

## 「5分で完了！認知機能セルフチェック」を開始！ ～認知機能の見える化で早期対策へスイッチ ON～

認知症になる一歩手前の段階、MCI(Mild Cognitive Impairment)についてご存知でしょうか？

MCI(軽度認知障害)とは、健常な状態と認知症の中間の状態のことです。MCIの段階で気づき、運動や食生活などの対策をきちんと行うことで最大41%が健常な状態に戻ると言われています。

北九州市では、これまでもタッチパネルパソコンによる簡易テストを通じて、認知症の初期段階での発見を促してまいりましたが、今年度からは、認知症になる一歩手前の段階であるMCIについても把握できるよう、検査内容をさらに充実させました。

具体的には、短時間のセルフチェック1回で、MCIを含む認知機能の変化に早めに気づききっかけを提供する取組を開始します。

この取組を通して、市民の皆様の認知症予防の早期対策を支援してまいります。ぜひ、取材方よろしくお願いたします。

### 【事業概要】

VRゴーグルと視線追跡技術を活用した「認知機能セルフチェッカー」を使用して、認知機能を数値化＝見える化します。

結果に応じて生活習慣の改善、認知症予防対策についてのアドバイスを行います。

また、市民の方が生活改善や社会参加に向けた取組が実践できるよう、介護予防教室や高齢者の方が利用できる通いの場等の情報提供を行います。

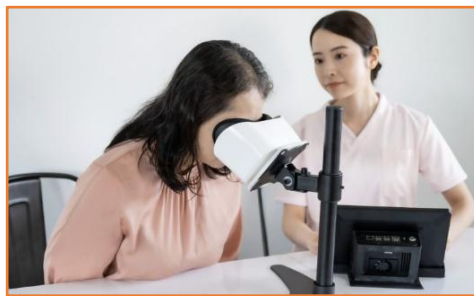
### 〈対象〉

約1,000人／年間

### 〈実施場所〉

- ① 地域で楽しく介護予防！出張講座
- ② 頭と体のいきいきトレーニング教室
- ③ その他市のイベント等  
(随時北九州市 HP にてお知らせ)

※①②の詳細は、北九州市 HP をご確認ください



【出典】株式会社 FOVE「認知機能セルフチェッカー」  
<https://cog-selfcheck.jp/municipality/>

- ① 地域で楽しく介護予防！出張講座  
<https://www.city.kitakyushu.lg.jp/contents/28000193.html>



- ② 頭と体のいきいきトレーニング教室  
[https://www.city.kitakyushu.lg.jp/contents/280\\_00030.html](https://www.city.kitakyushu.lg.jp/contents/280_00030.html)



【問合せ・取材申し込み先】  
保健福祉局長寿社会対策推進室  
電話：093-582-2063  
担当：津崎(課長) 高橋(係長)