



# 物忘れが気になる方は 項目をチェックしてみましょう



## 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

## 判断力・理解力が衰える

- 5 料理・片付け・計算・運転などのミスが多くなった
- 6 新しいことが覚えられない
- 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 些細なことで怒りっぽくなった
- 12 周りへの気づか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 「このごろ様子がおかしい」と周囲から言われた

## 不安感が強い

- 15 ひとり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いやがる

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。

※家族が作った「認知症」早期発見のめやすです。日常の暮らしの中で認知症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。(出典：公益社団法人 認知症の人と家族の会)

## 物忘れが心配な時はどうしたら良いですか？

物忘れは高齢に伴って起こりやすくなるだけでなく、病気が原因となっている場合があります。病気によっては治療によって物忘れが改善する場合があります。認知症であっても服薬によって進行を遅らせることができます。認知症は特別な病気ではなく、誰でもなる可能性のある身近な病気です。

なるべく早く診察を受けることが大切です。

## どの病院で診てもらえば良いですか？

認知症の診断や治療を行う病院として、物忘れ外来や認知症疾患医療センターがあります。物忘れが心配になった時にはまず、普段の状態を診ていただいているかかりつけの病院への受診をお勧めします。



### 【折立学区周辺の病院】

#### 広瀬病院（物忘れ外来）

診療は予約が必要になります。予約やお問い合わせは受付窓口又は、電話にてお願いします。

- 物忘れ外来は第2・4水曜日の14時～17時の診察です。
- 電話番号：022-226-2661
- 住所：仙台市青葉区郷六字大森4-2

#### 東北福祉大学せんだんホスピタル（認知症疾患医療センター）

認知症の診断と治療を専門的に行い、ご本人の想いを大切にしながら地域の保健医療・福祉関係機関との連絡調整を行います。

- 電話番号：022-303-0133
- 住所：仙台市青葉区国見ヶ丘6丁目65-8

## 参加できる活動を知りたい

### 【介護予防自主グループ】

「介護予防運動サポーター養成研修」を受けた介護予防運動サポーターが企画や運営を行い、住み慣れた地域で主体的・継続的に介護予防の運動等に取り組んでいる自主グループのことで



グループ名	会場	日時
折立健康維持クラブ	①西花苑たんぽぽホーム	①月1回 月曜日 14時30分～16時
	②折立市民センター	②月1回 火曜日 13時30分～15時
さつき台ひまわり会	八幡さつき台町内会集会所	第1・3月曜日 10時～11時30分

お問い合わせ先：南吉成地域包括支援センター