

# ヒアリングフレイル ご存じですか？

聴き取る機能の衰え（耳の  
虚弱）のことをヒアリング  
フレイルといいます。

あなたの聴こえは  
大丈夫ですか？



聴力の低下は、  
認知症やうつ状態  
のリスクを高めます

最近会話が楽し  
くない…。  
もしかしたら聴  
力の低下かも

まずは聴力チェック、  
してみませんか？

アプリで簡単に聴力  
チェックする方法があります



【お問い合わせ】  
豊中市保健所コロナ健康支援課  
☎06-6152-7381

STOP 耳フレイル  
コロナ健康支援



詳しくは裏面をごらんください

# アプリを使って聴こえの チェックをしてみよう



## 「みんなの聴脳力<sup>®</sup>チェック」



5分で  
簡単!

登録  
無料



アプリで簡単に聴こえを  
チェック！  
ダウンロードして「いつで  
も・どこでも」定期的に  
聴こえをチェックすることで、  
ご自身の聴こえの変化に  
気づくことができます。



android版



iPhone版

\* 検査は騒音などが聞こえない環境が最適です。

アプリは苦手…という方のために。  
保健センターで聴こえのチェックイベントを開催します。  
詳細は広報とよなかや市ホームページでお知らせします。

「みんなの聴脳力チェック」は市内6か所の介護予防センター  
(要予約)でも、アプリの使用ができます。

介護予防センターの窓口または  
電話で事前にご相談ください。

介護予防センターの情報は [こちら](#)



チェックの結果、語音  
聴取率60%未満の  
方は耳鼻咽喉科の  
受診をお勧めします。

音・言葉は「脳」で聴いています。  
良い聴こえは脳の活性化につながります。

クリアな聴こえでアンチエイジングを!



令和5年度版