

脳の衰えは、症状がでる20年前から始まっています！

第2回

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8年 6月26日（金） 脳 <small>の</small> 健康チェック
	7月10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	小笠東地区コミュニティセンター （くすりん）
定員	25人（定員になり次第締め切ります）
対象	菊川市内在住・在勤の方
申込	電話またはFAXで（裏面をお使いください）
申込期間	6月8日（月）から6月15日（月）

【持ち物】

必要な方は補聴器・眼鏡 飲み物



今後の開催予定

<第3回>

9月14日（月）&9月28日（月）

申込み等の詳細は、広報やSNS、
チラシ等でお知らせします。

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）

脳健康チェック参加申込書 (FAX用)

<お申込みにあたっての注意事項>

- ・ 6月7日(日)以前のお申込みは無効となります。
- ・ 電話番号については、やむを得ず中止する場合の連絡用として使用します。

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

菊川市長寿介護課高齢者福祉係
FAX 0537-37-1113



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。

