

質問・明晰脳チェック		配点	点数(記入用)	
質問1	あなたは何歳ですか？	1点	0	1
質問2	今日は、何年何月何日の何曜日ですか？	各1点 (全部で4点)	年 : 0 月 : 0 日 : 0 曜日 : 0	1 1 1 1
質問3	今いる場所はどこですか？ (5秒おき) 家ですか？ 病院ですか？ 施設ですか？	自発的であれば2点 その他は1点	0	1 2
質問4	今から言う3つの言葉を復唱してください。 例：「桜」「猫」「電車」など、 何でも身近なもので	各1点 (全部で3点)	0 0 0 0	1 1 1 1
質問5	「100」から「7」を引いてください。 そこからさらに「7」を引いてください。 ※数字を変えて応用可	各1点	0 0	1 1
質問6	今から言う3つの数字を、 逆から言ってください。 例：「5-8-4」「25-6-81」など何でも	各1点	0 0	1 1
質問7	質問4の3つの言葉を、 もう一度言ってください。	各2点 (全部で6点)	0 0 0	2 2 2
質問8	今から見せる5つの品物を覚えてください。 例：「鉛筆」「鏡」「歯ブラシ」 「時計」「スプーン」など (隠したあとに) さきほど見せた5つの品物を、 答えてください。	各1点 (全部で5点)	0 0 0 0 0	1 1 1 1 1
質問9	15秒間に、野菜の名前を 出来るだけ多く言ってください。	各1点 (5個以上は5点)		
		合計 (30点満点)		

結果測定

20点以上	ただの物忘れレベルです。 取り急ぎのご心配はいりませんが、依然、日頃からの心がけは重要です。
19～16点	認知症初期症状が表れている可能性があります。 日頃からの心がけに加え、できる対策は早めに取りっておきましょう。
15～11点	軽度の認知症、もしくは症状が進行している可能性が高いです。 早めの対策はもちろんですが、ご家族の冷静な対応も重要となります。
10点以下	認知症疑いアリ。 お近くの専門医の診察をお勧めします。