

脳の衰えは、症状がでる 20 年前から始まっています！

第3回

脳^①の健康チェック



早め早めの【脳^①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 9月14日（月） 脳 ^① の健康チェック
	9月28日（月） 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 （半済1865）
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	8月20日（木）から9月3日（木）

【持ち物】

必要な方は補聴器・眼鏡 飲み物



検査は集団で行います。
検査を受けるにあたり心配
なことがある人は、事前
にご相談ください。

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）

<お申込みにあたっての注意事項>

- ・ 8 月 19 日（水）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。

