

認知症を早期発見するために

認知症の人が増えています。「認知症」という言葉には悲しいひびきがありますが、治せる認知症もあります。また、治せなくても進行を遅らせる薬があります。

物忘れがひどくなってきたなと思ったら、ひとりで悩まずにかかりつけ医に相談し、早く治療を始めましょう。

認知症を予防するためには、バランスの良い食事、ウォーキングなどの運動、適量の水分摂取、趣味やスポーツを楽しむ、糖尿病などの生活習慣病をきちんと治療するなどの日常生活が大切です。

右のチェックリストで一つでも気になることがあれば、かかりつけ医にご相談ください。

(大和郡山市医師会)



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」

①物忘れがひどい	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、いつも探している
	財布・通帳・衣類などが盗まれたと人を疑う
②判断力・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
	テレビ番組の理解ができなくなった
③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
④人格が変わる	ささいなことで怒りっぽくなった
	周りへの気遣いがなくなり、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
⑤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
	外出時に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
⑥意欲がなくなる	下着を変えず、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嫌がる

徘徊高齢者等 SOS ネットワーク事業

行方不明になる恐れのある高齢者の事前登録制度をご存じですか？



事前に登録した情報（名前・生年月日・体格・写真など）は市役所と警察、地域包括支援センターが大切に預かり、いざというときに備えます。名前や連絡先を書いた「見守り金魚バッジ」や名刺などを持っていると、自分の名前が言えなくても身元が早く分かります。

問合せ＝地域包括ケア推進課（内線 513）

認知症で悩むあなたと家族のために

認知症の人や家族が集い、安心して過ごせる居場所「認知症力フェ」が市内に 8 ヶ所（10 月 31 日現在）あります。また、認知症の人やその家族に早期に関わり、認知症の早期診断・早期対応に向けた支援を行う「認知症初期集中支援チーム」を利用したい時、認知症の人への対応のコツなどをまとめた「認知症ガイドブック」が必要な時は下記の地域包括支援センターにお気軽にお問い合わせください。



◆市内の認知症の相談機関

	担当地区	連絡先	相談時間
地域包括支援センター	下記以外の地区	☎ 55-7733・FAX 55-6831	月～金曜 8 時 30 分～17 時 15 分
第二地域包括支援センター	片桐・西田中地区・新町	☎ 55-7011・FAX 55-7012	月～土曜 9 時～17 時（土曜は 12 時まで）
第三地域包括支援センター	昭和・治道・筒井地区	☎ 57-2233・FAX 57-6133	月～日曜 9 時～18 時

◆その他の認知症の相談機関

	連絡先	相談時間
奈良県若年性認知症サポートセンター （65 歳未満で発症した認知症の人の県の相談窓口）	☎ 0742-81-3857	月・水・木・金曜と毎月第 2 土曜 9 時～17 時
認知症疾患医療センター（ハートランドしづさん内） （認知症に関する医療福祉相談をする県の指定機関）	☎ 0745-31-3345	月～金曜 9 時～17 時