

◆最近、物忘れが増えていますか？

―軽度認知障害（MCI）について―

「物の置き場所を思い出せない」「人の名前がすぐに出てこない」など、年齢とともに物忘れを感じることは誰にでもあります。しかし、その中には「軽度認知障害（MCI）」と呼ばれる状態が含まれている場合があります。

MCIとは、加齢による物忘れと認知症の中間の段階で、記憶力などに軽い低下がみられるものの、買い物や家事などの日常生活はほぼ自立して行える状態を指します。この段階では本人や周囲が変化に気づきにくいこともあります。

【気づきのサイン】

- ・同じことを何度も確認してしまう
- ・予定や約束を忘れることが増えた

・物の置き場所を思い出せないことが多い

【予防のポイント】

MCIの段階では、生活習慣を見直すことで認知機能の低下を予防したり、認知症への進行を遅らせたりできる可能性があります。日頃から適度な運動やバランスの良い食事、人との会話や趣味などの活動を続けることが、脳の健康を保つことにつながります。

【まとめ】

物忘れは誰にでもありますが、「以前より増えた」と感じる変化に気づくことが大切です。気になる場合は、かかりつけ医、地域包括支援センターなどに相談してみましょう。引用…厚生労働省「軽度認知障害について」

『地域の皆様へ』

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、次のような取り組みを行っています。ご理解とご協力をお願いいたします。

【診療所】

○診察を受ける方及び付添いの方全員のマスク着用、手の消毒、検温をお願いしております。

○診療所内の消毒と換気を毎日実施しております。

【老健施設】

○原則として、感染対策の為入所者の外泊は禁止しています。また、面会は予約制となっております。

○通所リハビリ利用者に毎日の体調確認と検温を実施しております。

○施設内及び送迎車両の消毒と換気を毎日実施しております。

診療所外来4月担当医

☎泉崎南東北診療所 ☎0248-53-2415

【お願い】発熱症状（37℃以上）、風邪症状（せき、のどの痛みなど）がある方の診療受付は、施設内に入らず、お電話ください。

	月	火	水	木	金	土	日/祝祭日
午前 受付時間 8:30 ～ 11:30	小林利男 整形外科・内科	小林利男 整形外科・内科	内藤 梓 消化器内科・外科	小林利男 整形外科・内科	小林利男 整形外科・内科 4/3のみ診療	小林利男 整形外科・内科 4/4.18診療	休 診
		内藤 梓 消化器内科・外科		内藤 梓 消化器内科・外科	内藤 梓 消化器内科・外科 4/10.17.24診療	内藤 梓 消化器内科・外科 4/11.25診療	
					南東北眼科クリニック医師 眼科(予約制) 4/10.17.24診療	総合南東北病院医師 心臓血管外科	
午後 受付時間 13:30 ～ 16:00 (水曜日は 14:30)	北原正樹 内科・形成・皮膚	小林利男 整形外科・内科	内藤 梓 消化器内科・外科	小林利男 整形外科・内科	小林利男 整形外科・内科 4/3のみ診療	小林利男 整形外科・内科 4/4.18診療	
	緑川博文 心臓血管外科 4/6のみ診療	内藤 梓 消化器内科・外科	水曜 14:30 受付終了	内藤 梓 消化器内科・外科 4/9.16.23.30診療	内藤 梓 消化器内科・外科 4/10.17.24診療	内藤 梓 消化器内科・外科 4/11.25診療	
		緑川Dr【心臓血管外科】 (14:00～の診察となります)					

※都合により診療時間や医師の変更がある場合がありますので、詳しい診療案内等は当診療所へお電話にてお問い合わせください。
☎0248-53-2415
※日曜・祝祭日・年末年始の休日の当番医はしらかわ情報センター
☎0248-23-9909) で確認いただけます。

※眼科は予約制となっております。(事前に電話又は窓口にてご予約ください)
なお、4/3(金)午前の眼科は休診になります。
※心臓血管外科の診療は毎月第1月曜日の午後(4/6)と毎週土曜日の午前
のみになります。
※小児科外来、脳神経外科外来は令和8年3月をもって終了となりました。