

「認知症の人と家族の会」の、ご家族の経験からまとめられたチェックリストをご紹介します。医学的な診断基準ではありませんが、暮らしの中での目安として参考にして頂き、いくつか思い当たることがあれば、主治医やささえりあ等にご相談下さい。

「認知症」早期発見のめやす
「こんなことに思い当たれば、認知症かも知れません」

1. 今切ったばかりなのに、電話の相手の名前を忘れる
2. 同じことを何度も言う・問う・する
3. しまい忘れ置き忘れが増え、いつも探し物をしている
4. 財布・通帳・衣類など盗まれたと人を疑う

5. 料理・片付け・計算・運転などのミスが多くなった
6. 新しいことが覚えられない
7. 話のつじつまが合わない
8. テレビ番組の内容が理解できなくなった

9. 約束の日時や場所を間違えるようになった
10. 慣れた道でも迷うことがある

11. 些細なことで怒りっぽくなった
12. 周りへの気づかいがなくなり頑固になった
13. 自分の失敗を人のせいにする
14. 「このごろ様子がおかしい」と周囲から言われた

15. ひとりになると怖がったり寂しがったりする
16. 外出時、持ち物を何度も確かめる
17. 「頭が変になった」と本人が訴える

18. 下着を替えず、身だしなみをかまわなくなった
19. 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった
20. ふさぎ込んで何をするのも億劫がりいやがる

もの忘れがひどい



判断・理解力が衰える

時間・場所がわからない

人柄が変わる

不安感が強い

意欲がなくなる

認知症の人と家族の会 家族がつくった「認知症」早期発見のめやす より抜粋

男性料理教室“おやじの会”

～味噌造りマイスターから学ぶ“おいしい味噌作り” 参加者募集～

- ◆日 時：平成28年11月25日（金）
午前10時～午後12時
- ◆場 所：西里分館
- ◆対象者：65歳以上の男性ならどなたでも
- ◆内 容：味噌作り
- ◆参加費：200円（別途味噌代が必要です）
味噌代 2.5kgは1,350円
5.0kgは2,700円
- ◆申込み先：ささえりあ北部 ☎275-6355



川上校区健康教室で健康づくり

冬場は自宅にこもりがちで、春になる頃『体力が落ちたな〜』と感じた事はありませんか？ いつまでも若々しい心と身体を作るため、是非ご参加下さい。



facebook

ささえりあ北部のフェイスブックはじめました

地域での活動の様子等を載せていますので、是非ご覧ください。



いいね！
お願いします

◆開催日時：毎月第一水曜日 午前10時～11時30分

※次回は12月7日（水）です

- ◆場所：川上地域コミュニティセンター
- ◆対象者：川上校区在住の65才以上の方で、ご自身で会場まで来ることができる方
- ◆参加料：無料 ◆申し込み：不要
- ◆お問合せ先：ささえりあ北部



☎275-6355

地域での取り組み紹介！

地域の心強〜い味方！

北部地区の金融機関や商工会の皆様を対象に、認知症サポーター養成講座を行いました。2025年には高齢者の5人に一人が認知症。地域に認知症についての理解者が増えるのは、本当に心強い事です。職員の皆様、今後ともよろしくお願ひ致します！



認知症キッズサポーター養成講座

10月21日川上小学校4年生を対象に実施致しました。講座の後半には、民生児童委員さんや介護関係の職員さんにご協力頂き『心配して何度も宿題の事を聞いてくるおばあちゃんに、自分だったら何と言うか』をテーマにグループワーク。心温まる意見が沢山でした。近日、北部東小・西里



認知症の事を正しく・楽しく伝えたい！

10月30日ふれあいフェスタinほくぶにて、認知症介護劇を行ないました。地域・介護・医療の有志の皆様で結成された“劇団わさものばかり”も今年で5年目。「スミばあちゃんのゴミだトラブルも、地域ケア会議で知恵を出し合い、また安心して暮らせる様になりました」現実もこうなると良いですね。

