

チェックしてみましよう！ もしかして認知症？

実施日 _____ 年 ____ 月 ____ 日

大友式認知症予測テスト～認知症予防財団 HP より～

| 質問項目 | ほとんど ない | ときど きある | 頻 繁 に ある |
|---------------------------|------------|------------|-------------|
| 同じ話を無意識に繰り返す | 0点 | 1点 | 2点 |
| 知っている人の名前が思い出せない | 0点 | 1点 | 2点 |
| 物のしまい場所を忘れる | 0点 | 1点 | 2点 |
| 漢字を忘れる | 0点 | 1点 | 2点 |
| 今しようとしていることを忘れる | 0点 | 1点 | 2点 |
| 器具の説明書を読むのを面倒がる | 0点 | 1点 | 2点 |
| 理由もないのに気がふさぐ | 0点 | 1点 | 2点 |
| 身だしなみに無関心である | 0点 | 1点 | 2点 |
| 外出をおっくうがる | 0点 | 1点 | 2点 |
| 物（財布など）がみあたらないことを他人のせいにする | 0点 | 1点 | 2点 |
| 該当する項目の数字を合計してください。 | _____ 点 | | |

何点でしたか？

| | | |
|--------|-----|--|
| 0～8点 | 正常 | もの忘れも老化現象の範囲内です。疲労やストレスによる場合もあります。8点に近かったら、気分の違う時に再チェックをしてみましよう。 |
| 9～13点 | 要注意 | 家族に再チェックしてもらったり、数か月単位で間隔を置いて再チェックをしてみましよう。認知症予防策を生活に取り入れてみたらいかがでしょうか。 |
| 14～20点 | 要診断 | 認知症の初期症状が出ている可能性があります。家族にも再チェックをもらい、結果が同じなら、医療機関または、担当地区の地域包括支援センター（裏面参照）にご相談ください。 |

～お問い合わせ先～

茅ヶ崎市福祉部高齢福祉介護課支援給付担当
TEL：0467-82-1111 FAX：0467-82-1435

発行：平成29年11月

茅ヶ崎市認知症支援 チェックリストで早めの対応

認知症とは

認知症は、高血圧や白内障と同じように、誰にでも起こりうる脳の病気です。そのため、治療や生活の改善等により、症状の進行を遅らせたり改善することが可能な場合があります。症状は、中核症状と行動・心理症状があります。行動・心理症状は、ご本人の生活や周りの環境等によって変わることもあります。

脳細胞の働きの低下

脳の細胞が壊れることなどにより、起こる症状
中核症状
記憶障害 見当識障害 理解・判断力の障害 等

性格
素質

環境
心理状態

心の状態や性格、環境によってでる症状
行動・心理症状
不安 自信喪失 あせり うつ状態 興奮 等

相談先

地域包括支援センターは茅ヶ崎市が運営委託している公的な相談機関です。

お住まいの地区ごとに担当する地域包括支援センターがあります。下記をご参照ください。わからない場合は、高齢福祉介護課へご相談ください。

| 包括支援センター(名称) | | 電話番号 |
|--------------|------|---------|
| 茅ヶ崎地区 | ゆず | 84-5830 |
| 海岸地区 | あい | 88-1716 |
| 南湖地区 | れんげ | 88-1380 |
| 鶴嶺東地区 | さくら | 81-4082 |
| 鶴嶺西地区 | みどり | 84-0775 |
| 湘南地区 | すみれ | 84-6321 |
| 松林地区 | くるみ | 50-0341 |
| 湘北地区 | あかね | 55-1535 |
| 小和田地区 | 青空 | 55-2360 |
| 松浪地区 | さざなみ | 39-5901 |
| 浜須賀地区 | あさひ | 84-6383 |
| 小出地区 | わかば | 33-5410 |

茅ヶ崎市福祉部高齢福祉介護課支援給付担当
電話 0467-82-1111
(内線 2124・2125)

