

**軽度認知障害(MCI)**

そのもの忘れ  
かもしだれません！

何かおかしい？と思った皆さんへ

MCIは、放置すると1年で5～15%の人が認知症に進行することがある一方で、1年で16～41%の人が健康な状態に戻ったとの報告もあります。MCIの段階でその諸症状に気付き早期に適切な治療を行うことで、認知症への進行を遅らせるだけではなく、健康な状態へ回復する可能性もあります。また近年、アルツハイマー病によるMCIなどに対しては、進行抑制が認められた新しい治療薬も承認されています。

ご自身やご家族のちょっとした変化に気付いたら、そのサインを軽視せず、早めに病院を受診しましょう。MCIの段階での早期診断と対策は、患者さんだけでなく、ご家族の将来にも大きな影響を与えます。一人ひとりの健やかな日常を守るために、早期の行動が鍵となります。

※認知症ポータルサイト「テヲトル」から

## 軽度認知障害(MCI)とは…

記憶や判断などを行う脳の機能（認知機能）が低下して、生活に支障が出るようになると「認知症」と診断されます。しかし、自分自身や周囲の人が、以前に比べて認知機能は低下を感じているものの、日常生活に支障が生じるほどの大幅な低下ではない、認知症の一歩手前の状態を「軽度認知障害(MCI)」といいます。認知症の症状が明らかになる前に、「何かおかしい」「以前とはどこか違う」と感じる人が多いようです。

MCIになると、日常生活や仕事に軽い支障をきたす場合もありますが、何らかの工夫や支援があれば自立できます。そこが認知症との違いになります。

※認知症ポータルサイト「テヲトル」から

●ご相談は下記の病院へ

※受診の際は事前に予約が必要です。受診前に必ずお電話でお問い合わせください。

※生活上のご相談は地域包括支援センターへ。

病院名	住所	電話
釧路孝仁会リハビリテーション病院 認知症疾患医療センター	星が浦大通 3-9-13	64-6820
釧路脳神経外科（もの忘れ外来）	芦野1-27-1	37-5512
釧路孝仁会記念病院（もの忘れ外来）	愛國191-212	39-1222
協立すこやかクリニック	治水町6-30	24-8405
釧路北病院（もの忘れ外来）	昭和190-105	55-6111
みよし内科クリニック（脳神経内科）	文苑1-41-11	39-0344
釧路赤十字病院（もの忘れ外来）	新栄町21-14	22-7171
釧路中央メンタルクリニック	幸町8-3-2	61-0088

認知症ポータルサイト「テヲトル」をご活用ください。  
認知症に関する情報が掲載されています。

問合先 市役所介護高齢課高齢福祉係 (番号31-4539)

令和7年分の確定申告を予定されている方へ

マイナンバーカードを利用して自宅からスマホ申告ができます

釧路税務署からのお知らせ

確定申告会場への入場には「入場整理券」が必要です。国税庁LINE公式アカウントで事前発行もしくは会場で当日配付を受ける必要があります。

※確定申告会場は、大変混雑します。整理券の配付状況によって後日の来場をお願いする場合があります。

LINE公式アカウントはこちらから▶

**チャレンジ！自宅からスマホで確定申告！**

**Step1 作成開始**

マイナンバーカードとスマートフォンを用意して確定申告書等を作成コーナーへアクセスしてください。

**Step2 申告書作成**

画面の案内に沿って入力すると自動計算で申告書が作成できます。  
e-Tax（マイナンバーカード方式）による作成・提出がおすすめです。

**Step3 送信・完了**

作成した申告書は、そのまま送信するだけで、自宅から簡単に申告手続きが完了します。

■確定申告に関する税務相談は、ぜひ**チャットボット**をご利用ください。

税務相談チャットボットはご質問を入力いただき、AIを活用した回答を自動表示するウェブサービスです。

税務職員ふたば▶

■国税の納付は、**キャッシュレス納付**をご利用ください。

キャッシュレス納付を利用すると、確定申告期間の窓口が混雑する時期に、金融機関や税務署に出向くことなく、自宅やオフィスで納付ができます。

キャッシュレス納付についてはこちらから▶

■確定申告会場について

開設期間：2月16日㈪～3月16日㈪ (土・日曜日、祝日を除く)  
相談受付時間：午前9時～午後4時  
確定申告会場：釧路税務署（釧路地方合同庁舎2階）

e-Taxの5つのメリット

- 自宅から申告可能**
- 確定申告期間24時間利用可能**
- 早期還付**（3週間程度で還付）
- 添付書類提出不要**
- 受信通知からいつでも内容確認！**

問合先 釧路税務署（幸町10-3釧路地方合同庁舎2階）番号31-5100※自動音声で案内します。担当課 市役所市民税課市民税係