

## 家族の会がつくった「認知症」早期発見のめやす【出典：公益社団法人認知症の人と家族の会】

日常の暮らしの中で、認知症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、暮らしの中での目安として参考にしてください。いくつか思い当たることがあれば、一応専門家に相談してみることでよいでしょう。

### 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・衣類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億劫がりがやる

### 《ご注意ください》

このチェックシートは、インターネット上での質問と回答という限られた環境の中で、認知症の可能性の有無を示唆する目的で作成されたものであり、直接の面談を含む医師による診断を代用するものではありません。また、認知症以外の病気の可能性の有無について、いかなる示唆を与えるものではありません。このチェックシートの結果の如何に関わらず不安がある場合には、早めに専門機関や相談窓口にご相談しましょう。

認知症かどうかの最終判定はこのテストだけではできません。色々なテストや画像診断などをあわせて専門機関が総合的に判断します。専門機関を受診する場合は、認知症外来や物忘れ外来などの専門機関を受診することをお勧めします。

チェック項目が0～2個の場合

-----  
あなたのこのチェックシートでの結果は「正常範囲」です。  
-----

現状を維持するためにも、地域の活動に積極的に参加しましょう。

チェック項目が3～5個の場合

-----  
あなたのこのチェックシートでの結果は「注意が必要な範囲」です。  
-----

歳をとれば誰にでももの忘れは起こってくるため、思い当たることがあっても、「歳のせいなのかな」と見過ごしがちです。しかし、認知症は早期発見・早期治療がとても大切な病気ですから、少しでも疑わしい場合には早めに専門医に診てもらうことが大切

チェック項目が6個以上の場合

-----  
あなたのこのチェックシートでの結果は「かかりつけ医や専門家の診断を受けた方が良いと思われる範囲」です。  
-----

認知症の初期症状が出ている可能性があります。家族にも再チェックしてもらい、結果が同じなら、認知症専門外来を受診してみてください。

心配なことは、下記にご相談ください。

○南部おとしより相談センター  
電話: 354-5221  
住所: 金上562-1  
担当中学校区: 勝田第一, 大島

○北部おとしより相談センター  
電話: 229-2255  
住所: 足崎1474-7  
担当中学校区: 勝田第三, 佐野

○西部おとしより相談センター  
電話: 276-0655  
住所: 津田2093-1  
担当中学校区: 勝田第二, 田彦

○東部おとしより相談センター  
電話: 264-1501  
住所: 烏ヶ台11835-2  
担当中学校区: 那珂湊, 平磯, 阿字ヶ浦