

# 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。

- 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。  
**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

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。



## < 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
- (公社)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 (祝日除く)

電話: 0742-41-1026

- (公社)認知症の人と家族の会 電話相談

日時: 月～金曜日 10時～15時 (祝日除く)

電話: 0120-294-456

- ・ 携帯電話、スマートフォンからは、050-5358-6578
- ・ LINE電話は、<https://lin.ee/MHYOf52>

- 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

- 若年性認知症コールセンター

日時: 月～土曜日 10時～15時 (年末年始・祝日除く)

※水曜日は 10時～19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  
(専門医療福祉相談)

・ 吉田病院  
奈良市西大寺赤田町1丁目7番1号  
電話: 0742-45-4601 (代表)

・ 奈良県立医科大学附属病院  
橿原市四条町840  
電話: 0744-22-3132  
(相談専用ダイヤル)

・ 秋津鴻池病院  
御所市池之内1064  
電話: 0745-64-2069 (直通)



**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。**