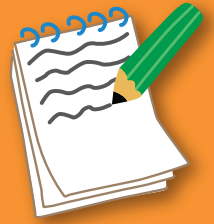


ちょっと気になる

「もの忘れ」

チェック



～こんなことありませんか？～

- 今日の日付や曜日がわからないことがある。
- 知っているはずの人や物の名前が出てこなくなった。
- 「何度も同じことを言う(聞く)」と周りの人から言われる。
- 置き忘れ・しまい忘れが増えて、いつも探し物をしている。
- 買い物でお金を払おうとしても、計算できないことがある。
- 今まで使えていた家電製品の使い方がわからなくなった。
- からだの具合が悪いわけではないのに、何もやる気がおきないことがある。
- ささいなことで怒りっぽくなった。
- おしゃれや清潔感など、身だしなみに気を使わなくなった。



※個人差もありますが、思い当たることがあれば、
かかりつけ医や地域包括支援センターなどに相談してみましょう。



“もの忘れ”と“認知症”は違います

加齢による「もの忘れ」と「認知症」の症状を見分けるポイントは、「ヒントを聞いて思い出せるか」どうかです。

ヒントで思い出せるときは、年相応の「もの忘れ」と考えられます。一方、「認知症」は、経験したこと自体を忘れてしまいます。

◇年相応の“もの忘れ”は…

例) 夕食に何を食べたかを忘れる。

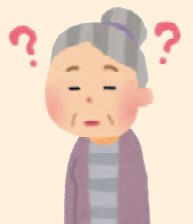
- ・体験したことの
一部を忘れる。
- ・大きく進行する
ことはない。



◇“認知症”が疑われる人は…

例) 夕食を食べたことを
丸ごと忘れてしまう。?

- ・体験した全体を忘れる。
- ・だんだん進行する。



気になったら、 かかりつけ医に相談を



認知症を疑うような行動や体調の変化に気づいたら、認知症に似た他の病気もあるため、**自己判断しない**ことが大切です。

お早めに「かかりつけ医」や「もの忘れ外来」などの医療機関に相談しましょう。



地域包括支援センターは、主任ケアマネジャー・社会福祉士・保健師などの専門職が連携をとりながら、高齢者の総合的な支援を行う拠点です。

市内の包括支援センター	電 話	担 当地 域
上尾東地域包括支援センター	778 - 4800	緑丘・上町・本町・原新町・上尾宿・上尾村・二ツ宮・平塚
上尾西地域包括支援センター	778 - 2711	春日・柏座・谷津・富士見
上尾南地域包括支援センター	777 - 3301	宮本町・仲町・愛宕・栄町・日の出・東町・上尾下
平方地域包括支援センター	726 - 6504	平方・上野・平方領々家・上野本郷・西貝塚・西上尾第二団地
原市南地域包括支援センター	720 - 2502	原市の一部（七区・八区）・瓦葺・尾山台団地
原市北地域包括支援センター	720 - 0022	原市（七区・八区を除く）・五番町・原市中・原市北・原市団地
大石東地域包括支援センター	777 - 4201	中妻・浅間台・弁財・井戸木・泉台・小泉・今泉の一部（三井住宅）
大石西地域包括支援センター	789 - 5077	中分・藤波・小敷谷（西上尾第二団地を除く）・畔吉・領家・西上尾第一団地・今泉の一部（三井サニータウン）
上平地域包括支援センター	778 - 5132	上・久保・西門前・南・菅谷・錦町・須ヶ谷・上平中央
大谷地域包括支援センター	780 - 6363	地頭方・壱丁目・今泉（三井住宅・三井サニータウンを除く）向山・大谷本郷・堤崎・中新井・戸崎・川・西宮下
健康福祉部 高齢介護課	775 - 4190	上尾市本町 3-1-1