

認知症かな？と思ったら

早期診断・対応が
大切です

こんな症状ありませんか？

日常の暮らしの中で、認知症の始まりではないかと思われる言動を、「家族の会」の会員の経験からまとめたものです。医学的な診断基準ではありませんが、暮らしの中で目安として参考にしてください。

いくつか思い当たる事があれば、かかりつけ医などに相談してみることがよいでしょう。

●もの忘れがひどい

- ☐ 今切ったばかりなのに、電話の相手の名前を忘れる
- ☐ 同じことを何度も言う・問う・する
- ☐ しまい忘れ置き忘れが増え、いつも探し物をしている
- ☐ 財布・通帳・衣服などを盗まれたと人を疑う

●判断・理解力が衰える

- ☐ 料理・片付け・計算・運転などのミスが多くなった
- ☐ 新しいことが覚えられない
- ☐ 話のつじつまが合わない
- ☐ テレビ番組の内容が理解できなくなった

●時間・場所がわからない

- ☐ 約束の日時や場所を間違えるようになった
- ☐ 慣れた道でも迷うことがある

●人柄が変わる

- ☐ 些細なことで怒りっぽくなった
- ☐ 周りへの気づかいがなくなり頑固になった
- ☐ 自分の失敗を人のせいにする
- ☐ 「このごろ様子がおかしい」と周囲から言われた

●不安感が強い

- ☐ ひとりになると怖がったり寂しがったりする
- ☐ 外出時、持ち物を何度も確かめる
- ☐ 「頭が変になった」と本人が訴える

●意欲がなくなる

- ☐ 下着を替えず、身だしなみを構わなくなった
- ☐ 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった
- ☐ ふさぎ込んで何をするのもおっくうがいやがる

※（公社）認知症の人と家族の会作成「家族がつくった認知症早期発見のめやす」より

認知症かな？と思ったら

ポイント1【受診しましょう】

- 認知症の原因になる病気はさまざまですが、早期に発見し、治療を始めることで、症状を遅らせたり、軽減できる場合があります。
- 『認知症かな？』と思ったら、まずは「かかりつけ医」へ相談しましょう。かかりつけ医のみでは対応が難しい場合は、ものわすれ相談医などへ受診が必要です。

ものわすれ相談医の
一覧は
6ページを参照

日ごろの気になる様子を事前にまとめて、受診の際に伝えましょう

- いつ頃から、どんな状態が、どのような場面で表れるようになったか
- これまでにかかった病気や現在治療している病気、飲んでいる薬
- 日常生活での様子、困っていること
- 性格や習慣の変化など



ポイント2【相談しましょう】

- 春日市では高齢者の総合相談窓口である、地域包括支援センターを3か所設置しています。
- 各地域包括支援センターに認知症地域支援推進員を配置し、相談を受けています。

問い合わせ先の
一覧は
13ページを参照

認知症地域支援推進員とは？

認知症の方やその家族と、医療機関、地域の支援機関をつなぐコーディネーターの役割を担っています。気になることがありましたら、ご相談ください。

(私・家族が)
認知症かもしれない

介護に疲れた

認知症の家族の方と
交流したい

ご家族やご本人の他、ご近所の住民や、ケアマネジャー、かかりつけ医など関係者からの相談も受け付けています。