

# 「認知症の早期発見・対応が大切です」

～安心して自分らしく暮らし続けることができる

米子市をめざすために～

高齢化にともない、認知症の高齢者が年々増加しています。

米子市では、65歳以上の人の8人に1人が認知症であり、誰にとっても身近な病気です。

認知症の早期の発見、受診、診断、治療、適切なケアは、その後の認知症の人の生活を左右する重要なことです。



## 家族がつくれた 「認知症」早期発見のめやす

### もの忘れがひどい

出典／公益社団法人認知症の人と家族の会作成

- 1 今切ったばかりなのに、電話の相手の名前を忘れる
- 2 同じことを何度も言う・問う・する
- 3 しまい忘れ置き忘れが増え、いつも探し物をしている
- 4 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

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

### 時間・場所が分からない

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

### 人柄が変わる

- 11 些細なことで怒りっぽくなった
- 12 周りへの気遣いがなくなり頑固になった
- 13 自分の失敗を人のせいにする
- 14 「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

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

### 意欲がなくなる

- 18 下着を替えず、身だしなみを構わなくなった
- 19 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった
- 20 ふさぎ込んで何をするのも億劫がりいやがる

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がよいでしょう。

