

# 認知症早期発見の目安 チェックリスト



このチェックは日常の暮らしの中で認知症の始まりではないかと思われる言動を「家族の会」の会員の経験からまとめたものです。医学的な診断基準ではありませんが、暮らしの中での目安として参考にしてください。

いくつか思い当たることがあれば、一応専門家に相談してみることがよいでしょう。

## 物忘れがひどい



- (1) 今切ったばかりなのに、電話の相手の名前を忘れる
- (2) 同じことを何度も言う・問う・する
- (3) しまい忘れ置き忘れが増え、いつも探し物をしている
- (4) 財布・通帳・衣類などを盗まれたと人を疑う

## 判断・理解力が衰える



- (5) 料理・片づけ・計算・運転などのミスが多くなった
- (6) 新しい事が覚えられない
- (7) 話のつじつまが合わない
- (8) テレビ番組の内容が理解できなくなった

## 時間・場所が分からない



- (9) 約束の日時や場所を間違えるようになった
- (10) 慣れた道でも迷うことがある

## 人柄が変わる



- (11) 些細な事で怒りっぽくなった
- (12) 周りへの気遣いがなくなり頑固になった
- (13) 自分の失敗を人のせいにする
- (14) 「この頃様子がおかしい」と周囲から言われた

## 不安感が強い



- (15) 一人になると怖がったり寂しがったりする
- (16) 外出時、持ち物を何度も確かめる
- (17) 「頭が変になった」と本人が訴える

## 意欲がなくなる



- (18) 下着を替えず、身だしなみを構わなくなった
- (19) 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった
- (20) ふさぎ込んで何をするのも億劫がり嫌がる