

# 認知症

誰にでも起こり得る  
脳の病気です。



早期に発見して適切な対処をすることで、その人らしい充実した生活を続けることができます。

## 家族が見つけた「認知症」早期発見のめやす

医学的な診断基準ではありませんが、受診や相談の目安として参考にしてください。

チェック  
シート

<b>もの忘れが ひどい</b>	<input type="checkbox"/> 今切ったばかりなのに、電話の相手の名前を忘れる
	<input type="checkbox"/> 同じことを何度も言う・問う・する
	<input type="checkbox"/> しまい忘れ置き忘れが増え、いつも探し物をしている
	<input type="checkbox"/> 財布・通帳・衣類などを盗まれたと人を疑う
<b>判断・理解力が 衰える</b>	<input type="checkbox"/> 料理・片付け・計算・運転などのミスが多くなった
	<input type="checkbox"/> 新しいことが覚えられない
	<input type="checkbox"/> 話のつじつまが合わない
	<input type="checkbox"/> テレビ番組の内容が理解できなくなった
<b>時間・場所が わからない</b>	<input type="checkbox"/> 約束の日時や場所を間違えるようになった
	<input type="checkbox"/> 慣れた道でも迷うことがある
<b>人柄が変わる</b>	<input type="checkbox"/> 些細なことで怒りっぽくなった
	<input type="checkbox"/> 周りへの気づかいがなくなり頑固になった
	<input type="checkbox"/> 自分の失敗を人のせいにする
	<input type="checkbox"/> 「このごろ様子がおかしい」と周囲から言われた
<b>不安感が強い</b>	<input type="checkbox"/> ひとりになると怖がったり寂しがったりする
	<input type="checkbox"/> 外出時、持ち物を何度も確かめる
	<input type="checkbox"/> 「頭が変になった」と本人が訴える
<b>意欲がなくなる</b>	<input type="checkbox"/> 下着を替えず、身だしなみを構わなくなった
	<input type="checkbox"/> 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった
	<input type="checkbox"/> ふさぎ込んで何をするのも億劫がり、嫌がる



(作成：認知症の人と家族の会／20項目)



### 【認知症に関する相談窓口】



#### 総合相談窓口

男鹿市地域包括支援センター（市役所1階）

☎0185-24-3322（月～金 8:30～17:15 祝祭日・年末年始除く）

#### 医療

もの忘れなど気がかりがありましたら、まずは、かかりつけ医に相談しましょう。

**このチラシにチェックをして、かかりつけ医や地域包括支援センターに持参し、相談することをお勧めします。**