

家族や周囲の “気付き”が 大切

認 知症になると何も分からなくなるので
はありません。最初に症状を自覚し、誰
よりも不安を感じるのは本人です。特に初期
段階は混乱や不安から、物忘れや失敗といった
自分の行動を取り繕ってしまい、家族や周囲
が見逃してしまうことも少なくないようです。

そ のままにしておくとも症状が進んでしま
うため、やはり家族や周囲の気付きが
大切。「どこかおかしい」と感じ
たら、身近なかかりつけ医や
各市町村の地域包括支援セン
ターに相談するようにしましょう。



認知症早期発見のための チェックリスト

- 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。
- 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。
- 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。
- ささいなことで怒りっぽくなった。
- 周りへの気づかいはなくなり、頑固になった。
- 自分の失敗をひとのせいにする。
- 「このごろ様子がおかしい」と周囲から言われた。
- 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。
- 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。
- ふさぎこんで何をするのもおっくうがり、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



チェック
してみよう!!

「早めに気づきたい 認知症 のサイン」



優しい社会へ

高知のよりよい明日を目指すキャンペーン

◎企画制作／高知新聞社広告局・高知広告センター ◎制作協力／高知県地域福祉部高齢者福祉課

高知県の認知症高齢者は、推計データ※によると
2015年からの10年で9千人近くも増えると予想されています。

「認知症なんてまだ先の話」と思っている人も5年、10年はあつという間。
家族や周囲の人のことも考えると認知症は決してひとつとごとはありません。
そこで今回は、日常生活でチェックできる認知症のサインをはじめ、
早期発見につながるヒントについて考えます。

※「日本における認知症高齢者人口の将来推計に関する研究」(2014年度厚生労働科学研究費補助金特別研究事業)を基に推計

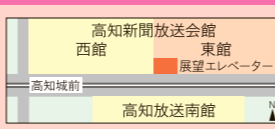
さらなる増員を
目指して!!

2017年12月31日現在で
50,438人
(県内のサポーター数)



地域で温かく見守る サポーターになろう 認知症サポーター養成講座

■日時／2018年4月27日(金)午前10時～11時30分
■場所／高知新聞放送会館 東館8階 階段会議室(高知市本町3-2-15)
※ 電車通り側の東側玄関より展望エレベーターをご利用ください。



■お問い合わせ・申し込み先
高知県高齢者福祉課 TEL 088-823-9627
※3月26日(月)より受け付け開始。定員に達し次第
締め切りますのでお早めにお申し込みください。



定員80人
受講無料



「周りの気付きから」



困り事や悩み事は、一人で抱えず相談を！

● **認知症コールセンター**
認知症の方の介護や家族の悩みなど、認知症に関するさまざまな相談に介護経験者（認知症の人と家族の会世話人）がお答えします。
TEL & FAX 0888-821-2818
月曜から金曜 祝日・年末年始を除く／午前10時から午後4時
月曜から金曜
TEL 0888-875-0110

● **地域包括支援センター**
詳しくは、お住まいの市町村役場までお問い合わせください。
「優しい社会」紙面への「意見、ご感想は…」
〒808-72 高知市私書箱70号「優しい社会」係まで。
（下記ホームページでも受け付けています）

