

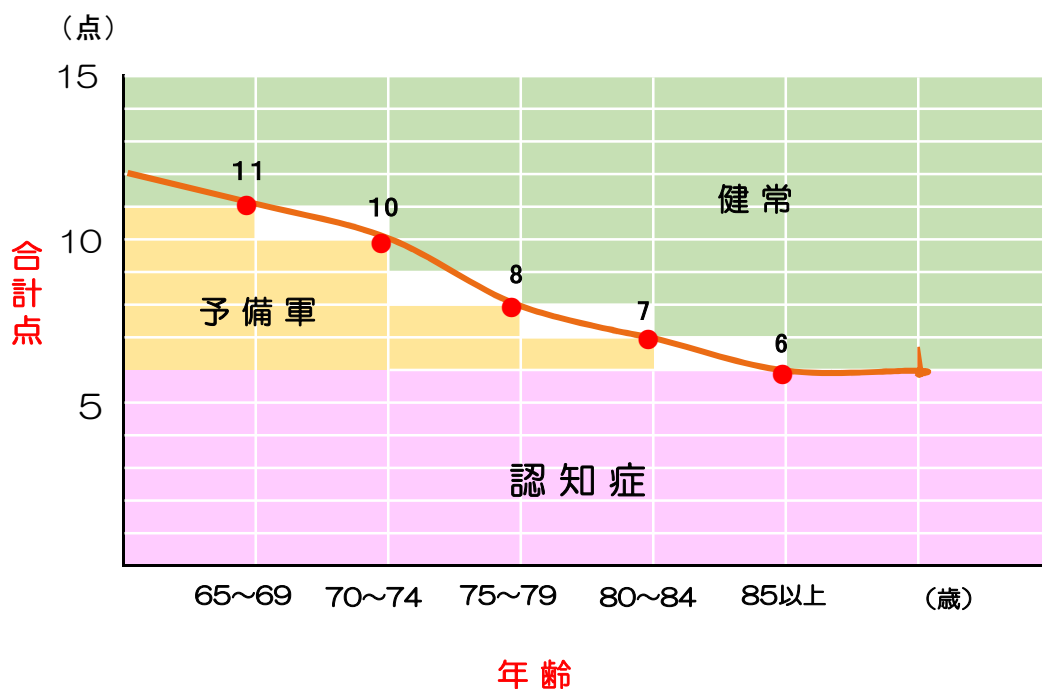
# 「認知症の早期発見チェックリスト」

名前（ ）

- 自分で電話番号調べて、電話をかけることができる
- リーダーとして、何かの行事の企画・運営を行なうことができる
- 何かの会の世話係や会計係を務めることができる
- ひとりでバスや電車を利用して、あるいは車を運転して出かけることができる
- 見知らぬ場所へ、ひとりで計画を立てて旅行することができる
- 薬を決まった分量、決まった時間にのむことができる
- 貯金の出し入れや家賃・公共料金の支払い、家計のやりくりなど、家計を管理することができる
- 日用品を買いに行くことができる
- 請求書の支払いをすることができる
- 郵便貯金・銀行貯金の出し入れをすることができる
- 年金や税金の申告書をひとりで作成することができる
- 食事の用意をすることができる
- 掃除をすることができる
- 洗濯物・食器を整理整頓することができる
- 手紙や文書を書くことができる

認知症を予防するためには、本人の生活意欲と周囲からの支えが大切です。家族、地域ぐるみで早期発見・早期治療を心がけ、高齢者の生活支援を進めていくことが認知症になる高齢者を減らすための方法です。





上の図で、合計点と年齢の交わったところをチェックしてみましょう。また、家族の方に採点してもらって5点以下だった場合も認知症の可能性もあります。認知症の疑いのある方、予備軍だった方は、専門医に相談しましょう。

# 認知症は

# 早期発見・早期治療が大切！

**10時10分の時計を描いてみましょう！！**