

最近忘れっぽくなったな…



…そうだ!チェックしてみよう!

物忘れが気になる方は、以下の項目をチェックしてみましょう。

セルフチェック表

- 1、今日の日付や曜日が分からないことがある
- 2、住所や電話番号を忘れてしまうことがある
- 3、何度も同じことを言ったり聞いたりする
- 4、買い物でお金を払おうとしても計算できないことがある
- 5、ものの名前が出てこないことがある
- 6、置忘れ、しまい忘れが多くなった
- 7、慣れた道でまよってしまうことがある
- 8、ささいなことで怒りっぽくなった
- 9、ガスや火の始末ができなくなった
- 10、今まで使っていた洗濯機やリモコンなどを使いこなせなくなった
- 11、本の内容やテレビドラマの筋が分からないことがある
- 12、財布や時計などを盗まれたと思うことが、よくある
- 13、会話の途中で言いたいことを忘れることがある
- 14、だらしくなった
- 15、体の具合が悪いわけではないのに、何もやる気がおきない

チェックの結果**6項目以上**に心当たりがある方

このチェック表だけで認知症かどうか判断することはできませんが、早めに専門の医師に相談することをお勧めします。

出典:社会福祉法人NHK厚生文化事業団『もの忘れが気になるあなたへ』より

相談したいとき、まずは
地域包括支援センターへ連絡しよう!



愛宕中学校圏域にお住いの方は

愛宕橋地域包括支援センターが
担当窓口です

お問い合わせ

仙台市太白区向山4-19-10

共立愛宕橋ビル1階

電話:022-215-8822

FAX:022-215-2955

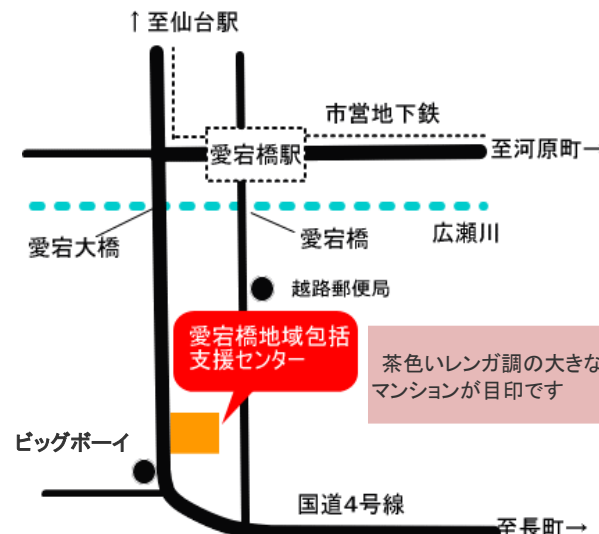
E-mail:

atagobashi@earthsupport.co.jp

(月曜~金曜日 8:30~17:30 祝日も営業。
相談料は無料です。)

認知症のこと

愛宕橋地域版認知症ケアパス



愛宕橋地域包括支援センター

認知症ってどんな病気？



認知症とは病気の名前ではなく状態のことをいいます。脳の病気や脳に影響を及ぼす病気により、これまで培ってきた知識や技術が失われ社会生活に支障をきたすようになった状態をいいます。誰もが経験することになる脳の老化現象が正常の加齢過程よりは早く出現し年齢を重ねるとともに強くあらわれ、また、促進された状態ともいえます。

認知症の症状は、単なる忘れっぽさばかりではなく、幻覚や幻聴の症状として現れる方もいます。その原因や脳の患部によって大きく異なるのです。

認知症の症状は、お年寄りに限った症状ではありません。『若年性認知症』といって65歳未満で発症する方もいます。

「認知症かもしれない」と自身で感じた時、家族が感じた時などには認知症が出ている原因を探る意味でも病院受診は必要です。認知症の中には治療で改善ができるものもあります。また、早期に内服薬を飲むことで症状の進行が緩やかになることも分かっています。今、自分の身体にはどんな変化が起きていて、これから何ができるのか自分にとって正しい情報を知ることが重要です。

そして、認知症の症状により、これまで勤務していた仕事の継続が困難になったり、そのため生活が困難になることもあります。また、社会問題にもなっていますが、車の運転などは危険です。ご自身の生活に必要なサポート受けられるよう、専門機関と繋がりましょう。

今できることを できることから始めよう！

ゴミの分別間違いや、出し忘れがよくあるな。
近所に迷惑かけてるかも。

車の運転辞めたら、どうやって出かけたらいいのかな。買い物とかどうすればいいの？

薬の飲み忘れが増えた気がする。
この薬どうしたらいいのかな。

人に会うのが嫌になってきちゃったな。安心して楽しめる場所ないかな。

財産のこと等、大事な手続きちゃんとできるかな。手伝ってくれる人いるのかな。

もしかして、詐欺の被害にあってるのかも…どうしよう。

どこに相談したらいいのかな