

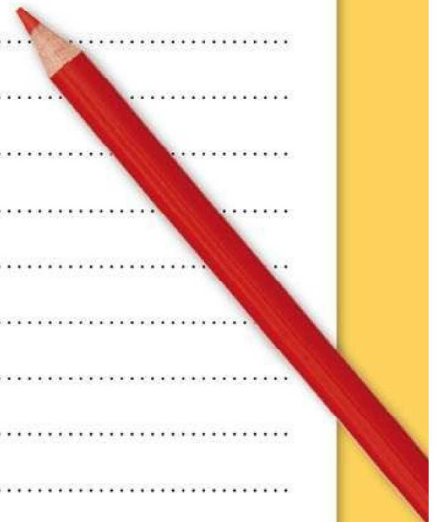
物忘れが  
気になる人は要注意!



## 気になり始めたら 自分でチェックしてみましょう。

1年前と比べて気になること、思いあたることはありますか？  
下の表でチェックしてみましょう。

- ① もの忘れを周りの人から言われる
- ② 簡単な計算の間違いが多くなった
- ③ 大きなお金(1万円札)で支払いをする
- ④ 時間や場所の感覚が不確かになった
- ⑤ 慣れているところで道に迷った
- ⑥ 必要な物や事を忘れてしまう
- ⑦ 同じ物を買ってしまう
- ⑧ ものの名前がでてこなくなった
- ⑨ 食べたことや食べたものを忘れる
- ⑩ 最近の出来事が思い出せない
- ⑪ 人と会う約束やその日時を忘れる
- ⑫ 鍋をこがした。ガスの火を消し忘れた
- ⑬ アンケートや質問用紙の記入に戸惑うことがある
- ⑭ 医者からもらった薬が余る
- ⑮ テレビドラマの内容が理解できない、説明できない
- ⑯ 身だしなみ・服装が気にならなくなった
- ⑰ 家事・日課・趣味をあまりしなくなった、興味・関心がなくなった
- ⑱ ささいなことで怒りっぽくなった
- ⑲ 以前より疑い深くなった



本間昭(認知症介護研究・研修東京センター長)他監修「認知症を知るホームページ 認知症の合図」を森川将行(三重県立こころの医療センター院長)改変。(平成28年度作成時点)

『今までとは違う』症状にいくつか気づいたら、  
一人で悩まずに、裏面を参考に相談してください。

### 認知症に早く気づくことが大切です!



#### 1. 治る病気や一時的な症状の場合があります。

脳の病気で外科的な処置でよくなる場合や、薬の不適切な使用が原因で認知症のような症状が出る場合もあり、正しく調整することで回復する場合があります。

#### 2. 進行を遅らせることが可能な場合があります。

アルツハイマー型認知症では、薬で進行を遅らせることができ、早く使い始めると自立した生活を長く送ることができます。