



認知症を知って、 予防しよう!!

Hello!福祉

問 多久市地域包括支援センター
(福祉課内) ☎75-6033

認知症は進行性の疾患なので、気づかないままに放置すると、どんどん症状が悪化してしまうことが少なくありません。認知症になっても、できる限り進行しないように周囲の人が「認知症かも!？」と早期に察知できるようにすることも大切です。本人だけではなく、周りの人たちも認知症を知り、そのサインを見逃さないことが進行予防の第一歩につながります。

こんなサインには要注意!

同じことを何度も尋ねる

「老人会に行くのは何時だったかな？」など、何度も予定や出来事を確認するなどが増える。



趣味や旅行など好きだったことに興味を持たなくなった

最近、好きなテレビ番組を見なくなった、グラウンドゴルフが日課だったのに、参加しなくなったなど。



身だしなみに気を遣わなくなった

自宅にいる時は、一日中パジャマで着替えない、おしゃれに気を遣っていたが、髪型も、服装も気にしなくなったなど。



料理の味付けが変わったり、段取りがうまくいかなかった

調味料の配分を間違えたり、手順がうまくいかず、時間がかかるが増えるなど。



家族ができるもの忘れチェック!

- ☐ 最近もの忘れが目立ってきた
- ☐ 日課をしなくなった
- ☐ つい最近の出来事を忘れている
- ☐ ささいなことで怒りっぽくなった
- ☐ 以前はあった関心や興味が失われたり、意欲が無くなった
- ☐ 置き忘れや、しまい忘れが目立ってきた
- ☐ 物の名前がでなくなってきた
- ☐ ぼんやりしていることが多くなった
- ☐ 時間や日付、場所の感覚が曖昧になってきた

どんなところに相談すればいいの?

- 認知症の専門医がいる医療機関
ものわすれ外来、精神科、心療内科、認知症疾患医療センターなど（詳細は多久市地域包括支援センター☎75-6033へおたずねください）
- 多久市地域包括支援センター（市役所福祉課内）
☎75-6033
- 佐賀県認知症コールセンター
受付日：月・水・金の10:00～15:00
（年末年始・祝日を除く）
☎0952-37-8545