

認知症予防の 取組みが 始まります

お達者問診票が
新しくなりました

特定健康診査・後期高齢者健康診査が7月から始まっています。

健康診査受診票の裏面に、65歳以上の方に記入していただく『お達者問診項目』があるのをご存じですか？

この調査項目によって皆さんの「お達者度」を伺い、いつまでも健康であるための取組み(介護予防事業など)の実施に役立てています。今年度から、ここに認知機能に関するアンケート項目を加えて、認知症予防のための取組みを重点的に行っています。

◎質問9は、65歳以上の方がお答えください。

質問9：お達者問診項目（介護予防）			
1	バスや電車で1人で外出していますか	1	はい 2 いいえ
2	日用品の買物をしていますか	1	はい 2 いいえ
3	預貯金の出し入れをしていますか	1	はい 2 いいえ
4	友人の家を訪ねていますか	1	はい 2 いいえ
5	家族や友人の相談にのっていますか	1	はい 2 いいえ
6	階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか	1	はい 2 いいえ
7	椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか	1	はい 2 いいえ
8	15分くらい続けて歩いていますか	1	はい 2 いいえ
9	この1年間に転んだことがありますか	1	はい 2 いいえ
10	転倒に対する不安は大きいですか	1	はい 2 いいえ
11	6ヶ月間で2～3kg以上の体重減少がありますか	1	はい 2 いいえ
12	※※※身長・体重よりBMIを計算します※※※ (自動算出のため記入不要)		
13	半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか	1	はい 2 いいえ
14	お茶や汁物等でむせることがありますか	1	はい 2 いいえ
15	口の渇きが気になりますか	1	はい 2 いいえ
16	週に1回以上は外出していますか	1	はい 2 いいえ
17	昨年と比べて外出の機会が減っていますか	1	はい 2 いいえ
18	周りの人から「いつも同じ事を聞く」などの物忘れがあるといわれますか	1	はい 2 いいえ
19	自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか	1	はい 2 いいえ
20	今日が何月何日かわからない時がありますか	1	はい 2 いいえ
21	毎日の生活に充実感がない	1	はい 2 いいえ
22	これまで楽しんでやれていたことが楽しめなくなった	1	はい 2 いいえ
23	ここ2週間 以前は楽にできていたことが今ではおっくうに感じられる	1	はい 2 いいえ
24	自分が役に立つ人間だと思えない	1	はい 2 いいえ
25	わけもなく疲れたような感じがする	1	はい 2 いいえ
26	買い物のお釣りを暗算で計算することが難しいですか	1	はい 2 いいえ
27	何かを行っている際、間違いに気づいた後すぐに切り替えることが難しいですか	1	はい 2 いいえ
28	予定を忘れないために、自ら確認することが難しいですが(例:カレンダーや手帳の確認)	1	はい 2 いいえ
29	30分以上、何かに続けて集中することが難しいですか	1	はい 2 いいえ
30	物事を自分で決めることが難しいですか	1	はい 2 いいえ

問合せ先 高浜市いきいき広場内 保健福祉グループ 電話 52-9871

認知症予防のために

★お達者問診票の提出に協力してください★

市では、認知症予防に関する取組みを、国立長寿医療研究センター*と協働で実施します。

認知症とは、さまざまな原因で脳の働きが悪くなり、記憶力や判断力などが低下し、日常生活に支障が出る状態と言われていますが、早期の段階では、からだの健康と違って自分では気づきにくいものです。

まずは「お達者問診項目」へ回答してください。必要に応じ、今後実施予定の「脳とからだの健康チェック」を無料で受けることができます。認知症の予防には、早期発見・早期対応が重要です。

ぜひ、お達者問診票の提出に協力いただきますようお願いいたします。

※国立長寿医療研究センター：「高齢者の心と体の自立を促進し、健康長寿社会の構築に貢献する」という理念のもと、老化にとめない発症する疾患の治療・予防法を研究する国立研究機関です。

お達者問診票記入時の注意

問診票は本人に回答していただくようお願いしています。本人がひとりで記入することが難しい場合は、代筆や読み上げるなど家族が手伝い、できるかぎり本人が答えを選択し回答できるよう、協力をお願いします。



問合せ先 いきいき広場内保健福祉グループ ☎ 52-9871