

気付いた今こそ大事なタイミング。

令和
7年度

もの忘れサポート検診

「最近もの忘れが気になる…」「でも、まだ頑張らなくちゃ」
そんな方へ。一度、受診してみませんか？



▲詳細は市HPへ

無 料

7月1日～9月30日

- ▶ 対象 50歳以上
- ▶ 場所 指定の医療機関



✓ もの忘れのチェックを行い、認知症に早く気付くことが大切です。

もの忘れチェックリスト				
チェック項目	まったく ない	ときどき ある	頻繁に ある	いつも そうだ
1 財布や鍵など、物を置いた場所がわからなくなることがありますか	1	2	3	4
2 5分前に聞いた話を思い出せないことがありますか	1	2	3	4
3 周りの人から「いつも同じ事を聞く」などのもの忘れがあるとされますか	1	2	3	4
4 今日が何月何日かわからないときがありますか	1	2	3	4
5 言おうとしている言葉が、すぐに出てこないことがありますか	1	2	3	4
チェック項目	問題なく できる	だいたい できる	あまり できない	できない
6 貯金の出し入れや、家賃や公共料金の支払いは一人でできますか	1	2	3	4
7 一人で買い物に行けますか	1	2	3	4
8 バスや電車、自家用車などを使って一人で外出できますか	1	2	3	4
9 自分で掃除機やほうきを使って掃除ができますか	1	2	3	4
10 電話番号を調べて、電話をかけることができますか	1	2	3	4
1～10の合計を計算		合 計 点		

もの忘れサポート検診の流れ

チェックリストの結果はいかがでしたか？

下記のいずれかに該当する方は、検診を受けてみましょう。

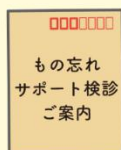
対象者：50歳以上 ※認知症と診断されていない方



▲詳細は市HPへ

- ①合計20点以上
- ②点数にかかわらず、もの忘れが気になる方
- ③認知症予防プログラムに参加したい方

1 高齢者支援課へ申し込み



▲申込フォーム

電話または上記の申込フォームから申し込み。市から受診票一式をお送りします。

2 医療機関へ予約



実施医療機関へ電話などで予約

3 受診票の記入



市から送られた受診票に記入し、予約した医療機関へ

4 検診



- 「問診」と「認知機能検査」を受けます
- 医師から検診結果の説明があります

費用 無料

※検診の結果、希望に応じてさらに詳しい検査や診察、専門医療機関への紹介を受ける場合には、自己負担が生じます

受診した方は「認知症予防プログラム～認知症を学び備えよう～」を優先的に予約できます

(プログラム名「LINEで脳活」「料理で脳活」) 詳細は市報11月1日号に掲載予定。実施期間：令和8年1月～3月ごろ(予定)

✓ 早く気付くことのメリット

治る病気が見つかることもあります

認知症を引き起こす病気には、早めに治療すれば改善が可能なものもあります(正常圧水頭症、慢性硬膜下血腫、甲状腺機能低下症など)ので、早めに受診をして原因となっている病気を見つけることが大切です。

進行をゆるやかにできることもあります

アルツハイマー型認知症は早い段階からの服薬等の治療や、本人の気持ちに配慮した適切なケアにより、進行をゆるやかにすることができるといわれています。

これからの生活の準備ができます

もの忘れなどの症状が軽いうちに病院で診てもらうと、本人や家族が認知症についてよく知ることができます。そのうえで、これからの暮らしについて話し合ったり、介護保険のサービスを利用したりして、安心して過ごせる環境をととのえることができます。

発行・お問い合わせ先

〒180-8777 武蔵野市緑町2-2-28
武蔵野市役所 高齢者支援課 相談支援係



0422-60-1846

(平日 午前8:30～17:15まで)