早期発見・早期診断

認知症サポート検診

のごあんない

自分にはまだ早い…？
例えばアルツハイマー型認知症の原因となる
物質は２０～３０年かけて溜まります。
予防のためには「まだ大丈夫」の
今の対策が重要です！

詳しくは中面へ…

アルツハイマー病と認知症予防

アルツハイマー病の原因となる物質（アミロイドβとタウたんぱく）は個人差はあるものの、一般的に**50歳前後から徐々に蓄積**します。

認知症の予防は難しいですが、**「認知症のリスクを高める習慣」を避けること**はできます。

認知症のリスクを高めてしまう習慣とその対策

認知症のリスクを高める習慣	対策例
あまり食べない	認知症予防に特別な食事は必要ありません。バランスよく、３食しっかり食べましょう。
あまり体を動かさない	軽く汗をかく程度のウォーキングを日課にしましょう。
あまり外に出ない	地域活動などを通じて気の合う仲間を見つけてみましょう。

早期発見のメリット

1. 発見が早いと、治療の選択肢が増える
2. 認知症の前段階（MCI）の時に発見することで認知症の発症を食い止めることができる可能性がある
3. 症状の軽いうちから、今後のいろいろなことを話し合うことができる
4. 早期から対応をすることで、本人が望む生活をできるだけ長く続けられる可能性が高まる

認知症サポート検診

ってなにするの？

０１ 申　込

必要な書類と、事業実施医療機関一覧を送付します。

０２ 予　約

事業実施医療機関一覧を参考に検診の予約を取ってください。

０３ 検　診

記入済みの書類を基に医師が簡単な問診等を行います。

０４ 結　果

当日の医師からの説明に加えて、市から報告書を送付します。

さらに詳しい検査を受ける場合は…

検診の結果さらに詳しい検査や診察を受ける場合は、内容に応じて自己負担が生じます。

検診の結果がばっちりな方も

年に1回の定期的なチェックで脳の健康度が分かる！

検診を受けることのメリット

・おや？っと思ったときに、スムーズに相談や受診ができる

・検診をきっかけに、あなたや家族のなかなか気づけないちょっとした変化に、気づくことができる

・認知症に似た症状で治る病気もある

・早期発見で早期治療を受けることができる

受診料無料

受診対象

50 歳以上の立川市民

※すでに認知症の診断を受けている方を除きます
※1年以内に本事業を利用された方を除きます

早期発見・早期対応

が認知症予防に効果的です

お問合せ・お申込み

立川市高齢政策課認知症対策係
042-523-2111
（内線：1482、1483）
FAX:042-522-2481

詳細はWEBページをご覧ください

WEBページはこちら

https://www.city.tachikawa.lg.jp/kenko/korei/1003484/1025156.html