

# もしかして 認知症？

～ そのもの忘れは大丈夫？ ～

## 認知症とは・・・

何らかの原因により、脳細胞の働きが悪くなったり、障害によっておこる病気で、脳の機能が低下し、日常生活に支障をきたす状態をいいます。

単なる「もの忘れ」とは違います。

いまや65歳以上の4人に1人が認知症とその予備軍と言われています。

認知症は、誰もがなる可能性のある身近な病気です。

もしかして「認知症」かな……。気になったら  
ひとりだけ、家族だけで悩まずに気軽に相談してみましょう。



初期は専門機関の受診が不可欠です。

治る病気や一時的な症状  
の場合があります。

適切に治療することで、  
症状の進行を遅らせることが  
できる場合もあります。



認知症サポーターキャラバンマスコット「ロバ隊長」

認知症サポーターとは、認知症の人を正しく理解し、  
認知症の人や家族を温かい目で見守る人のことです。

詳細は<http://www.caravanmate.com/>

認知症サポーターキャラバン

検索

## 予防と早めの相談・受診が効果的です！

安心できる、いつものかかりつけの先生(かかりつけ医)へのご相談、  
物忘れ外来や神経内科・精神科などの医療機関の受診をおすすめします。  
早く診断がつけば、本人にとっても、家族にとっても将来の準備ができます。



# 認知症・早期発見のめやす

～加齢によるもの忘れと認知症によるもの忘れの違い～

## 加齢によるもの忘れ

体験したことは覚えているが、詳しいことは忘れている。

例) 夕食に何を食べたか思い出せない。

## 認知症

体験したこと自体を忘れている。

例) 夕食を食べたことを思い出せない。

- 周りの人から「いつも同じ事を聞く」などの物忘れがあるとされる。
- 料理・片付け・計算・運転などのミスが多くなった。
- ひとりになると不安感が強くなる。
- 今日が何月何日かわからない時がある。
- 些細なことで怒りっぽくなった、自分の失敗を人のせいにする。
- 人に自分の考えをうまく伝えられない。「あれ・これ・それ」ばかり言う。
- 身だしなみや趣味に関心がなくなった。
- 妄想や幻視(まわりの人には見えないものが見える)がある。
- 睡眠中の叫びや寝言が増えたと言われる。



仕事や生活の中で、いくつか思いあたることはありませんか。  
それはいつごろからですか？

**ひとりだけ、家族だけで悩まずに専門機関に相談してみましよう。**

## < 認知症に関する相談窓口 >

### ■ お住まいの市町村の地域包括支援センター

### ■ 公益社団法人認知症の人と家族の会 奈良県支部 電話相談

日時: 火・金曜日 10時～15時  
土曜日 12時～15時 (祝日休み)  
電話: 0742-41-1026

### ■ 公益社団法人認知症の人と家族の会 電話相談

日時: 月～金曜日 10時～15時 (祝日休み)  
電話: 0120-294-456

### ■ 奈良県若年性認知症サポートセンター

※若年性認知症とは、65歳未満で発症した認知症のことです。

電話相談: 月・水・木・金曜日  
毎月第2土曜日 9時～17時

電話: 0742-81-3857

出張相談:

第2金曜日 13時～16時

奈良県立医科大学附属病院内

第3水曜日 10時～13時 生駒市役所内

### ■ 若年性認知症コールセンター

日時: 月～土曜日 10時～15時

電話: 0800-100-2707 (無料電話)

### ■ 認知症疾患医療センター

(認知症の鑑別診断、医療相談に応じます。)

#### ・ハートランドしぎさん

生駒郡三郷町勢野北4丁目13番1号  
電話: 0745-31-3345

#### ・吉田病院

奈良市西大寺赤田町1丁目7番1号  
電話: 0742-45-6599

#### ・奈良県立医科大学附属病院

橿原市四条町840  
電話: 0744-22-3132

#### ・秋津鴻池病院

御所市池之内1064  
電話: 0745-64-2069



認知症の人や家族が安心して暮らしていくために  
地域全体で支えあいましよう。

