

12

主題： ヒアリングフレイルを学ぶ

副題： 「町トレ」を通してみんな仲良く・楽しく健康寿命を延ばす活動
を続ける地域コミュニケーション部 門： 施設 在宅 地域包括ケア 市民活動

事業所種別・名称 高齢者支援課高齢者健康づくり担当事業・自主グループ町トレ「和」

発表者：石川 信司

アドバイザー：大橋 彩子

共同者：濱田秋子、河合朋子、保坂和可子、麓幸子、渡辺明美

電 話：070-2429-9523

e-mail：1944shinji@jcom.zaq.ne.jp

FAX：

URL：

今回の発表の事業所
やサービスの紹介 自主グループ町トレ「和」代表 麓 秀範、毎週土曜日（月4～5回）

《1. 研究前の状況と課題》

町トレの現場を観察していると、参加者の中に加齢性難聴の方がいらっしゃることに気づいた。私たちは【聞きづらいという老化現象】を正しく理解していないため、毎週逢っていても仲間の難聴に気づかず、気づいたとしても対応の仕方もわからない状況にいる。お互いに口に出すことがためられることも加わり適切な対応を遅らせている。

2023 年 11 月、町田市高齢者支援課が主催する町田圏域認知症サポーター交流会にて既述の体験を話して医療・介護の専門分野の方のアドバイスを求めた。

町田市医師会と市が共催する「ヒアリングフレイルと認知症予防の取り組み」のセミナーを視聴することを勧めてくれた。

《2. 研究の目標と期待する成果・目的》

セミナーで難聴に関する正しい知識を学び、難聴の方々と共に共生できるふれあいを目指す。

難聴の方が社会参加を控え、孤独感から要介護状況に進行するリスクを少しでも小さくする。

《3. 具体的な取り組みの内容》

- (1) 健康づくり Learning を 15 回開催。
- (2) 町田市医師会・市共催『ヒアリングフレイル講演会』聴講（2024 年 3 月 17 日）
- (3) ワーキングチームを編成【仲間だから～いつもと何か違う～を気づけるポイントを発見

し、必要に応じて高齢者支援センターに相談して介護予防サービス他の支援につなげる。】

《4. 取り組みの結果と考察》

- (1) ヒアリングフレイルに関する正しい知識を学び難聴に対する理解を深めることができた。これにより町トレ参加者に見られた偏見や誤解を解消することができた。
- (2) 難聴の方が周囲を気にせずに《聴え難いサイン》を送ることを実施。最前列を難聴の方用リザーブ席に設置。難聴を理解する環境を整備。
- (3) 言葉による伝達に DVD、パワーポイント、資料配布等も加えて、スタッフ側の《伝える力》を工夫して高めた。

《5. まとめ、結論》

町トレ参加者の中で 2 名が難聴（ヒアリングフレイル）を告白。サイレントフレイルの高齢者（3 名）は行動を変容してすぐに耳鼻咽喉科を受診した。仲間と楽しく運動できる「町トレ」を通じて、本来の目的『みんな仲良く楽しく健康寿命を延す』に励んでいる。

《6. 倫理的配慮に関する事項》

体験報告を行うにあたり、ご本人ならびに各事業者に原稿を提示して口頭にて確認し、本研究発表以外に使用しないことを説明し、それにより不利益を被ることはないことを説明し、回答をもって同意を得たこととした。