

聞こえの衰え、見過ごしていませんか？ **聞こえの健幸講座**

聞こえのフレイルとは、加齢などにより聞こえにくさが現れ、コミュニケーションが減ることで、心身の活力が低下していく状態のことです。聞こえの低下を放置すると、外出や交流の機会が減り、孤立や認知機能の低下につながる場合があります。早めに気づき、聞こえのチェックを受けましょう。



● 場 所 **京都厚生園 デイサービスフロア**

● 日 時 **令和8年8月31日（月）**

午後2：00 ～ 2：45

● 対 象 ●65歳以上の方
●聞こえの応援事業（加齢性難聴者の補聴器購入助成）の申請を希望される方
（申請を希望されない方も参加可）

● 内 容 ① 聞こえの変化に気付こう
～聞こえのチェックと聞こえのお話～
② 推進センターの教室案内（運動教室体験）

● その他 **参加費無料**
定員：50名（定員に到達次第終了）
動きやすい服装でお越しください。
水分補給用の水またはお茶などをお持ちください。
その日のご体調に合わせて、無理のないようにご参加ください。
書き物がございますので必要時はめがねをご持参ください。
駐輪場・駐車場をご利用の方は、お申込み時にお問い合わせください。

● 問合せ **京都市西京区地域介護予防推進センター**
電 話：075-392-7874
土・日・祝を除く 午前9：00～午後5：00

※京都市西京区地域介護予防推進センター とは京都市から委託を受けて介護予防推進事業を実施しているセンターです。