

ファイブ・コグ検査とは？

どんな検査なの？

記憶力や注意力、思考力など、5つの認知機能を調べる検査です。

注) 認知症かどうかを診断する検査ではありません！！

調べる項目

記憶力 注意力 言語力
視空間認知 思考力

どんな年代の人が受けられるの？

おおむね60歳から89歳の方向への検査です。

どんな方法で検査するの？

スクリーンに映し出される課題を見ながら、専用の用紙に回答を記入します。

どのくらいの時間がかかるの？

事前説明を含め、1時間程度です。

検査結果はどうなるの？

お1人ずつ「結果表」をお作りし、後日開催する「結果説明会」でお返しします。「結果説明会」では、結果の見方と認知症予防についてのお話をします。



どんなことに生かせるの？

検査によって自分の得意・不得意な認知機能を知り、認知症予防のために、どんなことに取り組んだらよいかのヒントが得られます。

ただし、検査を受けた時の体調や環境によって結果が変わります。

(例：緊張してうまく解けなかった、前日の疲れで集中できなかった等) ですので、結果にとらわれすぎず、あくまで「参考」としてください。

認知症予防の第一歩は「出掛けること」「いろいろな人と交流すること」「集まりに参加すること」です。気心知れた仲間と一緒に、ぜひ、ファイブ・コグ検査を受けて、これからの皆さんの元気度アップに生かしてみませんか？

お問い合わせ

安曇野市豊科6000 安曇野市役所 新本庁舎1階 11番窓口
安曇野市役所 介護保険課 介護予防担当 TEL: 71-2474