

済生号

鳥取県済生会境港総合病院 広報誌

s a i s e i GO!

SAISEIKAI SAKAIMINATO HOSPITAL PR magazine



Vol.13

2026.May

特集

難聴と認知症の

“確かにつながる”
これからの
地域医療のために

深い関係

外科での
治療のご紹介

美容外来
VIO脱毛



社会福祉法人 恩賜財団済生会支部

鳥取県済生会境港総合病院

SAISEIKAI SAKAIMINATO HOSPITAL

難聴と認知症の深い関係

「テレビの音が大きくなった」と家族から言われる」「聞き返しが多くなった」「家電の音に気付かない」最近、こんな経験はありませんか？多くの高齢者が「年のせい」と諦めている聴力低下。近年の研究により、加齢性難聴が認知症リスクを高める最大の要因であることが明らかになっています。



難聴は認知症の最大のリスク要因

『日本における認知症の最大のリスク要因は「難聴(6.7%)」であり、次いで「運動不足(6.0%)」、「高LDL(悪玉)コレステロール血症(4.5%)」などが続き、いずれも対策によって予防可能」との分析結果が、東海大学などの国際共同研究グループにより2026年1月、国際的医学誌「ランセット」で報告されました。

「国内の認知症の約4割が生活習慣や健康状態の改善によって理論的には予防可能であることが示されました。(※左記参照) ※2024年のランセット認知症委員会の報告に基づき、改善が可能な認知症のリスク因子14項目(難聴、運動不足、高LDLコレステロール血症、糖尿病、高血圧、うつ、喫煙、過度の飲酒、頭部外傷、肥満、社会的孤立、大気汚染、視力低下、教育不足)を対象に解析。

難聴が認知症につながる理由

「難聴が認知機能に及ぼす影響」聞こえづらくなると、人との会話を避けるようになり、「コミュニケーション不足や孤立状態に陥ること、脳への刺

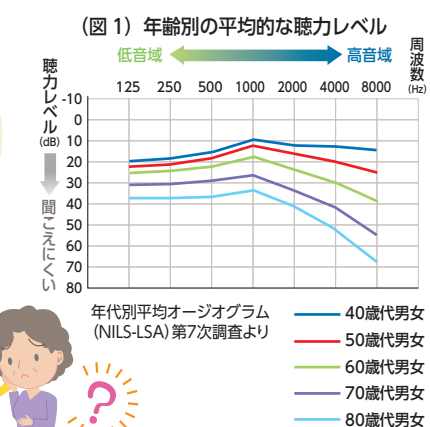
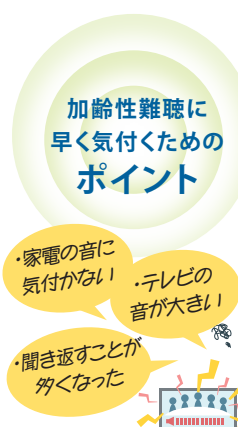
加齢による聴力低下は40歳前後から始まる

「加齢性難聴に早く気付こう」聞こえは、年齢とともに変化します。高音域から聞こえにくくなり、徐々に聞こえにくい音域が広がっていきます(※図1参照)。そして、ほとんどの音域で聴力が低下

激が減少し、脳の萎縮が進行することが指摘されています。また、聞こえづらいう音を「聞き取るう」と集中することで、脳が余計なエネルギーを使ってしまい、記憶などをつかさどる他の部分に使える力が減り、脳の萎縮が加速するという説もあります。このような状態が続くと、結果的に認知症のリスクが高まってしまうのです。

難聴による認知症を防ぐには

「認知症予防のために」今からできること」加齢以外に原因がない難聴を「加齢性難聴」と言います。今のところ根本的な治療はありませんが、難聴と認知症予防のためにできることがあります。



する70〜80歳代で、多くの人がようやく難聴を自覚します。ゆっくり進行するため、本人としては自覚がなく、周りの人に指摘されて気付くケースも少なくありません。2022年に発表された国内における大規模調査によると、中等度以上の難聴有病率は80歳代前半で50%以上と推定されています。会話が「え？」と聞き直すことが増えたら、早めに耳鼻咽喉科を受診しましょう。難聴を早期に把握し、適切に対応することが大切です。

1 大きな音を避ける。

大きな音を聞き続けると聴覚細胞が傷つき、難聴につながる。対策として、イヤホンやテレビの音量を調整する、騒音環境下では耳栓を使う、など。

2 聞こえにくさを感じたら、早めに耳鼻咽喉科を受診する。

聞こえの不調をいち早く認識し、適切なケアを始めることが大切。

3 生活習慣を整える。

糖尿病、高血圧症、脂質異常症など生活習慣病のリスクがあると、難聴も進みやすくなる。

4 補聴器を使用する。

補聴器で聞こえをサポートすることで、会話がスムーズになり、社会的な交流が維持され、認知症の発症リスクを軽減できる可能性がある。

補聴器を使うにはトレーニングが必要

耳鼻咽喉科を受診して難聴の正確な診断を受け、補聴器を使用することになったら、聴覚トレーニングが必要です。補聴器の音に慣れるまでには、少し時間がかかります。機器を微調整しながら、約3ヶ月かけてじっくりとトレーニングを行ってください。

難聴は、うつ状態や不安感の原因にもなります。補聴器で聞こえを補うことは、「うつ」の予防にも効果があると言われています。「聞こえやすさ」を取り戻すことは、QOL(生活の質)の向上に直結します。聞こえに不安を感じたら、早めに耳鼻咽喉科への受診をお勧めします。



当院には、補聴器適合判定医が在籍しています。お気軽にご相談ください。

耳鼻咽喉科外来

お気軽にご相談下さい。

診察日 | 月～金曜日の午前中 予約優先

予約方法 | 平日の14時～16時の間にお電話ください。

予約・問い合わせ先 済生会境港総合病院 TEL.(0859)42-3161(代)

耳鼻咽喉科部長 小田 直治 Naoharu Oda

日本耳鼻咽喉科学会専門医 補聴器適合判定医 日本めまい平衡医学会認定めまい相談医



外科での治療のご紹介

大腸・胃がん手術、胆嚢結石症・虫垂炎・鼠径ヘルニア手術をはじめ、術前後の抗がん剤治療、ペースメーカー植え込み、下肢静脈瘤治療など幅広く対応しています。中でも、消化器の外科的治療については、患者さまの病態に応じて、より身体に負担(侵襲)の少ない腹腔鏡手術も行っています(※1参照)。

当院では、日本外科学会・日本消化器外科学会の指導医・専門医、日本内視鏡外科学会技術認定医が常勤しており、安心して治療を受けていただける体制を整えています。

主な対象疾患・治療

消化器疾患治療

大腸がん、胃がん、消化管穿孔、腸閉塞、胆嚢結石症、胆嚢炎、虫垂炎、鼠径ヘルニア、内痔核に対する手術など

※1/当院で可能な主な腹腔鏡下手術

- 胆嚢摘出術(胆嚢結石症、急性胆嚢炎、胆嚢ポリープ)
- 虫垂切除術(虫垂炎)
- 鼠径ヘルニア修復術(鼠径ヘルニア、大腿ヘルニア)
- 幽門側胃切除術(胃がん)
- 大腸切除術(大腸がん) など

患者さまによっては最初から開腹手術が望ましい場合もあるため、個々に合った最善の治療法を検討します。

血管疾患治療

- ペースメーカーの植え込み術と管理
- 徐脈性不整脈に対する一時ペースング
- 下肢静脈瘤に対する高位結紮術、ストリッピング術
- 深部静脈血栓症、リンパ浮腫、足趾壊疽等の治療
- 透析用内シャントの造設手術・修復手術
- 静脈リザーバー設置術(化学療法用・中心静脈栄養用) など

その他

- 褥瘡治療
- 乳がん精密検査 など

※症状によっては、鳥大病院をはじめとする専門医療機関に紹介させていただきます。

乳腺腫瘍手術

気胸に対する胸腔ドレナージ



外科

お気軽にご相談下さい。

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|-------------|------------------|------------------------------|-------|------------------|------------------|
| 午前 (予約制) | 玉井 伸幸 | 第1・3・5 心臓血管外科※ 第2・4 胸部外科※ | 玉井 伸幸 | 山根 成之 (消化器外科) | 砂口 天兵 (消化器外科) |
| | 砂口 天兵 (消化器外科) | 藤原 義之※ (腫瘍外来) | — | — | — |

※火曜日は、鳥大病院医師による心臓血管外科・胸部外科、腫瘍外来の専門外来を行っています。

予約方法 | 平日の14時～16時の間にお電話ください。

予約・問い合わせ先 済生会境港総合病院 TEL.(0859)42-3161(代)

美容外来

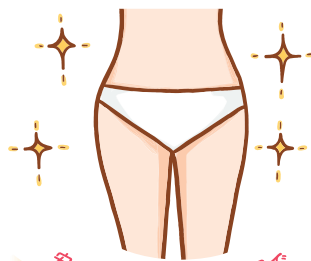
VIO脱毛

若者からシニア世代まで特に人気が高まっている「VIO脱毛 デリケートゾーンの脱毛」

最近では、将来介護されることを見据えた「介護脱毛」としても注目されています。ムダ毛をなくすことでデリケートゾーンを清潔に保ちやすく、介護する側・される側双方にとってメリットがあるため、40歳代以上の方からも高い支持を得ています。

厚生労働省の薬事承認を取得している医療レーザー機器を使用

波長の違う2種類のレーザー(ロングパルスアレキサンドライトレーザー、ヤグレーザー)を使い分け、幅広い毛質や肌質に対応し、患者様一人ひとりに合った、安心安全で効果的な脱毛治療を行います。



安心なプライベート空間で医療脱毛いかがですか？

■ 照射間隔 / 1ヶ月半～2ヶ月おき
毛は「成長期・退行期・休止期」の周期(毛周期)で生え変わります。レーザーは「成長期」の毛のみに作用し、毛包を破壊します。そのため、毛周期に合わせて照射を繰り返すことで、効率よく脱毛できます。

■ 脱毛治療回数 / 平均5～10回
(個人差があり、10回以上かかることもあります。)

■ 施術料金 / 1回につき
女性 5,500円、8回目～2,750円(税込み)
男性 11,000円、8回目～5,500円(税込み)

※学生割引あります。

レーザー照射時の痛みを緩和

冷却システムで表皮の保護と痛みを軽減しながら治療を行います。

※照射後、数日間、発赤、浮腫、腫脹が起こることがあります。



美容外来

お気軽にご相談下さい。

診察日 | 水曜日 9時30分～17時、木曜日 14時～17時 予約制

予約方法 | 水・木曜日の14時～17時の間にお電話ください。

初回カウンセリング料金 / 3,300円(税込み) ※美容外来は自費診療(保険適応外)となります。

予約・問い合わせ先 済生会境港総合病院 TEL.(0859)42-3161(代)

saisei キクシル

（聞く知る）

職員のプライベートな一面を
紹介するコーナーです。



似顔絵 / 島田 真由美 (当院看護師)

今回は

Who?

管理栄養士

島田 加代子

simada kayoko

管理栄養士を志した理由は？

家族に料理を振る舞い「美味しい」と言ってもらえることが嬉しくて、子どもの頃からよく食事を作っていました。やがて料理に関係した仕事をしたいと思うようになり、栄養士の資格を取得しました。その後、栄養士として働く中で、疾病治療において日々の食事の大切さを実感し、管理栄養士を目指すことを決心！仕事が終わると即帰宅！本屋さんで購入した参考書や問題集でコツコツ勉強！そんな生活を1年続け、管理栄養士の資格を取得しました。

栄養指導を受けた患者さんから「話を聞いて良かった」「教えてもらったことをちゃんと気をつけて続けてるよ」と言われたりするととても嬉しいです。

どんな子供時代を過ごしましたか？

自然豊かな隠岐の島出身です。今でこそ大人しいタイプに見られることが多いですが、子供時代はとてもアクティブでした。祖母の家にあったみかんの木に登って、みかんを取って食べるのはいつもの事でした。木登りはよくしていましたね。そして、海にもよく遊びに行きました。魚釣り、海水浴・・・そういえば、水泳の授業は、みんなで海に行き泳いでいました。すぐ近くに海があるので、学校にはプールがなかった・・・。同級生は10人程で、小中学校の間ずっと1クラスで、放課後もよく一緒に遊んで過ごしました。とても懐かしいです。

学生時代にハマったこと

中学生の時は、ソフトテニス部に所属していました。毎日練習に励み、真っ黒に日焼けしていました。また、中学時代の音楽の先生が、普段馴染みのないクラリネットなどの楽器に触れる機会をたくさん作ってくださったおかげで、演奏の楽しさに目覚めました。スポーツ系の部活しかなかったのですが、吹奏楽部があればそちらに入っていたかな、と思います。

最近の楽しみは？

平日は私が食事を作りますが、週末は夫(当院の薬剤師)が作ってくれます。薬剤師という仕事柄なのか、薬を調剤するように、調味料とかもきっちり量っています(笑)。

「これが食べたい！」とリクエストした料理を作ってくれるので、「今週は何を作ってもらおうかな～」と考えるのが楽しみです。



無料低額診療事業

医療費にお困りの方は、
ご相談ください。



社会福祉法人である済生会では、社会福祉に基づき、経済的に困りの方に対して無料低額診療事業を実施しており、医療費の減額や免除を行っています。医療ソーシャルワーカーが相談に応じていますので、お気軽にお問合せください。

相談窓口 / 地域医療総合支援センター (患者相談窓口)
時間 / 平日の8時30分～17時15分

— 予約・問い合わせ先 —

済生会境港総合病院 地域医療総合支援センター

TEL. (0859) 42-5805 (直通)
(0859) 42-3161 (代)

ご意見募集
読者アンケートにご協力をお願いします。



Check!



より良い紙面づくりのため、皆様のご意見をお聞かせください。左記QRコードからご回答ください。

締切日

2026年5月31日(日)



ホームページはこちら

Check!



社会福祉法人 恩賜財団済生会支部

鳥取県済生会境港総合病院

SAISEIKAI SAKAIMINATO HOSPITAL

2026年5月1日発行

〒684-8555 鳥取県境港市米川町44番地
TEL.(0859)42-3161(代) FAX.(0859)42-3165



済生会マスコットキャラクター
「ざいせい」