

脳の衰えは、症状がでる20年前から始まっています！

脳の健康チェック



早め早めの【脳の健康チェック】が、これからの自分を支えてくれます。軽度認知障害（MCI）がわかる認知機能検査を、脳トレ感覚で楽しみながら行います。気軽にご参加ください。※検査は無料です。

日 程	令和7年 9月12日（金） 脳 <small>の</small> 健康チェック
	9月26日（金） 結果説明・脳トレ体験
時 間	午前9時30分～11時30分
会 場	プラザけやき2階201会議室 （菊川市半済1865）
定 員	30名（定員になり次第締め切ります）
申 込	電話またはFAXで（裏面をお使いください）
募集期間	8月18日（月）～9月3日（水）

【持ち物】



必要な方は補聴器・眼鏡



飲み物

今年度初参加の方
優先です

申込先：菊川市長寿介護課 高齢者福祉係

電 話：0537-37-1254

FAX：0537-37-1113（FAX用申込用紙は裏面にあり）

脳の健康チェック参加申込書 (FAX用)

氏名		生年月日	年 月 日生
住所	菊川市		
電話番号	(自宅)	(携帯)	

送信先 0537-37-1113

長寿介護課高齢者福祉係



ちょっと教えて！

MCI (軽度認知障害) ってなんですか？



MCI (軽度認知障害) は、認知症ではありませんが軽度な認知機能の低下を有する状態です。物忘れなどの症状はみられますが、日常生活に必要な機能は保たれています。

しかし、MCIの状態を1年放置すると1割の方が、5年放置すると4割の方が認知症に進むと言われています。

MCIは回復が可能な状態ですから、早くに自分の認知機能の状態を把握し、自分にあった脳トレや生活の見直しに取り組みましょう。

