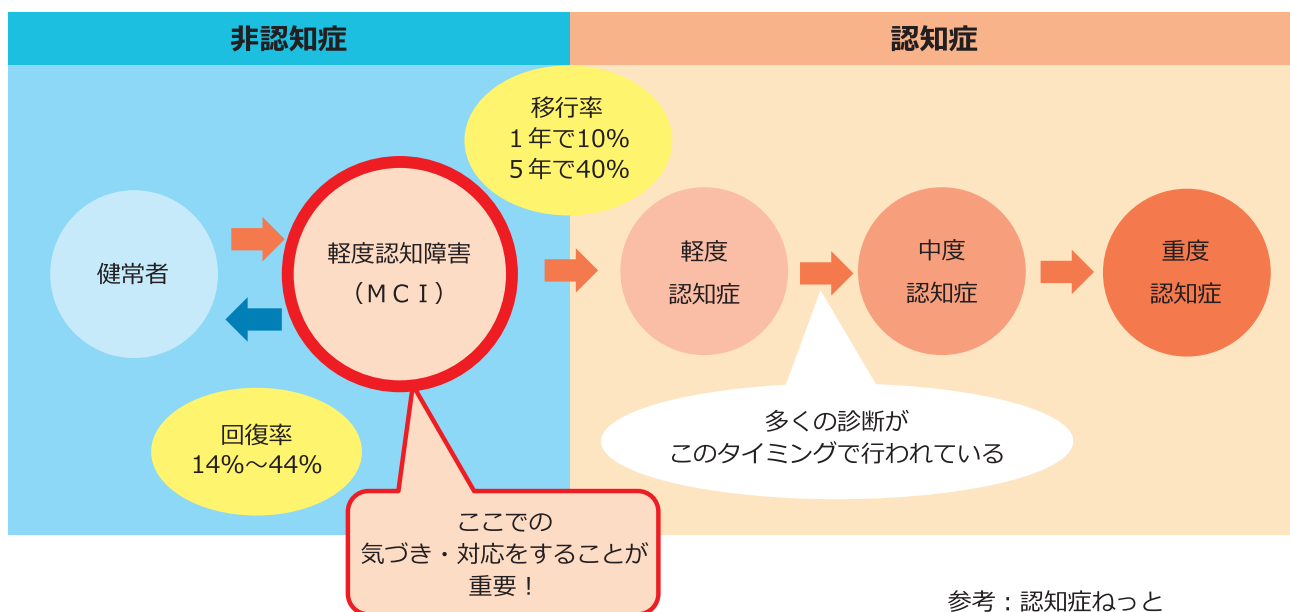


(2) 軽度認知障害 (MCI)

認知症におけるもの忘れのような記憶障害が現れるものの、日常生活への影響はほとんどなく、正常な状態と認知症の中間ともいえる状態のことを軽度認知障害といいます。

軽度認知障害の方は1年後に10～15%が認知症に移行するとされており、認知症の前段階と考えられています。早期に気づき、適切な治療・予防をすることで回復したり、発症を遅らせることがあります。

認知機能低下に対する適切な対策を行うことで、軽度認知障害になったとしても、認知症の症状が最後まで出ずにすむ方もいます。



(3) あたまの健康チェック

10分でできる！65歳以上の方の「あたまの健康チェック」

* 認知症の診断をするものではありません

もの忘れが気になる方も、気にならない方も、1年に1回「あたまの健康チェック」をして、脳の健康について考えてみませんか。

専用のコールセンターに電話をして、10分程度の質問に受け答えすることにより、記憶力などをチェックし、認知症予防に取り組みましょう。

家族みんなの笑顔のために

最近、もの忘れが増えたと感じる方へ

10分でできる! あたまの健康チェック

以下に当てはまる方は、すすんで受けましょう。

- ☐ **リスク要因**※に1つでも当てはまる方
- ☐ **もの忘れ**が気になる方
- ☐ これまでに**脳ドック**を受けたことがない方
- ☐ **ご家族に認知症の方**がいらっしゃる方

※リスク要因

- 糖尿病
- 高血圧
- 脂質異常症
- 喫煙
- 肥満
- 運動不足
- 頭部外傷
- アルコール依存
- 脳血管性疾患
- 甲状腺機能障害
- 歯周病
- よく睡めない (よく寝めない)

検査は電話での質問テストのみで、約1週間で結果がわかります。

問合せ先 高齢福祉課 介護予防担当

TEL 21-3082