

家族の視点で
認知症をチェック!

認知症チェックリスト

認知症の症状は、原因となる病気や個人により差がありますので、ひとつの目安としてチェックリストを活用してください。

●もの忘れがひどい

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

●判断・理解力が衰える

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

●時間・場所がわからない

- 約束の日時や場所を間違えるようになった
- 慣れた道でも迷うことがある

●人柄が変わる

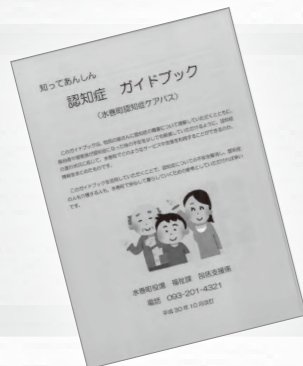
- ささいなことで怒りっぽくなった
- 周りへの気づかいがなくなり頑固になった
- 自分の失敗を人のせいにする
- 「このごろ様子がおかしい」と周囲から言われた

●不安感が強い

- ひとりになると怖がり寂しがりになる
- 外出時、持ち物を何度も確かめる
- 「頭が変になった」と本人が訴える

●意欲がなくなる

- 下着を替えず、身だしなみを構わなくなった
- 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった
- ふさぎ込んで何をしてもおっくうがり嫌がる



認知症の人やその家族が「いつ」「どこで」「どのような」支援を受けることができるのか、認知症の進行や状態に応じて利用できるサービスの流れ（認知症ケアパス）を整理し、認知症ガイドブックとしてまとめ、窓口で配布しています。また、町のホームページにも掲載しています。ぜひ参考にしてください。

早期発見につながります

家族などの気づきこそして相談が

家族や身近な人が、もしかしたら「認知症」かもしれない。そんな時に気軽に相談ができて、一緒に対応を考える窓口を設置しています。困った際は気軽に相談してください。

早期発見のメリット

メリット1

治る病気や一時的な症状の場合があります
認知症を引き起す病気(正常圧水頭症、慢性硬膜下血腫、甲状腺機能低下症など)には、早めに治療すれば改善が可能なこともありますので、早めに受診をしましょう。

メリット2

進行を遅らせることが可能な場合があります
認知症を早期に診断し、早い時期から薬を飲んだり、周囲が適切な関わりを持ったりすることで、その進行のスピードを遅らせることができます。

メリット3

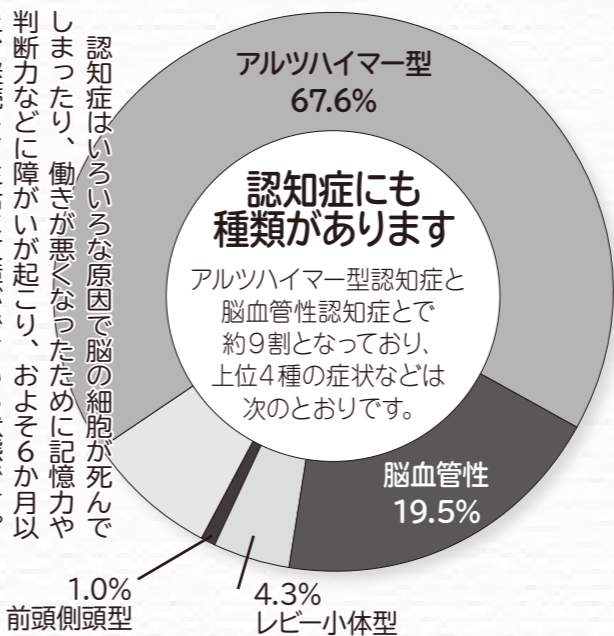
自分で今後の見通しを立て備えることができます
早期の診断を受け、症状が軽いうちに本人や家族が認知症への理解を深め、病気と向き合い話し合うことで、今後の生活の備えをすることができます。



認知症は早期発見が大切です

認知症は誰にでも起こりえる病気です。令和7年(2025年)には、65歳以上の人の5人に1人が認知症になると言われています。認知症は本人に自覚症状がないことも多いため、早期発見には家族など身近な人の「気づき」が必要です。早期発見により、適切な治療や社会的な支援を受けることができます。

認知症は脳の病気



認知症はいろいろな原因で脳の細胞が死んでしまったり、働きが悪くなったために記憶力や判断力などに障がいが起こり、およそ6か月以上、継続して生活に支障がでている状態です。認知症にはいくつかの種類があり、症状もそれぞれ違います。また、症状の出方も個人差があります。

※出典：厚生労働省資料より

問い合わせ 役場包括支援係 201局4321番



アルツハイマー型認知症

昔のことは覚えていますが、最近のことは忘れてしまいます。徐々に進行し、やがて時間や場所の感覚がなくなります。

脳血管性認知症

脳血管障害(脳出血など)が起こるたびに段階的に進行します。また、障がいを受けた部位によって症状が異なります。

レビー小体型認知症

ないものが見える幻視や手足が震える。筋肉が固くなるといった症状が現れ、歩幅が小刻みになり、転びやすくなります。

前頭側頭型認知症

感情の抑制がなくなったり、社会のルールが守れなくなるといったことが起こります。

加齢による「もの忘れ」

- 体験の一部を忘れる
「ご飯を食べた後、食べたものを忘れることがある。何かきっかけがあればそれを思い出す。」
- もの忘れの自覚がある
忘れていたことに自分が気づくことができる。
- 日常生活や社会生活に支障はない
日常生活や金銭管理が自分でできる。

もの忘れ?

それとも

認知症?

「会った人が思い出せない...」「このような経験は誰にでもあります。」「もの忘れ」は加齢による生理的な現象で、誰にでも起こります。一方、「認知症」は脳の障がいによる「病気」です。両者は症状の現れ方が違います。

認知症による「もの忘れ」

- 体験の全てを忘れる
「ご飯を食べた後、食べたこと自体(短期記憶)を忘れ、しだいに過去の記憶(長期記憶)も忘れる。」
- もの忘れの自覚がない
忘れていることを理解できなくなる。
- 日常生活や社会生活に支障がでてくる
着替えやトイレがうまくできず、介護が必要になる。金銭管理が難しくなる。

ご存知ですか？ 成年後見制度

「お金の管理ができない」
「悪質商法などにだまされそう」
「老後の財産管理が心配」
などの不安を解消するために、元気な時から成年後見制度について知っておくことは大切です。
成年後見制度の中には、法定後見制度と任意後見制度があります。

●法定後見制度とは

認知症などにより判断能力が低下した場合に、家庭裁判所で手続きを行い、援助してくれる人（成年後見人など）を決める制度です。成年後見人などは、本人に代わって財産の管理や介護サービス利用の契約などを行うことができ、本人の権利や財産を守るための活動を行います。

●任意後見制度とは

将来に備え、物事の判断ができる間に、あらかじめ自分が選んだ代理人に財産の管理などを願う契約を結び、判断能力が低下したときに支援を開始します。

成年後見制度についての内容や手続きの方法などは地域包括支援センターに相談してください。



●問い合わせ

水巻町地域包括支援センター
☎201局4321番

※9月5日・9月12日・9月19日に行われる講座を現在受付中です。詳しくは、12ページを参照してください。

●認知症サポーター養成講座

認知症を正しく理解し、認知症の人やその家族を見守る応援者となるための「認知症サポーター養成講座」です。認知症サポーターは特別な資格ではなく、困っている人がいたら声をかけるなど、自分のできる範囲で認知症の人の杖となる活動をするものです。

●リハビリ専門職による認知症予防の講話

地域包括支援センターでは、出前講座を開催しています。どちらも受講料は無料で、参加人数は5人以上です。5人未満でも開催できることもありますので、興味を持った人は、ぜひ相談してください。

無料出前講座 認知症についての

利用者を限定せず、認知症の当事者、家族、地域住民などが集うことが大きな特徴です。ぜひ、気軽に立ち寄りください。

赤とんぼカフェ

頃末南一丁目18番29号
☎201-6627

開催日時
水曜日、
金曜日。
午前10時～午後3時。

福祉松快園カトレア

吉田南二丁目9番1号
☎201-8800

開催日時
月1回。
専門職に
相談もできます。

わくわくカフェ

猪熊一丁目6番40号
☎202-8989

開催日時
年中。
イベントは
月に2・3回しています。

カフェ（居場所）

認知症の人や介護している家族の人などが集まり、談笑したり、相談したりできる場所です。

『介護サービスを利用したほうがよいと思うが、本人が拒否する』
『専門医に受診させたいけれど、本人が病院に行きたがらない』
『認知症初期集中支援チーム』
『力を合わせ支援！』
『認知症初期集中支援チーム』

専門職チームが 力を合わせ支援！

認知症になったら何もできないわけではありません。周りが本人のできることを奪わず、楽しい人生の再構築をするためにも、早期発見・早期診断および社会参加、社会とのつながりが大切です。
少しでも気になりましたら、かかりつけ医や地域包括支援センターに相談してください。

相談窓口

北部	中部	南部	水巻町
高齢者支援センター 猪熊一丁目6番40号 ☎202-8990 FAX 202-8200	高齢者支援センター 頃末北四丁目2番30号 ☎201-1314 FAX 201-0748	高齢者支援センター 吉田南二丁目9番1号 ☎201-8826 FAX 201-2517	地域包括支援センター 頃末北一丁目1番1号 ☎201-4321 FAX 201-4423
相談日時 月曜日～土曜日 午前8時30分～ 午後5時	相談日時 月曜日～土曜日 午前8時30分～ 午後5時	相談日時 月曜日～金曜日 午前8時30分～ 午後6時	相談日時 月曜日～金曜日 午前8時30分～ 午後5時15分

総合相談窓口

認知症専門医など

医療機関名	診療科	住所	電話番号(093)
遠賀中間医師会おかがき病院	もの忘れ外来	岡垣町 大字手野	282-0181
高倉クリニック	もの忘れ外来	岡垣町 公園通り	282-0081
堤病院	精神科・神経科	岡垣町 鍋田	282-1234
小田内科・消化器科医院	内科	八幡西区 引野	641-0808
折尾病院	精神科	八幡西区 本城	691-4366
こがねまるクリニック	内科	八幡西区 大字野面	619-1877
権頭クリニック	内科	八幡西区 永犬丸	692-5557
産業医科大学病院	精神科	八幡西区 医生ヶ丘	603-1611
数住医院	内科	八幡西区 木屋瀬	617-1034
高砂脳神経外科	脳神経外科	八幡西区 鉄竜	644-0113
たけうち医院	神経内科・内科	八幡西区 幸神	621-7020
谷内科クリニック	内科	八幡西区 西神原町	621-5058
八幡厚生病院	精神科	八幡西区 里中	691-3344
あかさきホームクリニック	内科・外科	八幡西区 赤崎町	751-3356
北崎医院	内科	八幡西区 白山	761-4696
こが医院	整形外科	八幡西区 下原町	751-6200
産業医科大学若松病院	神経内科	八幡西区 浜町	761-0090
末吉脳神経外科医院	脳神経外科	八幡西区 高須東	742-3221
村井クリニック	神経内科	八幡西区 鴨生田	791-0660
山内クリニック	内科	八幡西区 下原町	771-0155
若戸病院	精神科	八幡西区 大字小敷	742-2000

●近郊の認知症外来・もの忘れ外来
身近なところで気軽に受診できる医療機関です。診察（診断や治療）のほか、相談・助言、かかりつけ医や家族などへの情報提供、専門医療機関の紹介などを行います。



医療機関名	住所	電話番号
福岡県認知症医療センター (宗像病院)	宗像市光岡130	(0940) 3602775番

