

自分の難聴について説明する

2020年度版

「資料1」は、難聴についての「一般的な情報をまとめた説明資料」です。

「資料2」には、難聴のあるご本人やご家族が、「自分専用の説明資料」を作るのを助ける情報が書かれています。これを参考に「自分専用の説明資料」を作ってみませんか。まず説明したい情報を整理する作業をします。(1)自分の聞こえにくさ、(2)補聴手段や会話手段、(3)困ること、(4)してほしい協力の4点で、情報を整理します。それを基に説明資料を作成していきます。後半に、説明資料の例文を紹介しています。

「資料1」のコピーと、「自分専用の説明資料」とを、併せて読んでいただくことにより、より正確に自分の難聴について周りの人々に理解していただくことができるでしょう。

さっぽろ子どもの聞こえ相談ネットワークを作る会

この資料の構成と使い方

「難聴について周りの人へ説明する資料2」は、「自分専用の説明資料」を作成するために参考になる情報をまとめた資料になっています。

この資料の前半は、説明したい内容を頭の中で整理するための解説と記入スペースです。後半は、説明したい内容を文章にするときのポイントと例文をいくつか紹介しています。

前半部分では、見開きの左ページに解説が、右側のページに自分で選択し記入する項目があります。自分に当てはまる項目、または、自分もそう思うという項目には〔 〕の中に○をつけます。強くそう思うという項目には◎をつけます。また、() には数値やことばを記入します。この作業をすることによって、自分の難聴について説明できる内容には何々があるかを整理していきましょう。

次に、これら整理した情報を基に「自分専用の説明資料」を書いていきます。これらの項目を全て書く必要はありません。「今、この人たちに分かってほしい」という内容を選んで文章にしましょう。また、「資料1」の内容に付け加えたいことだけを書くのもよいでしょう。逆に、この資料にはない内容も加えてもよいです。この資料の内容はあくまでも参考として、自分らしいことばで説明文を考えてみてください。

誰が説明資料を作成するのがよいか

では、誰がその説明資料を作成するのがよいのでしょうか。基本的には、難聴のあるご本人が自分のことばで説明文を書くことがよいと思います。とはいっても最初からご本人が一人で書くのは難しいかもしれません。そこで家族の方、あるいは聾学校やきこえの教室の先生、言語聴覚士の先生などに協力してもらいながら説明文を書いてみるのがよいでしょう。また、ご本人がまだ年少の場合には、ご家族が代わりに書いてもよいと思います。

ご本人、ご家族、専門職の方が話し合い、共通理解を図りながら説明資料を作成し、それを年度更新していくような話し合いを続けていくのもよいかもしれません。

I. 自分の聞こえにくさを説明する

1. 聞こえにくさの程度を説明する
2. 難聴の程度の分類で説明する
3. 聞こえにくさの特徴について説明する
4. 聞こえることと、分かることを区別して説明する
5. テレビや放送、電話の音声に分かるかどうか説明する
6. いつごろから、どのような原因で聞こえにくくなったか

II. 補聴手段やコミュニケーション手段について説明する

1. 補聴器や人工内耳をつけているか
2. 主に使っているコミュニケーション手段
3. コミュニケーション援助手段
4. 遠距離コミュニケーションの手段

III. 聞こえにくさがあって困ることや心や体の負担について説明する

1. 会話の音声が見えにくくて困ること
2. 会話の内容が理解しにくくて困ること
3. 心の負担
4. 体の負担

IV. 周りの人にしてほしい協力について説明する

1. 周りの人に理解や協力を求めるか、求めないか
2. 会話の手段について
3. 会話の仕方についての協力
4. コミュニケーション援助手段の活用について

V. 説明する文章を作成する

1. 文章作成のポイント
2. 例文1 保護者から幼稚園の先生や保護者へ（中等度難聴）
3. 例文2 保護者から小学3年生の先生へ（片耳難聴）
4. 例文3 保護者から中学1年の学級の先生・友人へ（高度難聴）
5. 例文4 本人から大学の先生・友人へ（中等度難聴）
6. 例文5 本人から職場の仲間へ（重度難聴）
7. オーディオグラム

I. 自分の聞こえにくさを説明する

1. 聞こえにくさの程度を説明する

聞こえにくさの程度を説明するときには「聴力レベル」という尺度を使います。単位は dB（デシベル）です。「右耳の聴力は 55 dB で、左耳が 80 dB です。補聴器をつけた時は 35 dB ぐらいになります。」というように使います。「聴力レベル」を略して「聴力」という場合があります。また周波数を特定していない場合は、「平均聴力レベル」のことを指している場合が多いです。

2. 難聴の程度の分類で説明する

「聴力レベル」を使って説明してもよいのですが、一般的にはこの数値の意味を分かっている人は少ないかもしれません。そこで「難聴の程度の分類」を使って説明することもできます。例えば、「右耳は中等度難聴で、左耳は高度難聴です。補聴器をつけると軽度難聴程度になります。」というような説明の仕方でもできます。

3. 聞こえにくさの特徴について説明する

人によって、聞こえにくさの特徴があるかと思います。例えば、「低い音より高い音が聞こえにくいですが、大きな高い音はうるさく感じてしまいます」などのように。また具体的に、「体温計のピーピーという音が聞こえません」、「リコーダーの音がうるさく感じます」「太鼓の音を聞くと気分が悪くなります」などの説明の仕方でもできます。

4. 聞こえることと、分かることを区別して説明する

「人の話がどのくらい聞こえるの？」という質問に対して、「聞こえにくいです」と言っても正確に説明したことになりません。ここで大切なことは、「会話の音声聞こえるかどうか」と「会話の内容が分かるかどうか」とを区別して説明することです。例えば「人工内耳をつけないと、全く聞こえません。つけると声がいくらか聞こえるようになりますが、それだけで話の内容を理解することは難しいです。口の動きが見えたり話題が分かると理解できることがあります。」といった説明ができます。

5. テレビや放送、電話の音声分かるかどうか説明する

人と直接会話する場面では何とか会話に通じても、電話やスピーカーから出る音声は聞こえない、あるいは聞こえても分からない、ということがあるかと思います。電話が掛けられない場合や、放送のアナウンスが分からない場合は、そのことを周りの人に理解してもらえるように説明してみましょう。緊急時の放送などがあったときに、その内容を周りの人から教えてもらえるとよいですね。

6. いつごろから、どのような原因で聞こえにくくなったか

このことは、必ずしも説明しなければならない内容ではありません。説明したくない場合もあるかもしれません。でも説明することによって、理解が深まる場合がありますので、差し支えない範囲で説明してみましょう。

() 自分に当てはまる・そう思う項目に○を、強くそう思う項目に◎を記入。() 数値やことば・文を記入。

1. 聞こえにくさの程度

聴力レベル 左耳 () dB 右耳 () dB 補聴器や人工内耳をつけた時 () dB

2. 難聴の程度の分類

	左耳	右耳	補聴器や人工内耳をつけた時
正常範囲	~24dB ()	()	()
軽度難聴:	25dB~39dB ()	()	()
中等度難聴:	40dB~69dB ()	()	()
高度難聴:	70dB~89dB ()	()	()
重度難聴:	90dB~ ()	()	()

3. 聞こえにくさの特徴

- () 低い音より高い音がより聞こえにくい。
 () 高い音より低い音がより聞こえにくい。
 () 大きな音がひどくうるさく感じる。 例えばどんな音が?()

4-a 会話の音声聞こえるかどうか？(静かな場所で、家族との日常会話。)

	左耳	右耳	補聴器や人工内耳をつけた時
ほとんど聞こえる	()	()	()
時どき聞こえないところがある。	()	()	()
時どき聞こえるところがある。	()	()	()
ほとんど聞こえない。	()	()	()

4-b 会話の内容が、聞いて分かるかどうか？(静かな場所で、家族との日常会話。)

	左耳	右耳	補聴器や人工内耳をつけた時
ほとんど分かる	()	()	()
時どき分からないことばがある。	()	()	()
話題を知っていれば何とか分かる。	()	()	()
時どき分かることばがある。	()	()	()
ほとんど分からない。	()	()	()

5. テレビや放送、電話の音声分かるかどうか。(補聴器や人工内耳をつけた時)

	ほとんど分かる	一部分かる	ほとんど分からない
テレビの音声の話している内容	()	()	()
電話の音声の話している内容	()	()	()
館内放送の音声の話している内容	()	()	()
マイク、スピーカを通した音声	()	()	()

6. いつごろから、どのような原因で聞こえにくくなったか？

いつごろから？ () 生まれつき () 歳ぐらいから () の後から。
 原因は？ () 原因は不明 原因は ()

Ⅱ. 補聴手段やコミュニケーション手段について説明する

1. 補聴器や人工内耳をつけているか

補聴器や人工内耳について知っているけど、詳しいことはよく分からないという人が多いかと思います。補聴器をつければ、全て聞こえるようになると誤解している人もいるかもしれません。必要に応じて、有効性と限界について説明するとよいかもしれません。

また、小さなお子さんの場合には、電池の交換方法などの簡単な取り扱い方を、周りの大人が知っている方がよいです。また、周りの子どもがいじったり、からかったりしないように「これは〇〇さんにとって大切な機械です。」ということを説明しておくといよいでしょう。

2. 主に使っているコミュニケーション手段

難聴のある人のコミュニケーション手段としては、①聴覚活用、②読話、③筆談、④手話があり、実際には、相手や状況によってこれらを組み合わせたり、使い分けたりしていると思います。

①と②は同時に行う場合が多いと思いますが、どちらを主にして会話を理解しているかは、周りの人が見ても分からないので、そこを説明する必要があります。

①～④の中で、自分はどれを一番大切にして会話をしたいと希望しているかを、周りの人に理解してもらうことは大切です。

また、①と②のことを、「口話」とか「聴覚口話」と表現する場合がありますが、このことばは、一般的には分かっている人が少ないと思います。相手や状況に応じて使い分けましょう。

3. コミュニケーション援助手段

難聴のある人を助けるためのコミュニケーション援助手段が、色々と考えられています。自分がこれまでどのような援助手段を使ってきたか、また、今後使いたいと希望しているかを周りの人に説明しておくことは、協力関係を作っていくために大切です。

4. 遠距離コミュニケーションの手段

電話に替わる遠距離コミュニケーション手段が発達してきています。自分が使っている方法やアドレスを説明しておくことは、周りの人とのつながりを作る上で大切になります。

() 自分に当てはまる・そう思う項目に○を、強くそう思う項目に◎を記入。() 数値やことば・文を記入。

1. 補聴器や人工内耳をつけているか？

右耳に() 補聴器をつけている () 人工内耳をつけている () つけていない

左耳に() 補聴器をつけている () 人工内耳をつけている () つけていない

特殊な補聴器をつけているか？

() 骨導補聴器 () 埋め込み式骨伝導補聴器(BAHA) () CROS補聴器

2. 主に使っているコミュニケーション手段

() 音声言語による会話(主に耳で聞いて、その他の手段も使いながら理解している。)

() 音声言語による会話(主に口の動きを見て、その他の手段も使いながら理解している。)

() 書記言語による会話(主に筆談で、その他の手段も使いながら理解している。)

() 手話言語による会話(主に手話で、その他の手段も使いながら理解している。)

3. コミュニケーション援助手段

() FMワイヤレスマイクを活用することがある。

() デジタルワイヤレス補聴援助システム(ロジャー)を活用することがある。

() 音声認識アプリ(UDトーク)を活用することがある。

() 聴覚障害者コミュニケーション支援アプリ(こえとら)を活用することがある。

() 要約筆記を活用することがある。

() 手話通訳を活用することがある。

() ノートテイクを活用することがある。

() その他()

4. 遠距離コミュニケーションの手段

() 電話を使っている。

() 電子メールを使っている。

() LINEを使っている。

() ファックスを使っている。

() 電話リレーサービスを使っている。

() その他()

※「ロジャー」は、デジタル信号の電波を利用したワイヤレスマイクで、FM電波を利用したFMワイヤレスマイクをより高性能にしたものです。

※「UDトーク」は、インターネット回線を利用して、音声を文字に即時変換して、スマホやタブレットに表示するアプリケーションの一つです。この他にも、いくつかの方式があるようです。

Ⅲ. 聞こえにくさがあることで困ることや心や体の負担について説明する

1. 会話の音声がかえにくくて困ること

近年、補聴器や人工内耳が大変進歩し、昔と比べて会話の音声がかき取りやすくなっています。それでも音声をろうじて聞き取っている状態かと思ひます。音声の大きさの变化や騒音の大きさの变化によって、音声が聞こえたり聞こえなかったりするかと思ひます。ところが周りの人は、聞こえている場面だけを見て、「聞こえている」と誤解することがあります。どのような状況・範囲では聞き取れ、どのような状況・範囲では聞き取れないかを、自分なりの説明の仕方を考えてみましょう。

2. 会話の内容が理解しにくくて困ること

難聴のある人は、耳で聞き取れたわずかな情報と、目で見た情報を総合して会話の内容を理解しようと努力します。それでも話し手の話し方や会話の内容、視覚情報の有無など状況によって、会話の内容が理解できたり理解できなかったりすると思ひます。周りの人は会話が理解できた場面を見て、「理解している」と誤解することがあります。どのような状況が理解を助けるのか、どのような状況が理解を妨げるのか、自分なりの説明の仕方を考えてみましょう。

3. 心の負担

難聴のある人が、音声だけで人と会話する場面では、強い集中力が必要ですし、頑張って会話しても不確実な会話になるのではと不安になるかと思ひます。筆談や手話のように見て分かる手立てがなく、音声だけで会話する場合は、何らかのストレスを感じるというてよいでしょう。しかし、周りの人はそのことに気づかないかもしれません。

学校や職場などで、複数の人の会話に入って会話するときには、さらに強いストレスを感じるかもしれません。緊張や不安、心配など、心の負担が大きくなります。うまく分かり合えない時には疎外されていると感じるかもしれません。そのようなことが繰り返されると、人によっては会話することを諦めてしまうかもしれません。それはとても深刻な事態です。

感じているストレスなど、自分の気持ちを人に説明することはとても難しいことかもしれません。まずは、上記の1と2にあるような、できそうな説明を試みましょう。そのような取り組みをして、周りの人とのつながりを作りながら、自分の気持ちを伝える工夫を考えてみてはどうでしょう。

深刻な事態にならないよう予防するためにも、このような周りの人に理解してもらう取り組みは大切と思ひます。

4. 体の負担

心の負担の他に、体に負担がある場合があるかもしれません。例えば、大きな音を聴き続けると、めまいや耳鳴りがしてくる場合や、長い時間会話をするとても疲れるなど、体の負担になることがある場合は、そのことを事前に周りの人に理解しておいてもらうことも大切です。

() 自分に当てはまる・そう思う項目に○を、強くそう思う項目に◎を記入。() 数値やことば・文を記入。

1. 会話の音声が聞こえにくくて困ること

- () 人の声の大きさの変化によって、聞こえたり聞こえなかったりする。
- () 話し手との距離の変化によって、聞こえたり聞こえなかったりする。
- () 周りに騒音があるかないかによって、聞こえたり聞こえなかったりする。
- () 後ろから話し掛けられると聞こえない。
- () 聞こえにくい耳の側から話しかけられると聞こえない。
- () どの方向から音が聞こえてくるかが分からない。
- () どのような場合でも、人の話す声はほとんど聞こえない。
- () その他 ()

2. 会話の内容が理解しにくくて困ること

- () ゆっくりとした話は理解しやすいが、早口の話は理解しにくい。
- () 話し手の口の動きが見えると理解しやすいが、見えないと理解しにくい。
- () 知っていることばは理解しやすいが、初めて聞くことばは理解しにくい。
- () テーマがつかめると理解しやすいが、テーマがつかめないと理解しにくい。
- () 話し相手が一人だと理解しやすいが、相手が複数だと理解しにくい。
- () よく知っている人の話は理解しやすいが、知らない人の話は理解しにくい。
- () 文字の手掛かりがあると理解しやすいが、手掛かりがないと理解しにくい。
- () 手話があると理解しやすいが、音声会話だけだと理解しにくい。
- () 人の話を理解しようと集中するが、集中力が切れると理解できなくなる。
- () 気持ちが落ち着いているときは理解できるが、不安になると理解できなくなる。
- () その他 ()

3-a 心の負担（人と会話することについて）

- () 初めての集まりに参加して、強い緊張や不安（ストレス）を感じたことがある。
- () 人と会話するときに、強い緊張や不安（ストレス）を感じたことがある。
- () 人と会話することを恐れて、会話をさけようとしたことがある。
- () その他 ()

3-b 心の負担（学校や職場の中で）

- () みんなの会話の中にうまく入ることができず、困ったことがある。
- () 無視したつもりはないのに、「無視した」と言われる。
- () 自分が周りの人々から、一人外れていると感じたことがある。
- () その他 ()

4. 体の負担

- () 大きな音を長時間聞くと体調が悪くなる。 どのようになる？ ()
- () 人と会話するにはエネルギーが必要で、長時間会話をするとすごく疲れたことがある。

IV. 周りの人にしてほしい協力について説明する

1. 周りの人に理解や協力を求めるか、求めないか

難聴のある人の中でも、周りの人に理解や協力を求めるかどうかについては色々な考え方があります。人によっては、周りに知られたくない、理解や協力を求めたくないと思う人もいるかもしれません。ただ、どのような理解を求めるか、どのような協力を求めるかについては、様々な選択肢がありますから、この機会に検討してみてもいいかもしれません。

2. 会話の手段について

音声会話と筆談と手話の中から、自分はどの手段を使って会話をしたいと希望するかを周りの人に分かってもらうと都合がよいです。どの手段にもメリット、デメリットがあります。様々な会話場面によってどのように手段を使い分けるのか、どのような補助手段を使うのかなど、周りの人に説明し、提案し、相談していくことを考えてみましょう。

3. 会話の仕方についての協力

前のページで検討した、難聴があつて困ることを踏まえて、どのようなことに気をつけて会話をしてほしいかを説明する方法を考えてみましょう。例えば「資料を指さしながら説明していただけて嬉しかったです。ただ、資料と顔のどちらを見てよいか困りました。資料を顔の近くにもってきて話していただけると、資料と顔とが同時に見れてなご分かりますよ」というように、困っていることと、してほしいことをセットで説明してみましょう。周りの人が、なるほどそれならできる、協力しようと思ってもらえるような説明の仕方を考えてみましょう。

4. コミュニケーション援助手段の活用について

難聴のある人が会話することや視聴覚することを援助する方法としては、ロジャーやUDトーク、板書やプレゼン、要約筆記や手話通訳、ノートテイクや字幕放送など様々あります。

また、会話や視聴覚する場面としては、授業や話し合い学習、講義やゼミ、会議やミーティング、講演会や研修会、自由会話場面と様々あります。

それぞれの場面に応じた援助手段を考え、周りの人に説明し提案し相談してみましょう。

お互いに離れた場所にいるときの連絡手段を、事前に確認しておくことが必要になります。

緊急事態時の情報保障などをどのようにするかを、事前に確認しておくことも大切になります。

[] 自分に当てはまる・そう思う項目に○を、強くそう思う項目に◎を記入。() 数値やことば・文を記入。

1. 周りの人に理解や協力を求めるか、求めないか。

- () 自分に難聴があることを、周りの人に知られたくない。
- () 自分に難聴があることを理解してほしいが、特別扱いはしてほしくない。
- () 自分に難聴があることを理解してほしい。様々な協力をしてほしい。

2. 会話の手段について

- () 声を出して会話してほしい。＜音声会話＞
- () 文字に書いて会話してほしい。＜筆談＞
- () 手話や指文字を使って会話してほしい。＜手話＞

3. 会話の仕方についての協力

- () 少し大きめの声で、ゆっくり、はっきりと話してほしい。
- () あまり大きな声で、区切って話す話し方は、かえって分かりにくい。
- () 顔を見て、正面から話してほしい。
- () できれば静かな場所で話してほしい。
- () 周りがうるさい場所では、聞こえやすい(左・右) 耳の近くから話してほしい。
- () 皆で話し合ったことの要点をまとめて説明してほしい。
- () できるだけ、文字に書いて会話してほしい。
- () できれば周りの人々に、日常必要な手話を少しずつ覚えてほしい。
- () その他 ()

4. コミュニケーション援助手段の活用について

- () 必要に応じて、ロジャーを使ってほしい。
- () 必要に応じて、UDトーク（または、こえとら）を使ってほしい。
- () 必要に応じて、要約筆記者の派遣を要請してほしい。
- () 必要に応じて、手話通訳者の派遣を要請してほしい。
- () 必要に応じて、ノートテイカーをつけてほしい。
- () 授業や講義、会議では、板書やプレゼンを多用してほしい。
- () 話し合い学習やゼミ、ミーティングでは、紙に書くことを多用してほしい。
- () 電話の代わりに、電子メールやファックスを使ってほしい。
- () 校内放送や社内放送の内容を説明してほしい。
- () 緊急事態や災害時に、状況を説明してほしい。
- () その他 ()

V. 説明する文章を作成する

1. 文章作成のポイント

実際に周りの人に自分の難聴について理解してほしい、説明をしたいという場合に、口頭で話すにしても、手紙として読んでもらうにしても、文章にまとめる必要があります。その文章を作成するポイントを説明します。

(1)理解してもらう相手を決める

先生や上司に理解してもらう、クラスや職場の仲間に理解してもらう、特定の友人や仲間に理解してもらうなど、様々な場合があるかと思います。あるいは、誰に読んでもらってもよいように自分の難聴についてまとめた説明文を一つ作っておくという方法もあるかもしれません。

(2)理解してもらう内容を決める

前半では、①自分の聞こえにくさ、②補聴手段やコミュニケーション手段、③難聴があつて困ること、④周りの人にしてほしい協力、の四つについて、項目を選択したり、記入したりしました。この中から今、この人たちに理解してほしいという内容を選んでメモしてみましょう。この中になかったことでも理解してほしいことがあればメモしておきましょう。

また、難聴以外のことでも自分を紹介する内容、例えば、好きなことや苦手なこと、自分の目標や皆と一緒にやりたいことなどをメモしておくのもよいでしょう。自己アピールをする文章を求められることもありますから、自分について理解してほしいことを整理しておく役にも立つかもしれません。

(3)文章にまとめる

内容が決まったら、文章にまとめていきます。うまく文章にまとめるコツは、読む人のことを考えながら書くことです。どんな言葉遣いをするか、どこで文章を区切るか、どう言葉をつなぐかなど、読む人の立場になって読みやすい分かりやすい文章になるように考えながら書きます。文章全体の量も、あまり長い文章は喜ばれません。すっきりと読みやすい文章になるよう考えましょう。伝えたい要点を箇条書きにする方法もあります。書きたい内容がたくさんある場合は、2～3回に分ける方法もあります。

(4)読み直して修正する

自分で何度も読み返して修正していきます。すこし時間を置いて読み返すのも効果的です。誰かに読んでもらって、意見をもらうのもよい方法です。

2. 例文1 保護者から幼稚園の先生や保護者へ（中等度難聴）

〇〇〇幼稚園の先生方
コアラ組の保護者の皆様

私たちは、この度コアラ組でご一緒させていただく〇〇 ゆうたの父と母です。どうぞよろしくお願いいたします。

ゆうたの耳は、生まれつき中等度の難聴があり、両耳に補聴器をつけて人の話を聞いています。家庭では家族の話をだいたい聞き取っているようですが、幼稚園でどのくらい聞き取れるのか心配をしています。この点をご理解をいただき、仲よくしていただけるとありがたいです。

二つ心配があります。一つ目は、後ろから声を掛けられても分かりません。正面から話しかけると分かるようです。二つ目は、補聴器はめずらしいので、お友達がいじったりしないかです。

そこで、お子さんに「ゆうた君は、耳が聞こえにくいから、補聴器を使って皆のお話を聞いていること。補聴器は、ゆうた君にとってとても大切な機械だから、いじったりしないこと。後ろからお話ししても分からないから、前からお話しすること。」をお話ししてあげてください。

ゆうたは、ちょっと人見知りがありますが、公園で弟と一緒に元気にジャングルジムや滑り台で遊んでいます。サッカーボールを蹴ることができるようになり喜んでいます。アンパンマンが大好きです。

どうぞよろしくお願いいたします。

〇〇〇〇年4月〇日

父 〇〇 〇〇〇 母 〇〇〇

3. 例文2 保護者から小学3年生の先生へ（片耳難聴）

3年2組 ○○ ○○ 先生

まゆみが大変お世話になっております。

今日、始業式から帰って来まして、「○○先生、優しかった」と喜んでいました。また、座席の配慮をしていただき、ありがとうございました。

既に○○先生から引き継ぎをされているかと思いますが、改めてまゆみの難聴のことについて説明させていただきます。どうぞよろしくお願いいたします。

まゆみの右耳は、平均聴力レベル18dBで正常範囲です。左耳は、同105dBで、重度難聴です。補聴器を試したことはありますが効果があまりなく、現在は付けていません。

片耳の難聴のため、日常生活の中で聞こえていないようには見えません。それでも本人が困っていることは、音の来る方向が分からないことです。名前を呼ばれても、どこから呼ばれたかが分かりません。まゆみに話しかけるときは、本人の正面から話しかけてください。

また、周りがうるさいところでは、人の話が聞き取りにくいようです。色々な音の中から、話している人の声を聞き分けるのが難しいようです。騒音のあるところで、まゆみに話しかけるときは、右耳の近くで話しかけると、分かりやすいようです。

これまでの経験では、話し合い学習や給食時間、休み時間に、友達からの話が聞き取りにくいと話していました。このような場面で、気をつけて見ていただけるとありがたいです。

クラス替えがありましたので、新しいお友達へも先生から、以上のようなこととお話ししていただけるとありがたいです。

どうぞよろしくお願いいたします。

○○○○年4月○日

○○○ ○○

4. 例文3 保護者から中学1年の学級の先生・友人へ（高度難聴）

1年2組 ○○ ○○ 先生 学級の皆さんへ

この度、○○中学校に入学しました ○○ 直人 の父と母です。よろしくお願いします。

直人は難聴があり両耳が聞こえにくいです。本人とも相談して、どのように聞こえにくいのかと、どのような協力をしてほしいかを、以下のようにまとめました。

ご理解とご協力をいただけるとありがたいです。

- ・右耳は聴力が85dBの高度難聴で、補聴器を使って音を聞いています。
- ・左耳は聴力が95dBの重度難聴で、人工内耳を使って音を聞いています。
- ・補聴器と人工内耳を使うと聴力は約35dBで軽度難聴程度の聞こえにくさになります。
- ・人が話す声（約40～60dB）がかろうじて聞こえるか聞こえないかというところです。
- ・声が小さかったり、離れていたり、周りがうるさかったりすると聞こえないことがあります。
- ・声が聞こえても、会話の内容が理解できず困ることもあります。
- ・先生には、ワイヤレスマイクを付けていただくことになっています。
- ・困るときは、後ろから呼ばれたとき。マスクをして口が見えないとき。早口で話されるときです。
- ・嬉しいときは、正面から、ことばをはっきり話してくれたとき。分からないときに、繰り返して話してくれたり、紙に書いてくれたときです。
- ・一対一の会話であれば、分からないことは少ないですが、グループでの話し合いのときは、分からないことが多くなります。今何の話をしているのかを教えてもらえると嬉しいです。
- ・さらに、校内放送や全校集会、英語のリスニングなど、スピーカーから流れる音声を聞いて理解することはかなり難しいです。校内放送の内容を教えてもらえると嬉しいです。
- ・集会や委員会の話し合いのときに、どなたかにホワイトボードや紙に話し合いの要点を書いてもらえると大変嬉しいです。

皆さんと同じように直人にとっても中学校生活は大切な学びの機会です。皆さんの協力によって、直人の中学校生活が楽しく実り多いものになることを願っています。どうぞよろしくお願いします。

○○○○年4月○日

父 ○○ ○○○ 母 ○○○

5. 例文4 本人から大学の先生・友人へ（中等度難聴）

〇〇大学工学部の先生方、学生の皆さんへ

私はこの度、工学部に入学しました 〇〇 〇〇 です。よろしくお願いします。

私は、耳に難聴という障がいがあり、人とのコミュニケーションや、講義を聴くことに不安があります。この障がいは周りの人から見て分かりにくいので、私の方から積極的にお知らせしていこうと考えました。よろしくお付き合いください。

私の右耳は、聴力レベルでいうと45 dB（デシベル）で、左耳は60 dBです。障がいの程度でいうと中等度難聴です。両耳に補聴器を付けて聞いていますが、普通の人と同じようには聞こえません。

静かな場所で、日常の会話であれば、だいたい理解できると思います。ただ、大学の講義のように専門的なことばがたくさん出てくると、理解できるか心配です。また、ゼミのように複数の人が話す場面も苦手です。一番心配なのは、騒がしいところでたくさんの人と話す場面です。

まず講義では、一番前で先生のお話を聴くつもりですが、先生の口の動きや、パワーポイント、板書など視覚情報を頼りに理解しようと考えています。先生方にはパワーポイントのデータを後からいただけるとありがたいです。また学生の皆さんには、パワポにはない、先生が口頭でお話しされたことについて、後からノートを見せてくれる人がいると嬉しいです。

ゼミなどでは、話し合いの要点を教えてもらえるとありがたいです。ホワイトボードなどに要点を書きながら話し合ってもらえると助かります。

普段の会話では、右耳で聞く方が聞き取りやすいので、右側からことばをはっきり話してもらえるとありがたいです。もし、私が分からない顔をしていたら、繰り返して言うか、紙などに書いてくれると助かります。

電話で話すこともできますが、聞き間違えたら困るのでメールかLINEでお願いします。

私は、自分勝手に思い込んで行動して、人に注意されることがあります。もし私が、勘違いをしておかしな行動をしていたら、遠慮せずに指摘してください。

高校生のときには、サッカー部の活動をしていました。体を動かすことは好きなので、何か一緒にできたら嬉しいです。

よろしくお願いします。

〇〇〇〇年4月〇日

〇〇〇 〇〇

6. 例文5 本人から職場の仲間へ（重度難聴）

〇〇〇産業株式会社〇〇支店の皆様へ

この度、〇〇支店に赴任することになりました、〇〇 〇〇 です。よろしくお願いいたします。

さて、私は生まれつきの重度の難聴があり、皆様のお世話になることがあるかと思いますので、私の障がいの状態について説明させていただきます。

私の耳は重度の難聴があり、聴力は両耳とも100dB（デシベル）前後です。両耳に補聴器を付けていますが、音声だけを聞いてお話を理解することは難しいです。補聴器で聞くことに加え、口の動きも見ってお話を読み取る（読話）ことによって、簡単なことは理解できますが、うまく理解できないこともあります。

普段、家族や友達とは手話で会話をしています。会社の皆様とは、筆談で会話していただけるとありがたいです。いつも筆談用紙を持ち歩いていますので、それに書いてくださるようお願いいたします。

最近はスマートフォンを使い、「UDトーク」という音声を変換するアプリで、相手のお話を文字化して会話することを試みています。まだ、騒音の多い場所では変換精度が悪く、筆談と併用していただいている状態です。それでも、全て筆談でお願いするより、皆様の負担が少なくなると考えています。

また、恐縮ですが簡単な手話を覚えて使っていただけると、日常の簡単なやり取りは便利に会話できるかと思いますので、よろしくお願いいたします。手話の表現方法については、その都度ご紹介しますので、「これは手話でどう表現するか？」と尋ねてください。もし忘れても、何度でも聞いてください。よろしくお願いいたします。

電話で会話することは難しいので、外部から私へ掛かってきた電話については、恐れ入りますが代わりに受けて内容を教えて下さい。また、離れたところから私へ連絡を取る場合には、メールで連絡をお願いいたします。

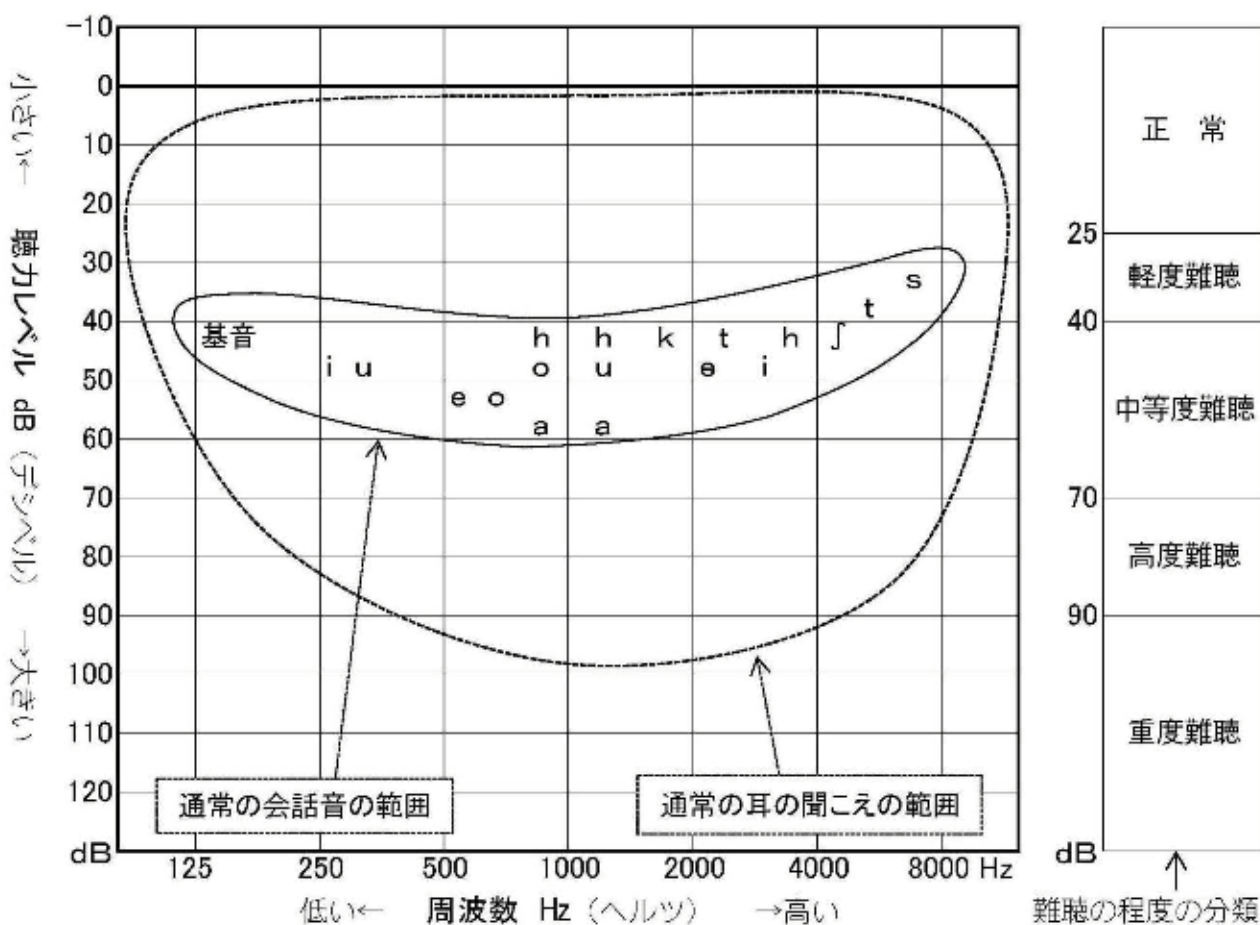
色々とお手数をお掛けすることがあるかと思いますので、いただいた役割を果たせるように一生懸命取り組んでいきたいと思っておりますので、どうぞよろしくお願いいたします。

〇〇〇〇年〇月〇日

〇〇〇 〇〇

7. オーディオグラム

オーディオグラム(聴力図)



平均聴力レベル 右耳 _____ dB 左耳 _____ dB 装用時 _____ dB

オーディオグラムは、その人の聞こえ（聴力）の状態を図で表したものです。

オーディオグラムの見方

- ・縦軸が「聴力レベル」で、音の大きさを表します。単位は dB (デシベル) です。人が聞こえる最も小さな音を 0 dB としています。
- ・横軸が「周波数」で、音の高さを表します。単位は Hz (ヘルツ) です。
- ・その人が聞こえる最も小さな音（閾値）のところに、○や×の印を付けてあります。
- ・○ は右耳の閾値です。× は左耳の閾値です。▲ は補聴時の閾値です。
- ・これらの印より大きな音(下側)は聞こえますが、小さな音(上側)は聞こえないことを表します。

使い方

病院等からもらったオーディオグラムを上図に転記して、作成した文に添付してください。

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

本出版物の出版費用は、国立研究開発法人日本医療研究開発機構（AMED）による研究費により賄われています。
（研究課題名：人工内耳装用者の支援センター機関のモデル化事業と発達段階別 PDCA サイクル基本型の構築）