

認知症かな？チェックシート



このチェックシートは、「認知症」早期発見の目安です。日常の暮らしの中で認知症ではないかと思われる言動について、家族などの経験からまとめられたものです。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。

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



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



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

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

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



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いやがる

出典：公益社団法人認知症の人と家族の会作成

いくつか思い当たることがあれば、医療機関や、地域包括支援センターなどにご相談ください。地域包括支援センターは来所、電話、訪問での相談可能です。予約の必要はございません。



永山地域包括支援センター 旭川市永山3条19丁目
☎40-2323