

認知症チェックリスト



鎌ヶ谷市では、認知症の早期発見・早期予防に向け、本人やその家族、支援者が認知症に気づくきっかけとするため、認知症チェックリストを作成しました。

日常生活で、下記のような症状・行動にチェックが付いたら気を付けてみていきましょう。

☆自分でチェック

- 物をなくしてしまうことが多くなり、いつも探し物をしている
- 財布や通帳など大事なものをなくすことがある
- 曜日や日付を何度も確認しないと忘れてしまう
- 料理の味が変わったと家族に言われた
- 薬の飲み忘れや飲んだかどうかわからなくなることがある
- リモコンや洗濯機などの電化製品の操作がうまくできない
- 鍋を焦がしたり、ガスの火を消し忘れる
- わけもなくいらいらする
- 1人であるのが不安
- 外出するのがおっくうになった
- 趣味や好きなテレビ番組が楽しめなくなった

☆家族・身近な人でチェック

- 同じことを何度も繰り返し話したり、聞いたりする
- しまい忘れが多く、いつも探し物をしている
- 曜日や日付がわからず何度も確認する
- 料理の味が変わったり、準備に時間がかかる
- 薬の飲み忘れや飲んだかどうかわからなくなることがある
- リモコンや洗濯機などの電化製品の操作がうまくできない
- 鍋を焦がしたり、ガスの火を消し忘れることがある
- 失敗を指摘されると取り繕う
- 以前に比べて怒るようになった
- 財布や通帳などをなくして、盗まれたと人を疑う
- 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった



思い当たる場合はまずかかりつけ医に相談を！

このチェックリストの結果はあくまでもおおよその目安で医学的診断に代わるものではありません。

認知症の診断には医療機関での受診が必要です