

じりっかつどう 自立活動だより

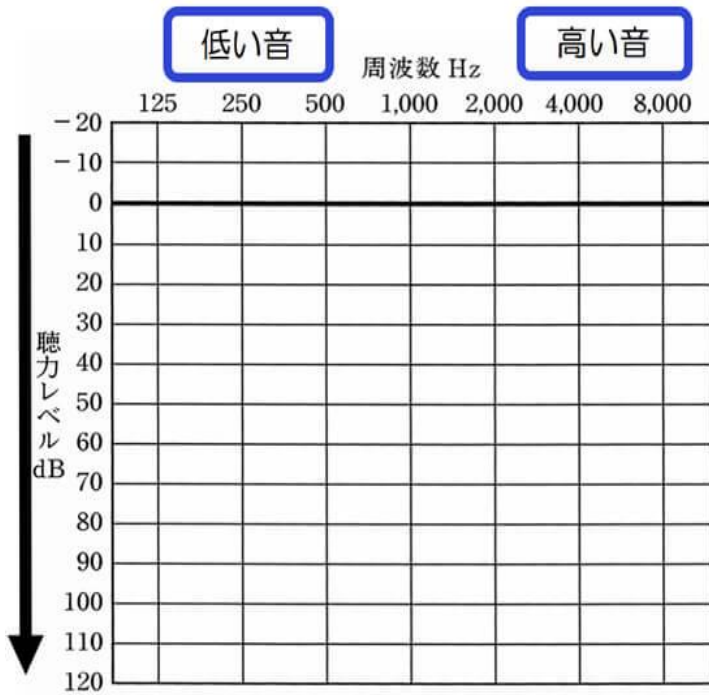
自分の「きこえ」のこと、知っていますか??

聴力測定の結果を書く図のことを、オーディオグラムといいます。みなさんは、自分のオーディオグラムをよく見たことがありますか?オーディオグラムを見ると、「低音は、右耳の方が聞こえる」「左耳は2000Hzから高い音が聞こえにくい」など、自分の聞こえ方を知ることができます。検査結果をもとに、担任の先生やおうちの人と一緒に自分のオーディオグラムを書いてみましょう。

○は、右耳のきこえです。直線で結びます。×は、左耳のきこえです。点線で結びます。



トーンレベル、大なり小なりあります。



自分の聴力と比べてみよう!

音の大きさ	主な音の種類
20dB	木の葉のふれあう音
30dB	ささやき声 (ひそひそ声)
40dB	図書館の中、コオロギの鳴き声
50dB	静かな室内 (冷暖房の音など)
60dB	普通の会話
70dB	電話のベル
80dB	ピアノの音、電車の中
90dB	犬の鳴き声
100dB	車のクラクション
120dB	ジェット機の騒音

自分の平均聴力 右耳 約 () dB 左耳 約 () dB

◆単位の読み方◆ 音の大小 dB = (), 音の高低(周波数) Hz = ()

★自分の聞こえについて知ったうえで、周囲の人に聴覚障害について説明したり、サポートをお願いしたりすることが大事になります!



高3 伊藤蘭丸さんのお話
「職場実習では、職場の人とやり取りするために筆談や口形を見せてもらえるよう、お願いしました。ゆっくり話されて逆に分からないときがあり、指示の内容を書いてください(筆談)と依頼したこともあります。」



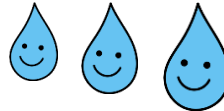


ふゆ ば ほちょうき じんこうないじ かんり 冬場の補聴器・人工内耳管理



あす 明日から、ふゆやす 冬休みが始まります。この冬は、はつもうて 初詣やゆきあそ 雪遊び、スキー・スノーボードなどに出掛けたり、りょこう 旅行に行ったりする人も増えるのではないのでしょうか。ほちょうき 補聴器やじんこうないじ 人工内耳の管理をしっかりと、たの 楽しいふゆやす 冬休みをすごしてください。

☆ けつろ ちゅうい 結露に注意しましょう！



さむ そと 寒い外から、あた 暖かい部屋に入ると、けつろ 結露でチューブやイヤモールドにみず 水がたまることがあります。みず 水がたまると、ほちょうき 補聴器はき 聞こえなくなってしまうます。

けつろ 結露で濡れたときは、しっかりと拭きましょう。チューブの中などは、なか ティッシュでつくり、みず 水を吸いとるとよいです。



こより



こよりを入れる。



☆ けいたい ケースを携帯しましょう！

ほちょうき 補聴器やじんこうないじ 人工内耳をなくさないために、がいしゅつ 外出する際は（特にゆきあそ 雪遊びや泊まりに行くときなど）、ほちょうき 補聴器やじんこうないじ 人工内耳をしまうケースを持っていきましょう。ほちょうき 補聴器やじんこうないじ 人工内耳のこしょう 故障を防ぐためにも、かんそうざい 乾燥剤を入れておきましょう。

※電池は、かんそうざい 乾燥剤と一緒にするとしょうもう 消耗します。かならず 必ず外してケースに入れましょう。また、さむ 寒いところではちから 力がよわ 弱まります。て 手であたた 温めてからほちょうき 補聴器に入れるといいですよ。



☆ ねつ せいでんき 熱や静電気にも注意！



ほちょうき 補聴器は、みず 水によわ 弱いですが、ねつ 熱にも弱いです。ストーブのちか 近くに置いたり、まど 窓辺などひざ 日差しでこうおん 高温になるところに置いたりしないよう、き 気を付けましょう。また、せいでんき 静電気によってじんこうないじ 人工内耳のデータがき 消えてしまうことがあります。せいでんき 静電気防止グッズやかしつき 加湿器を使用してせいでんき 静電気をよぼう 予防しましょう。