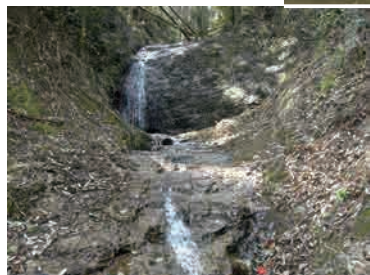


河内の散策(79) 藤木の滝 ふじき

今回は、白川の藤木谷にある藤木の滝を紹介します。旧街道はこの滝の下あたりを通っていました。今の県道より見ると藤木の滝の案内板が有る所より、八幡川の川向こう左手にある、約10mの滝です。冷泉の出る滝で、湯来温泉の湯と同じ効能がある水が流れていると言われています。

この一帯は、昔からの言い伝えが豊富で、ロマンを感じさせてくれます。また、藤木谷の奥には御影石の屏風岩があり、古老の話によると昔は祠があったそうです。

文責 杉田精司



補聴器って、
どんなもの？

3月3日は耳の日です。そこで、今回は補聴器についてお話したいと思います。

補聴器とは

補聴器は、普通の大きさの声で話される会話が聞き取りにくくなったときに、はつきりと聞くための薬事法で定められた管理医療機器です。集音器や助聴器とは区別されています。補聴器には安全を守り効果を上げるための様々な規制があります。

補聴器を使い始めるタイミングって

補聴器を使い始めるタイミングについては、個人差が大きいです。日常生活の中で、聞き取りにくいことが多くなったと感じたり、重要な会話が正しく聞けないと感じたりしたら補聴器を使うことを考えてみてください。

ただし、補聴器を購入するときには、まず医療機関(耳鼻科)を受診し、相談しましょう。自分では補聴器が必要と感じていても、実は他の治療法で良くなるかもしれません。

補聴器の種類には

補聴器には主に次のような種類があります。

①耳あな型

耳の中に収まるタイプで、目立たないのが特徴です。すっぽりと耳の中に入って外から見えにくい小型のものや、耳の入口までくる大型のものが

あります。耳の形状ときこえの程度にあわせて作るオーダーメイドタイプが一般的です。

②耳かけ型

耳の後ろにかけるタイプで操作性に優れています。補聴器の中で最も種類が豊富で普及しています。

③ポケット型

本体からイヤホンコードでつなぐタイプです。音声のする方向に本体(マイク)を向けることで、より聞こえやすくなります。家族との会話やテレビの視聴などに便利です。

それぞれのタイプの利点や欠点を知った上で、自分の耳の状態にあった補聴器を選ぶようにしましょう。

またデジタル技術の進歩により補聴器はますます高性能になりました。従来の補聴器よりもきめ細かい調整が可能で、騒音下での言葉の聞き取りがずいぶん改善されました。

補聴器の使用にあたって

補聴器は万能ではなく、その効果や効果が現れる期間にも個人差があります。また、補聴器を効果的に使用するために、聴力や使用場面によって調整する必要があります。

耳の聞こえが悪いと、周囲とのコミュニケーションが難しくなり、外に出るのも億劫になることがあります。

それでは、意欲の低下にもつながります。そうなる前に、適切な補聴器の装用も考えてみましょう。



佐伯区保健福祉課保健指導係
直通082(943)9733

歳

私の思い



「やあーきとったん」気がつくとりハビリ室のマットの上で並んでストレッチをしていた。週に何度か小学校の同級生誰かと会える場となっていた。「出来たら週に3日は来たいがなかなか難しい、家でストレッチをやればいいのか、一人ではなかなか出来ない」など話しながらお互い頑張っている。足が痛い、腰が痛い、と言いつつに整形外科に通っているこの頃ですが、この数年で少しは良くなっている。今年はソフトボールに復帰出来るかなと思っている。まわりからいい年をしてと、ストッパがかかりそうだが、楽しみにしている。

出来る時にやっておかなければ、あとで後悔する事が多くある。数年に一度同窓会で一泊旅行を行っている。古希をすぎたこの年になるといつ行けなくなるかわからない、これからは毎年企画しようという声が多くなっている。

歳を数えて生活するより、気持ちはいつも若く、出来ることは積極的に行い、気がいたら90歳だったと言えるような生活を送りたいと思っている。

山田 茂雄