

【自分でできる認知症の気づきチェックリスト】

最も当てはまるものに○をつけてください

このチェックリストの結果はあくまでもおおよその目安で医学的診断に代わるものではありません。認知症の診断には医療機関での受診が必要です。身体機能が低下している場合は点数が高くなる可能性があります。

| | | | | |
|--|---------------|---------------|---------------|--------------|
| チェック① 財布や鍵など物を置いた場所がわからなくなることがありますか | まったくない 1点 | ときどきある 2点 | 頻繁にある 3点 | いつもそうだ 4点 |
| チェック② 5分前に聞いた話を思い出せないことがありますか | まったくない 1点 | ときどきある 2点 | 頻繁にある 3点 | いつもそうだ 4点 |
| チェック③ 周りの人から「いつも同じことを聞く」等のもの忘れがあるとされますか | まったくない 1点 | ときどきある 2点 | 頻繁にある 3点 | いつもそうだ 4点 |
| チェック④ 今日が何月何日かわからない時がありますか | まったくない 1点 | ときどきある 2点 | 頻繁にある 3点 | いつもそうだ 4点 |
| チェック⑤ 言おうとしている言葉がすぐに出てこないことがありますか | まったくない 1点 | ときどきある 2点 | 頻繁にある 3点 | いつもそうだ 4点 |
| チェック⑥ 貯金の出し入れや公共料金の支払いは一人でできますか | 問題なくできる 1点 | だいたいできる 2点 | あまりできない 3点 | できない 4点 |
| チェック⑦ 一人で買い物に行けますか | 問題なくできる 1点 | だいたいできる 2点 | あまりできない 3点 | できない 4点 |
| チェック⑧ バスや電車、自家用車などを使って一人で外出できますか | 問題なくできる 1点 | だいたいできる 2点 | あまりできない 3点 | できない 4点 |
| チェック⑨ 自分で掃除機やほうきを使って掃除ができますか | 問題なくできる 1点 | だいたいできる 2点 | あまりできない 3点 | できない 4点 |
| チェック⑩ 電話番号を調べて電話を掛けることができますか | 問題なくできる 1点 | だいたいできる 2点 | あまりできない 3点 | できない 4点 |

チェックしたら、①から⑩の合計を計算しましょう。

合計点 点

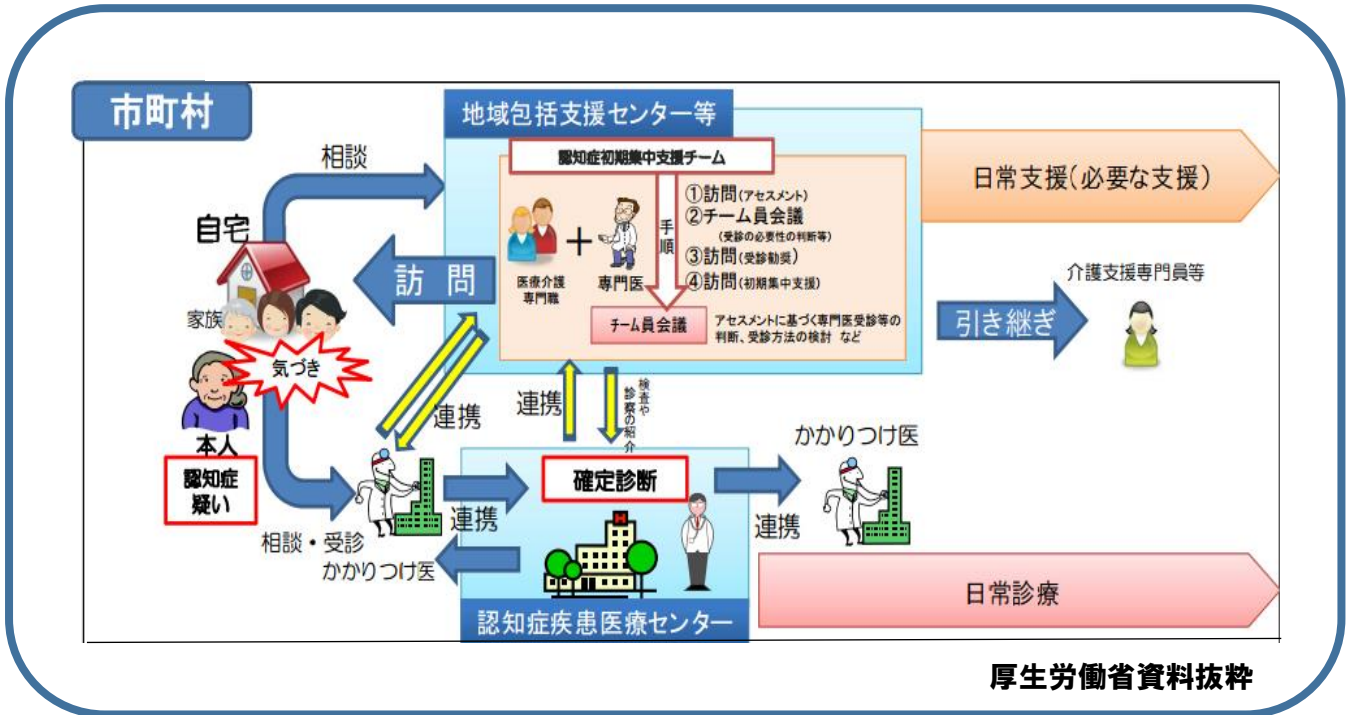
20点以上の場合、認知機能や社会生活に支障が出ている可能性があります。

お近くの医療機関や相談機関に相談してみましょう。

出典：東京都福祉保健局高齢社会対策部在宅支援課「知って安心認知症」（平成27年7月発行）

認知症初期集中支援チームを設置します

認知症初期集中支援チームとは、複数の専門家が家族の訴えにより認知症が疑われる人や認知症の人及びその家族を訪問し、家族支援などの初期の支援を包括的、集中的に行い自立生活のサポートを行うチームを言います。築上町では認知症初期集中支援チームを設置し認知症の早期支援を行っていきます。



認知症初期集中支援チームのイメージ

75歳以上の方、ご存知ですか？

高齢ドライバーの交通事故が社会問題となり平成29年3月12日に道路交通法が改正され、75歳以上の運転免許保有者の認知症対策が強化されました。臨時認知機能検査と臨時高齢者講習が設けられ、「一定の違反行為」があった場合は、臨時認知機能検査を受けなければなりません。臨時認知機能検査の結果、認知機能の低下が運転に影響する恐れがあるときは臨時高齢者講習の対象になります。認知症が気になる方は、かかりつけ医又は専門医にご相談ください。



4. 受診について

～ 早期受診・早期発見が大切です ～

認知症は早く発見して、正しく診断されることで適切な治療が受けられる病気です。早期診断により予防や症状の改善につながります。「何かおかしい」「ひょっとしたら？」という家族の印象はとても重要です。今までは違う症状や行動に気づいたら、まずはかかりつけ医に相談しましょう。専門医の受診が必要な場合は、認知症専門医療機関を受診しましょう。

“家族が作った” 認知症・早期発見のめやす

| | |
|--|--|
| <p>もの忘れがひどい</p> <p><input type="checkbox"/>今切ったばかりなのに電話の相手の名前を忘れる</p> <p><input type="checkbox"/>同じことを何度も言う・問う・する</p> <p><input type="checkbox"/>しまい忘れ置忘れが増えいつも探し物をしている</p> <p><input type="checkbox"/>財布・通帳・衣類などを盗まれたと人を疑う</p> | <p>判断・理解力が衰える</p> <p><input type="checkbox"/>料理・片付け・計算・運転などのミスが多くなった</p> <p><input type="checkbox"/>新しいことが覚えられない</p> <p><input type="checkbox"/>話のつじつまが合わない</p> <p><input type="checkbox"/>テレビ番組の内容が理解できなくなった</p> |
| <p>意欲がなくなる</p> <p><input type="checkbox"/>下着を替えず身だしなみを構わなくなった</p> <p><input type="checkbox"/>趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった</p> <p><input type="checkbox"/>ふさぎ込み何をするのも億劫がりいやがる</p> | <p>人柄が変わる</p> <p><input type="checkbox"/>些細なことで怒りっぽくなった</p> <p><input type="checkbox"/>周りへの気づかいがなくなり頑固になった</p> <p><input type="checkbox"/>自分の失敗を人のせいにする</p> <p><input type="checkbox"/>この頃様子がおかしいと周囲から言われた</p> |
| <p>不安感が強い</p> <p><input type="checkbox"/>一人になると怖がったり寂しがったりする</p> <p><input type="checkbox"/>外出時持ち物を何度も確かめる</p> <p><input type="checkbox"/>「頭が変になった」と本人が訴える</p> | <p>時間・場所がわからない</p> <p><input type="checkbox"/>約束の日時や場所を間違えるようになった</p> <p><input type="checkbox"/>慣れた道でも迷うことがある</p> |

公益社団法人 認知症の人と家族の会資料より抜粋

* かかりつけ医 * 地域で認知症の人や家族を支援してくれる医師

- 早期段階での発見・気づき
- 家族的介護負担、不安への理解
- 地域の認知症介護サービス諸機関との連携→多職種連携
- 日常的な身体疾患対応、健康管理
- 専門医療機関への受診誘導→医療連携

* 福岡県認知症医療センター *

医療法人翠会 行橋記念病院内
 住所: 〒824-0033 行橋市北泉 3-11-1
 電話: 0930-25-2184
 受付時間: 月～金曜日 8:45～17:15

認知症の診断とそれに基づく初期対応、合併症や周辺症状 (BPSD) の急性期対応を行います。認知症に関する相談も受けています。関係機関、地域包括支援センター等と連携し、認知症の方が地域で安心して生活できるよう地域の支援体制づくりに努めています。