

健康長寿のカギは 「耳の健幸」にあり！

～ 今、知っておきたい「ヒアリングフレイル」～

2026年

10月1日 木

14:00 ▶ 14:40

受講無料

「最近、聞き返すことが増えた」
「テレビの音が大きいと言われる」
——そんなことはありませんか？
年齢とともに変化する“聞こえ”は、
実は認知症と深い関係があります。
いつまでも元気に過ごすために知っておきたい、
耳と健幸の話を分かりやすくご紹介します。



講師

山科 章先生

ライフ・プランニング・センター理事長
東京医科大学名誉教授

実施
方法

オンライン（ZoomまたはYouTubeをお選びいただけます）

- ▶ Zoom…「質問したい」「双方向で参加したい」という方におすすめ
 - ▶ YouTube…「機械操作が不安」「講座の内容を見たいだけ」という方におすすめ
- ※視聴URLは後日送付します

申込
方法

公式HPもしくは
右のQRコードよりお申し込みください
期限 9月29日（火）



■主催■

一般社団法人
スマートウェルネスコミュニティ協議会
健幸アンバサダープロジェクト事務局