第21回 市民公開講座

認知症の話

14:00～ 神経内科 **町田 裕** 医師

地域包括支援センターについて

14:40～
社会福祉士 河合 愛

大好評！ **健康測定・健康相談** 15:00～

定員各80名 **ロコモ度テスト・骨密度測定**
（受付時、整理券を配付します）

その他、栄養相談や医療機関案内もおこなっています。

日時 令和2年2月29日（土） 受付開始 13:00～

会場 カルスタすぎと
杉戸町大字大島477-8

事前申込不要 **全て無料**

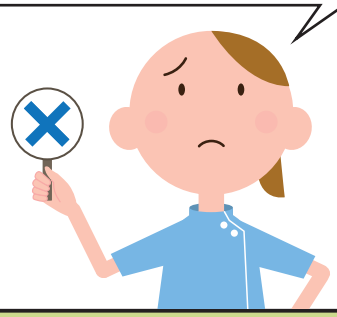
お問い合わせ
東埼玉総合病院 地域連携課
☎0480-40-1318
埼玉県幸手市吉野517-5

【共 催】東埼玉総合病院・堀中病院・杉戸ロータリークラブ
【後 援】幸手市・杉戸町・宮代町・北葛北部医師会

もの忘れチェックリスト

監修 町田 裕（神経内科）

ひとつでも
当てはまれば
初期の認知症かも？



こんな症状思い当たりませんか？

□ **自分がしたこと自体を忘れてしまう**

例）食事を食べたことや散歩に行ったことなどを忘れてしまう

□ **昔から続けてきたことが分からなくなる**

例）毎日通っているスーパーからの帰り道が分からなくなる

□ **身近なありふれたものの名前を忘れてしまう**

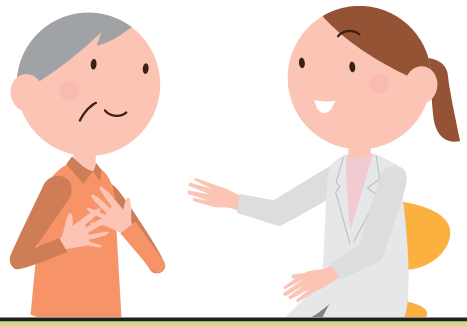
例）ポスト、駅、家族の名前などが出てこない

□ **ものを盗られたと思い込む**

例）見つかったとしても隠されていたと思い込んでしまう

7つのロコチェック

ロコモ度テストを
無料で受けませんか？



こんな症状思い当たりませんか？

□ 片脚立ちで靴下がはけない

□ 家の中でつまづいたりすべったりする

□ 階段を上がるのに手すりが必要

□ 家のやや重い仕事が困難

□ 2kg程度※の買い物をして持ち帰るのが困難

※1リットルの牛乳パック2本程度

□ 15分くらい続けて歩くことができない

□ 横断歩道を青信号で渡りきれない

講演会で病気の予防、発見、治療の方法をお話しします。ぜひ、ご来場下さい!!