



## 家族がつくった 「認知症」早期発見のめやす

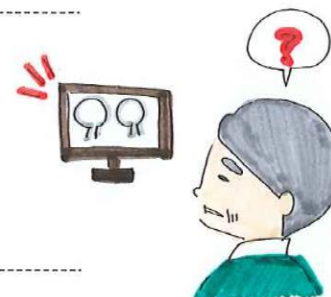
### 物忘れが ひどい

- ☐ 1 今切ったばかりなのに、電話の相手の名前を忘れる
- ☐ 2 同じ事を何度も言う・問う・する
- ☐ 3 しまい忘れおき忘れが増え、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 わからない

- ☐ 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下さい

※認知症の人と家族の会宮城県支部リーフレットより抜粋

いくつか思いあたることがあれば、かかりつけ医などに相談してみるとよいでしょう。

(無断転載禁止)

イラスト / MIKEY

# 仙台市泉区認知症ケアパス

根白石・住吉台・館地区版

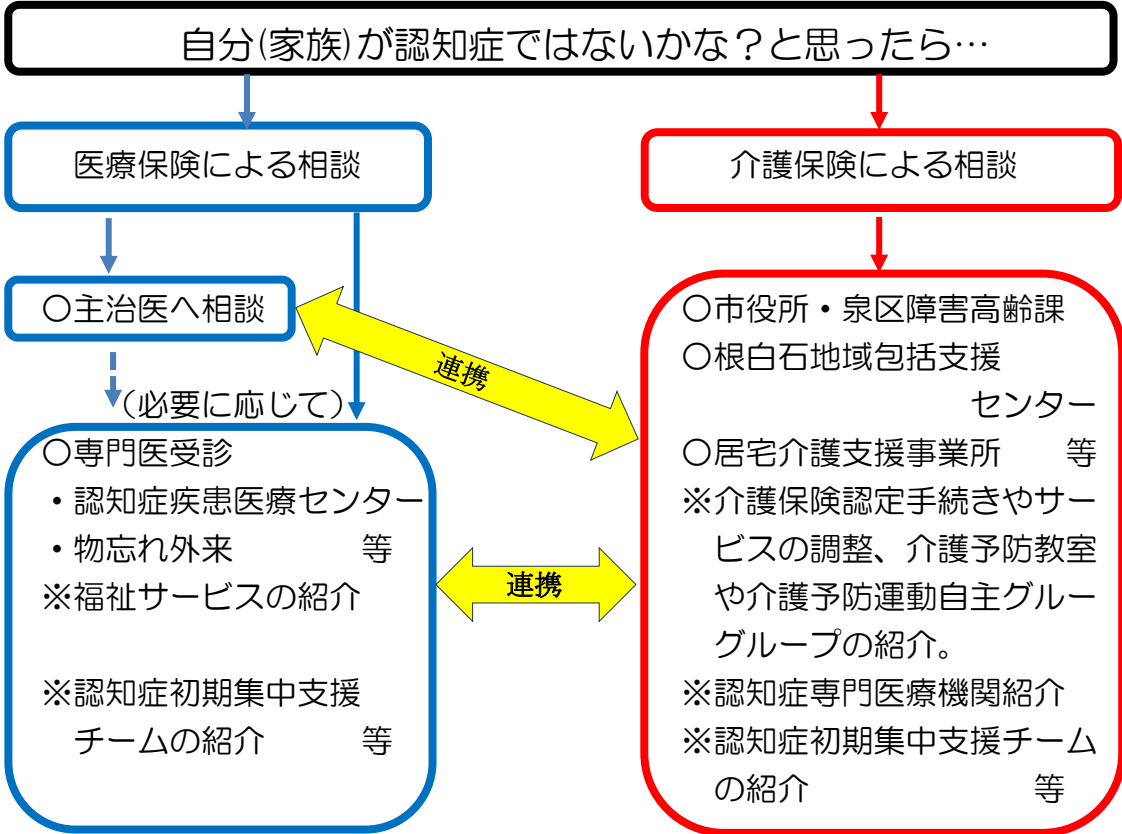


直接相談したい…もっと知りたい…そんなとき、  
あなたの地域にある高齢者の総合相談窓口は

**根白石地域包括支援センター**です！

住所：仙台市泉区根白石字清水屋敷 35-1

TEL番号：022-376-8310



○認知症や物忘れについて相談ができる病院

認知症のことや物忘れの相談や、診察、検査を受けることができる病院です。

| 病院名         | 住所             | 問合せ           |
|-------------|----------------|---------------|
| 松田病院        | 泉区実沢字立田屋敷 17-1 | 378-5666      |
| エバーグリーン病院   | 泉区実沢字立田屋敷 17-1 | 378-3838      |
| 泉病院         | 泉区長命ヶ丘 2丁目 1-1 | 378-5361      |
| 画像医学と脳健診    | 泉区泉中央 1丁目 33-1 | 218-3147      |
| 脳と心の石原クリニック | 青葉区葉山町 8-1     | 050-3645-4567 |

※受診前に一度、主治医の先生へご相談ください。

○認知症初期集中支援チーム

認知症に関する困りごとについて、医師・薬剤師・保健師等の専門職が、必要に応じて訪問等による支援を行います。まずはご相談ください。

問い合わせ先： 根白石地域包括支援センター Tel 376-8310  
泉区障害高齢課 Tel 372-3111 内線6307

○交流できる場所

同じ悩みを抱える方と悩みを分かち合ったり、地域の方と交流ができる場所です。

| 種類  | 名前          | 場所            | 時間          | 頻度      |
|-----|-------------|---------------|-------------|---------|
| カフェ | かむりカフェ      | 老人ホーム泉クラシック   | 13:30~15:00 | 2ヶ月に1回  |
| カフェ | ふらっとカフェ     | 住吉台コミュニティセンター | 10:00~15:00 | 6ヶ月に1回  |
| カフェ | きらきらカフェ     | 館3丁目北集会所      | 10:00~11:30 | 毎月第1火曜日 |
| サロン | みんなのサロンほっこり | 館コミュニティセンター   | 10:00~15:00 | 毎月第4火曜日 |

○交流や運動ができる場所

地域住民の方が中心で運営している運動のグループです。

| 対象者     | 名前         | 場所           | 時間                  |
|---------|------------|--------------|---------------------|
| 館地区     | ビレジハッピークラブ | 館コミュニティセンター  | 第2・4木曜日 10:00~11:30 |
| 館地区     | あじさいクラブ    | 館コミュニティセンター  | 第1・3木曜日 10:00~11:30 |
| 館3丁目北   | ハートフルスマイル  | 館3丁目北集会所     | 第3火曜日 10:00~11:00   |
| 館5丁目    | 5丁目健康サロン   | 館5丁目集会所      | 第3金曜日 10:00~11:00   |
| 住吉台西1丁目 | もみの木クラブ    | 住吉台西1丁目集会所   | 第2・4木曜日 10:00~11:00 |
| 住吉台東1丁目 | ぞうさんクラブ    | 住吉台東1丁目集会所   | 第2・4火曜日 10:00~11:00 |
| 住吉台東2丁目 | 楽々クラブ      | 住吉台東2丁目集会所   | 第2・4水曜日 10:00~11:00 |
| 住吉台東3丁目 | 貯筋クラブ      | 住吉台東3丁目集会所   | 第3火曜日 10:00~11:00   |
| 住吉台東4丁目 | 健幸クラブ      | 住吉台東4丁目集会所   | 第3土曜日 10:00~11:00   |
| 住吉台東5丁目 | さくらクラブ     | 住吉台東5丁目集会所   | 第1月曜日 10:00~11:00   |
| 住吉台西2丁目 | たんぽぽクラブ    | 住吉台西2丁目集会所   | 第1・3金曜日 10:00~11:30 |
| 住吉台西4丁目 | 西4丁目茶話会    | 住吉台西4丁目集会所   | 第2・4水曜日 10:30~11:30 |
| 住吉台地区   | フレッシュ百寿    | 住吉台老人憩いの家    | 第3木曜日 10:00~11:00   |
| 根白石地区   | 根っ子クラブ     | 根白石老人憩いの家    | 第1・3水曜日 14:00~15:30 |
| 実沢地区    | 実りクラブ      | 実沢コミュニティセンター | 第2水曜日 14:00~15:00   |
| 西田中地区   | わかばクラブ     | 萱場・西田中上集会所   | 第1・3月曜日 13:30~15:00 |
| 下町住民    | かむりクラブ     | 下町集会所        | 第2水曜日 10:00~11:30   |
| 小角地区    | さくらクラブ     | 小角区民会館       | 第3水曜日 10:00~11:30   |
| 上町      | やすらぎクラブ    | 上町集会所        | 第2木曜日 14:00~15:30   |
| 上の宿     | 青葉クラブ      | 上の宿公会堂       | 第4水曜日 13:30~15:00   |
| 川向      | 北星クラブ      | 川向集会所        | 第4火曜日 10:00~11:30   |
| 福岡地区    | ふく福クラブ     | 福岡文化センター     | 第2金曜日 13:30~15:00   |
| 朴沢地区    | 伊達なクラブ     | 朴沢集会所        | 第2月曜日 13:45~15:00   |

○認知症対応薬局

服薬の回数や薬の形状、飲み方の相談ができます。認知症に関する相談もできます。

| 名前          | 場所               | 問合せ      |
|-------------|------------------|----------|
| カメイ調剤薬局住吉台店 | 仙台市泉区住吉台東 2-8-17 | 347-9883 |
| みらい調剤薬局やかた店 | 仙台市泉区館 3-37-9    | 348-4976 |

☆認知症サポーターをご存知ですか？



※サポーターの証の“オレンジリング”です→

認知症のご本人や介護家族が地域の中で安心して生活ができるよう、認知症を正しく理解し、楽しいことを一緒に楽しみ、困ったことをサポートする認知症サポーターがいます。根白石地域包括支援センター圏域内のたくさんの地域住民の方にも認知症サポーター養成講座を受けていただいています。

認知症について学びたい！ 町内会や老人会で勉強会を開催してほしい！ 個別相談をしたい など、お気軽に根白石地域包括支援センターへお問い合わせください。