

# 大和郡山市認知症ガイドブック

～認知症について知ろう～

## こんなことはありませんか？

これらは認知症の始まりによく見られる症状です。

<b>①もの忘れがひどい</b>	<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
	<input type="checkbox"/> 同じことを何度も言う・問う・する
	<input type="checkbox"/> しまい忘れ置き忘れが増え、いつも探し物をしている
	<input type="checkbox"/> 財布・通帳・衣類などを盗まれたと人を疑う
<b>②判断・理解力が衰える</b>	<input type="checkbox"/> 料理・片付け・計算・運転などのミスが多くなった
	<input type="checkbox"/> 新しいことが覚えられない
	<input type="checkbox"/> 話のつじつまが合わない
	<input type="checkbox"/> テレビ番組の内容が理解できなくなった
<b>③時間・場所がわからない</b>	<input type="checkbox"/> 約束の日時や場所を間違えるようになった
	<input type="checkbox"/> 慣れた道でも迷うことがある
<b>④人柄が変わる</b>	<input type="checkbox"/> ささいなことで怒りっぽくなった
	<input type="checkbox"/> 周りへの気づかいがなくなり頑固になった
	<input type="checkbox"/> 自分の失敗を人のせいにする
	<input type="checkbox"/> 「このごろ様子がおかしい」と周囲から言われた
<b>⑤不安感が強い</b>	<input type="checkbox"/> ひとりになると怖がったり寂しがったりする
	<input type="checkbox"/> 外出時、持ち物を何度も確かめる
	<input type="checkbox"/> 「頭が変になった」と本人が訴える
<b>⑥意欲がなくなる</b>	<input type="checkbox"/> 下着を替えず、身だしなみを構わなくなった
	<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
	<input type="checkbox"/> ふさぎ込んで何をするのもおっくうがりいやがる

公益社団法人 認知症の人と家族の会作成「認知症早期発見のめやす」

## 〈認知症の人の介護を経験された家族の方からの一言〉

一人で介護せず、聞ける人の意見は全て聞き、自分の自由な時間を少しでも作りストレスを少なくしましょう

家族が認知症になったら、寄り添って自分の気持ちを変えるしかない

近所・自治会・老人会などに実情を知ってもらうことが大切だと思いました

