



受診しましょう!

無料

大田区認知機能検診

年度末時点で50・55・60・65～85歳の方が対象です

対象の方には「大田区がん検診等のご案内」及び受診券を
6月中旬頃に送付しています

(受診券を確認の上、実施医療機関へ連絡し、予約してください)

実施期間:令和7年7月1日から令和8年2月28日まで

「もの忘れ」に
お心あたりはありますか?

- ・何を食べたか思い出せない
- ・約束したことを忘れてしまう
- ・ヒントがあっても思い出せない

など



気になる
「もの忘れ」がありましたら

大田区認知機能検診

を受診しましょう

※裏面のチェックリストを
ご覧ください。



加齢によるもの忘れではなく、認知症によるもの忘れの可能性もあります。

認知症の中には、治る認知症や、適切なケアや治療を行うことで進行を遅らせることができる認知症もあります。 **早期発見・早期対応が大切です。**

【問合せ先】

大田区 健康政策部 健康づくり課
電話:03-5744-1265



©大田区



自分でできる 認知症の気づきチェックリスト

「ひょっとして認知症かな？」

気に**な**り始めたら自分でチェックしてみましょう。

※ご家族や身近な方がチェックすることもできます。

最もあてはまるところに○をつけてください。

チェック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 	まったくない 1点	ときどきある 2点	頻繁にある 3点	いつもそうだ 4点
チェック② 5分前に聞いた話を思い出せない ことがありますか 	まったくない 1点	ときどきある 2点	頻繁にある 3点	いつもそうだ 4点
チェック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 	まったくない 1点	ときどきある 2点	頻繁にある 3点	いつもそうだ 4点
チェック④ 今日が何月何日か わからないときがありますか 	まったくない 1点	ときどきある 2点	頻繁にある 3点	いつもそうだ 4点
チェック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 	まったくない 1点	ときどきある 2点	頻繁にある 3点	いつもそうだ 4点
チェック⑥ 貯金のお出し入れや、家賃や公共料金の 支払いは一人でできますか 	問題なく できる 1点	だいたい できる 2点	あまり できない 3点	できない 4点
チェック⑦ 一人で買い物に行けますか 	問題なく できる 1点	だいたい できる 2点	あまり できない 3点	できない 4点
チェック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 	問題なく できる 1点	だいたい できる 2点	あまり できない 3点	できない 4点
チェック⑨ 自分で掃除機やほうきを使って 掃除ができますか 	問題なく できる 1点	だいたい できる 2点	あまり できない 3点	できない 4点
チェック⑩ 電話番号を調べて、 電話をかけることができますか 	問題なく できる 1点	だいたい できる 2点	あまり できない 3点	できない 4点

チェックしたら、①～⑩の点数を合計

▶ 合計 点

20点以上の場合は、認知機能や社会生活に支障が出ている可能性があります。

認知機能検診をおすすめします。

※このチェックリストの結果はあくまでもおおよその目安で医学的診断に代わるものではありません。

認知症の診断には医療機関での受診が必要です。

※身体機能が低下している場合は、点数が高くなる可能性があります。