

初期症状のチェックポイント

歳のせいだろう、もともとの性格のせいだろうと考えていると、対応が遅れてしまいます。とはいえ、どのような症状が出てきたら認知症を疑うのかは、難しいところです。認知症の可能性を考える手がかりとして、公益社団法人認知症の人と家族の会が作成した『早期発見のめやす』を紹介します。

家族の会がつくった『認知症早期発見のめやす』

もの忘れがひどい

- ☐ 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趣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

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、かかりつけ医などに相談してみることがよいでしょう。

出典：公益社団法人 認知症の人と家族の会



松陵中学校区（松陵・永和台・歩坂町・百合が丘）版

認知症ケアパス

— 住み慣れた地域で暮らし続けるために —

『認知症ケアパス』とは、認知症かも知れないと不安に思っている方や、認知症と診断された方、介護をする家族の方などに向けて、情報をまとめたものです。

地域包括支援センターは、MCI（軽度認知障害）の相談窓口です



松陵地域包括支援センター

泉区歩坂町 71-28 ヴィラセブン 101

022-343-9460

『これってMCIかな・・・？』『認知症かな・・・？』
『認知症になったらどうしよう・・・？』と思ったら・・・

相談したい
話を聞きたい

認知症を知りたい
学びたい

生活が心配
今後は心配

病院を受診
したい

松陵地域包括支援センターへ
ご相談ください
☎ **343-9460**

診察時に、正確にお話できるようメモしておきましょう

- ①気になる症状、それがいつから始まったのか
- ②日常生活上で困っていること
- ③今、服薬している薬
- ④今、治療している病気
- ⑤これまでかかったことのある病気
- ⑥最近の食欲・睡眠の状況

要点

かかりつけ医に相談

専門医を受診

【認知症疾患医療センター】

認知症疾患に関する鑑別診断とその初期対応、周辺症状と身体合併症の急性期治療に関する対応、専門医療の相談などを実施しています

病院名	住所	連絡先
いずみの杜診療所	泉区松森字下町 8-1	341-5850
東北医科薬科大学病院	宮城野区福室 1-12-1	070-5093-3615
東北福祉大学 せんだんホスピタル	青葉区国見ヶ丘 6-65-8	303-0133
仙台西多賀病院	太白区鉤取本町 2-11-11	245-2122

【若年性認知症についての相談】

病院名	住所	連絡先
いずみの杜診療所 RBA 相談室	泉区松森字下町 8-1	346-7068

RBA=Rights-Based Approach（権利に基づくアプローチ）のこと

【認知症対応薬局】

認知症の方と家族を支える知識や医療と介護の連携の重要性等について研修を修了し、対応に取り組む薬剤師がいる薬局です

薬局名	住所	連絡先
2丁目の薬局	泉区松陵 2-22-1	772-3224

【交流できる場所（当事者同士の交流）】

活動名称	場所	日時
仕合せの会 in いずみの杜	泉区松森字下町 8-1 いずみの杜診療所 2F カフェルーム	毎月 第1・3 火曜・木曜 9:30～12:00
運転免許を考える 本人のつどい	泉区松森字下町 8-1 いずみの杜診療所 2F カフェルーム	毎月 第2火曜 10:00～11:30

【交流できる場所（地域のサロンなど）】

活動名称	場所	日時
わいわいサロン （松陵永和台地区社協 ハートフル松陵部会）	松陵 2丁目集会所	毎月 第2金曜 10:00～12:00
たんぼぼサロン （松陵永和台地区社協 ハートフル松陵部会）	県営松陵住宅集会所	毎月 第1火曜 10:00～11:00
おきらくサロン （松陵永和台地区社協 松陵部会）	松陵 3丁目集会所	毎月 第3金曜 10:00～12:00
豊齢サロン （百縁ひろば ネットワーク）	松陵 3丁目集会所	年4回第4木曜 10:00～12:00
楽々サロン （松陵生活学校）	松陵 5丁目集会所	毎月 第4金曜 10:00～12:00
いきいきサロン （歩坂町福祉の会）	歩坂町集会所	毎月 第4金曜 10:00～12:00

【交流・運動ができる場所】

活動名称	場所	日時
和み会 （松陵永和台地区社協 永和台部会）	永和台集会所	毎月 第2・4木曜 10:00～11:30

【生活上のお手伝い（地域の支え合い活動）】

詳細は、地域包括支援センターへ問い合わせください

活動名称	内容
百縁ひろば ネットワーク	松陵地区：ちょっとした困りごとのお手伝い、寄り添い活動しています

【書籍の紹介】

ご本人にお勧めの書籍	ご家族にお勧めの書籍
扉を開く人 クリスティーン・ブライデン著	認知症とは何か 小澤 勲 著
認知症になってもだいじょうぶ！ そんな社会を創っていきましょう！ 藤田 和子 著	認知症はこわくない ～正しい知識と理解から生まれるケア～ 高橋 幸男 著
笑顔で生きる－認知症とともに－ 丹野 智文 著	認知症ケアの知好楽 山崎 英樹 著

【SOS ネットワークシステム】

行方不明となった高齢者を 警察署、ラジオ放送局、タクシー会社等の関係機関が連携して発見保護に努めるシステムです。姿がみえなくなる心配がある方は事前に相談することもできます。費用は無料です。

●問い合わせ：最寄りの交番・警察署

【仙台市認知症の人の見守りネットワーク事業】

ご本人の姿が見えなくなったときに、ご家族などからの依頼をもとに、情報を協力者あてにメール配信し、速やかな発見と保護につなげます。利用希望時は、『利用届』の提出が必要です。

●問い合わせ：仙台市健康福祉局
地域包括ケア推進課（214-8499）

【地域内にある介護保険事業所】

【居宅介護支援事業所】

ケアマネジャーがケアプラン作成や各種連絡調整・手続きを行う事業所

事業所名	住所	連絡先
ケアプランセンター みんなの家	泉区歩坂町 71-2-201	725-2677

【地域密着型通所介護（デイサービス）】

地域密着型：住み慣れた地域で、原則として住んでいる市区町村の住民のみが利用できる事業所

事業所名	住所	連絡先
デイサービス悠々	泉区松陵 4-23-9	739-7631
笑鶴亭ひまわり園 すこやか元気塾	泉区歩坂町 61-15	374-9053

【認知症対応型共同生活介護（グループホーム）】

認知症で介護が必要な方が共同生活をする住居

事業所名	住所	連絡先
グループホーム コスモス松陵	泉区松陵 1-28-1	218-0012
愛の家グループホーム 仙台永和台	泉区永和台 25-6	341-0030

【小規模多機能型居宅介護】

サービス拠点への通所を中心に、訪問や泊まりのサービスを利用できる

事業所名	住所	連絡先
コスモス松陵 マルチケア	泉区松陵 1-28-1	218-0366

【訪問看護】

医師の指示に基づいて看護師などが訪問し、褥瘡の処理などの必要な看護や家族へのアドバイスを行う

事業所名	住所	連絡先
コトノハ訪問看護 ステーション	泉区松陵 3-40-4	373-3851

【地域内にある介護保険外福祉関連事業所】

【無料施設紹介、外出付添や相続等介護保険外の生活全般サポート】

事業所名	住所	連絡先
エンパシー	泉区歩坂町 55-16-D5-8	080-4818-4685

ポイント

認知症サポーター養成講座を受けてみませんか？

認知症サポーターは、認知症に関する正しい知識と理解を持ち、地域や職場で、認知症の人や家族に対して、“できる範囲で手助けをする人”です。

60～90 分の認知症サポーター養成講座を受講することで、サポーターになれます。受講者には、認知症サポーターカードが進呈されます。