

聞こえに自信がなくなっていますか？

「ヒアリングフレイル」を防ぎましょう

☎ 高齡福祉課介護保険係 ☎ 575-1299

高齡福祉課地域包括ケア推進係 ☎ 575-1125

ヒアリングフレイルとは？

年齢を重ねると、耳が聞こえにくくなる場合があります。聞こえにくさが続くと、人と話すのがつらくなり、外へ出る機会が少なくなってしまいます。こうした状態を「ヒアリングフレイル」と呼びます。

こんなことはありませんか？

- ・相手の話を聞き返すことが多くなった
- ・テレビの音を大きくするようになった
- ・電話の音が聞き取りにくくなった
- ・会話から遠ざかりがちになった



当てはまる場合は早めの受診を！

日ごろから気をつけること

- ①定期的にきこえの検査を受けましょう
- ②生活習慣病を予防しましょう
生活習慣病を予防することで、血管を守り、血流を良くすることが、聞こえを保つことにつながります。
- ③家族や友人と積極的に会話する機会をもちましょう
聞き取りにくい場合は、補聴器の利用、ゆっくり話してもらうなどの工夫も大切です



～高齢者補聴器購入費補助のご案内～

- 【対象者】下記①～⑤の要件をすべて満たしている人
- ①市内に住所を有し、現に居住している満 65 歳以上の高齢者
 - ②身体障害者手帳（聴覚障がいによるもの）をお持ちでない人
 - ③両耳の聴力レベルが 40 ～ 70 デシベル未満で、聴力低下により日常生活に支障があり、耳鼻咽喉科の医師が補聴器の装用が必要と認めた人

- ④世帯全員が市民税非課税世帯であること
- ⑤世帯全員に市税などの滞納がないこと

【助成内容】補聴器本体およびその附属品

【助成額】購入費の 2 分の 1（上限 30,000 円）

※補聴器の耐用年数（使用開始から 5 年）を経過後、再申請が可能です。



今年も開催！令和 8 年度伊達市オレンジフェスタ

- 【テーマ】「きこえからの認知症予防」
- 【日時】令和 8 年 9 月 13 日⑨ 12 時から 16 時
- 【場所】伊達市保原体育館
- 【参加費】無料

- 【内容】①市内高校生によるハンドベルの演奏
- ②講演会「きこえからはじまる認知症予防」
- ③元気づくり体験
- ④医師・薬剤師相談コーナーなど、認知症予防ブース同時開催



申込



いきいきウォーキング

☎ 高齡福祉課元気づくり係
☎ 575-1148

風景を楽しみながら、気持ちよく体を動かしませんか？距離は 2 ～ 3km です。

¥ 無料 申 不要 持 タオル、飲み物、雨具（雨天時）

日時		集合場所
9/24	⑩ 9:30～10:30	御代田コミュニティセンター