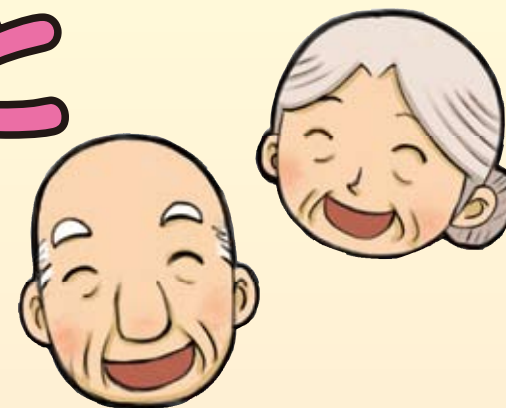


# 最近、忘れっぽいと感じるあなたへ



## もの忘れチェックシート

現在のご自分の能力を若い時と比べて、右側の当てはまる欄の数字のどれか1つを○で囲んでください。25点以上で、歳のせい、何かの病気のせいなのかは別として「記憶障害あり」になります。ぜひ、もの忘れ外来に相談してみてください。

	今の方がずっとよい	今の方が幾分よい	ほぼ同じ	今の方が幾分悪い	今の方がずっと悪い
1. たった今紹介された人の名前を 思い出すこと	1	2	3	4	5
2. 毎日あるいは毎週のように使う 電話番号や郵便番号を思い出すこと	1	2	3	4	5
3. 家や会社に置いたもの(例えば鍵など) の置き場所を思い出すこと	1	2	3	4	5
4. たった今読み終えた新聞や雑誌の 特定の記事を思い出すこと	1	2	3	4	5
5. スーパーやコンビニなどに着いた時に 予定していた買い物を思い出すこと	1	2	3	4	5
6. 全体的に、若いときと比べて 現在の自分の記憶力はどのようですか	1	2	3	4	5