

早期発見が重要!!

このテストにより認知症の初期症状を、ご自身やご家族などで簡単に予測できます。チェックリストを見て身に覚えがないか確認しましょう（認知症予防財団HPより）

ない=0点、時々ある=1点、頻繁にある=2点

- 同じ話を無意識に繰り返す _____点
- 知っている人の名前が思い出せない _____点
- 物のしまい場所を忘れる _____点
- 漢字を忘れる _____点
- 今しようとしていることを忘れる _____点
- 器具の説明書を読むのを面倒がる _____点
- 理由もないのに気がふさぐ _____点
- 身だしなみに無関心である _____点
- 外出をおっくうがる _____点
- 物(財布など)が見当たらないことを
他人のせいにする _____点

0～8点＝正常、

9～13点＝要注意、

14～20点＝疾的（専門医等で診断を）