



認知症って?

# 「認知症を知ろう」

お世話はどうしたらいい?

どこで相談できるの?

## 認知症かな...

認知症の方のご家族に、「どんな症状で、認知症かな?と気づきましたか」と聞きました。

### 物忘れがひどい

- ・同じことを何度も言ったり聞いたりする。
- ・置き忘れ、しまい忘れが多くなった。

### 判断・理解力が落ちてきた

- ・料理、掃除等の家事が以前のようにできない。
- ・計算の間違いが多くなった。

### 時間、場所、季節がわからない

- ・「今日は何日?」「今、何時?」とよく聞く。
- ・約束の日時、場所を間違えるようになった。

### 意欲がなくなった

- ・身だしなみをかまわなくなった。
- ・趣味や好きなテレビに興味を示さない。

いくつか思い当たることがあれば下記に相談をしてみましょう

認知症と間違われやすい病気があります。これを見分けるためにも医師に相談しましょう。



## 認知症の上手なケアのために

認知症の人の気持ちを知っておきましょう。

### プライドは失っておられません

上記のような状態であっても、人としての感情がなくなってしまったり、プライドや羞恥心を失うわけではありません。汚れた下着をタンスに隠すのは、羞恥心からでしょう。

### 不安な気持ちでおられます

物忘れが多くなったり、失敗してしまう自分をもどかしく思い、自信をなくし、不安な気持ちでおられます。失敗を怒ると、ますます混乱されます。

## ご相談はこちらへ

**医療機関** かかりつけの医師 ・ 神経内科、精神科、ものわすれ外来等の医師

**行政機関** 長浜市地域包括支援センター(電話 65 - 7841)  
長浜市北部地域包括支援センター(電話 82 - 5905)  
米原市地域包括支援センター(福祉支援局内)(電話 55 - 8110)

**家族会** 認知症家族の交流会: いぶきの会(2ヶ月に1回、六角館で)  
<お問い合わせ> 長浜市社会福祉協議会浅井支所(電話 74 - 8200)