック窓口での受付時間について

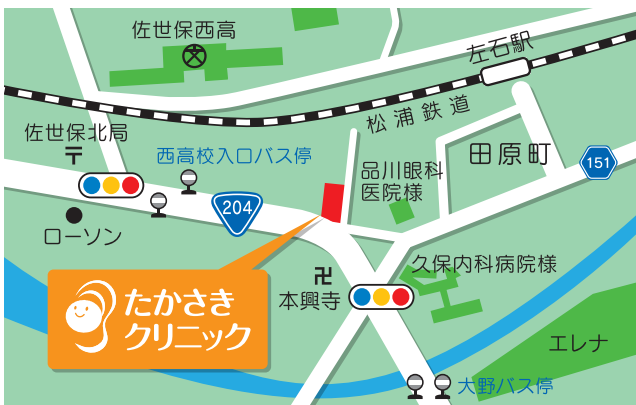
- クリニック窓口での受付時間は、  
 午前は、8時15分から 12時15分まで、  
 午後は、14時から 17時45分まで です。
- 受付開始前は、**一般診療の患者さんは、院内に  
 入ることはできません。**
- 受付番号と診療順番は、診療内容によって、異  
 なることがあります。  
 よろしくお願いいたします。

## 当院指定の駐車場に関して

当院指定駐車場  
 は、**当院横2台、吉田  
 駐車場2-7,19-21  
 番、大野方向変換  
 場駐車場(旧市営駐車場)1-5番**の合計16台分  
 です。当院の看板を立てています。  
 他の場所には駐車しないでください。駐車場は  
**禁煙**です。ご協力お願いします。



## ● アクセス



## ● 駐車場マップ



〒857-0136 長崎県佐世保市田原町17-10  
**TEL.0956-76-7379** FAX.0956-76-7363

たかさきクリニック <http://takasaki-clinic.org> HPはこちら→



当日の順番予約と  
 診察待合状況の  
 確認はこちらから→



《日曜・祝日 休診》