

知っていますか？ 認知症のこと



©富山県

～認知症は早期発見・早期対応が大切です～



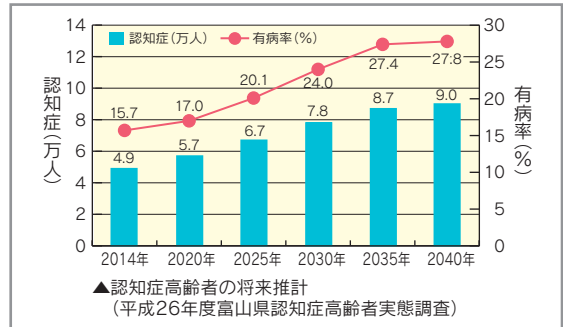
認知症とは？

脳は、私たちのあらゆる活動をコントロールしている司令塔です。それがうまく働かなければ、精神活動や身体活動がスムーズにできなくなります。

認知症とは、何らかの原因で脳の細胞が壊れてしまったり、働きが悪くなったためにさまざまな障害が起こり、生活するうえで支障が出ている（およそ6ヵ月以上継続した）状態を指します。

認知症の方が増えています！

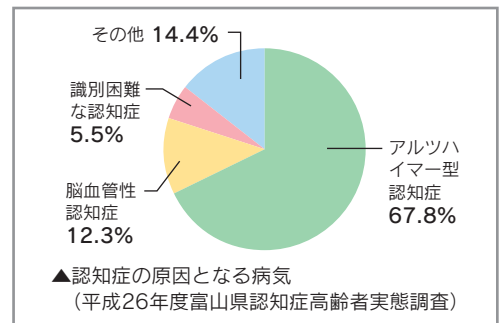
平成26年度（2014年）富山県認知症高齢者実態調査では、県内の認知症の有病率は15.7%（約5万人）であり、2025年には20.1%（約6万7千人）に増加すると推計されています。



認知症の病型

認知症にはいくつかの種類があり、わが国で多いのは、アルツハイマー型認知症と脳血管性認知症です。県内でも、アルツハイマー型認知症が67.8%と一番割合が高いことがわかりました。（平成26年度富山県認知症高齢者実態調査）

近年、レビー小体型認知症、前頭側頭型認知症などの診断が増えています。



▼認知症のおもな病気(病型)と特徴

脳の神経が変性する病気

●アルツハイマー型認知症

記憶力や生活を実行する機能などが徐々に低下する。

●レビー小体型認知症

初期は記憶障害が目立たない。幻視、睡眠の乱れ、小刻み歩行、手足のこわばり、転倒、薬の副作用などが起こりやすい。

●前頭側頭型認知症（ピック病など）

初期は記憶障害が目立たない。社会的な常識に適應しない言動や同じ行動をくり返す。

脳血管の障害

●脳血管性認知症

脳梗塞や脳出血、脳動脈硬化などにより脳の神経細胞の働きが損なわれる。

障害された脳の部位により、記憶障害や感情障害、麻痺や感覚障害などがあらわれる。

その他

正常圧水頭症（脳脊髄液の流れが悪くなり、脳室に脳脊髄液がたまって脳を圧迫する病気）、脳腫瘍（脳内に腫瘍ができる病気）など。

もしかして認知症？

認知症には、認知症の中心となる症状の「中核症状」と、環境、人間関係などさまざまな要因がからみ合っ
てあらわれる「行動・心理症状」があります。特に行動・心理症状は心理的な要因が作用して出現します。
そのため、適切なケアが提供されることによって、認知症の人の心理的ストレスが軽減し、行動・心理
症状を軽減できる可能性があります。

中核症状

- **記憶障害**
新しいことを覚えられない、知っているはずの記憶が思い
出せない
- **見当識障害**
時間、日付、季節、場所、人物がわからない
- **実行機能の障害**
自分で計画を立てられない、手順を追って実行することが
できない
- **理解・判断力の障害**
2つ以上の情報が重なると理解できない、どう判断すれば
よいかわからない

行動・心理症状

- ・ 妄想
- ・ 幻覚
- ・ 人格変化
- ・ 暴力行為
- ・ 暴食・過食
- ・ うつ
- ・ 睡眠障害

etc...



認知症によるもの忘れと加齢によるもの忘れの違い

認知症によるもの忘れ	加齢によるもの忘れ
<p>体験のすべてを忘れる</p> <p>さっき行っただろ</p> <p>買い物に行ってくださいね</p>	<p>体験の一部を忘れる</p> <p>買い物で何を買ったかしら</p>
<p>もの忘れを自覚できない</p> <p>忘れてましたよ</p>	<p>もの忘れを自覚している</p> <p>あ、忘れた!</p>
<p>人格が変化する</p> <p>あなたがとったのね!</p>	<p>人格に大きな変化はない</p> <p>この中に入れたはずなのに</p>
<p>人物や場所がわからなくなる</p> <p>お父さん...</p> <p>こんにちは</p>	<p>人物や場所がわからなくなるようなことはない</p> <p>鈴木ですよ</p> <p>お名前が思い出せなくて...</p>
<p>日常生活に支障をきたし介護が必要になる</p> <p>えーっと...</p> <p>ご自宅はどこですか?</p>	<p>日常生活に支障はない</p> <p>どっちから来たかしら</p>

軽度認知障害 (MCI) について

軽度認知障害 (MCI)

もの忘れなどがあるが日常生活には支障がない状態を、軽度認知障害 (MCI) と言います。MCI の定義は次のようなものです。

- ① 本人または家族から、記憶障害の訴えがある。
もの忘れがあると自覚している。
- ② 日常生活動作は自立している。
身の回りのことは自分で行え、日常生活には支障がない。
- ③ 全般的認知機能は正常である。
もの忘れはあるが、他の認知機能は年齢相当である。
- ④ 年齢や教育レベルの影響のみでは説明できない記憶障害がみられる。
- ⑤ 認知症ではない

●MCI の人は必ず認知症になるの？

平成22年度の国の調査では、65歳以上高齢者の13%がMCIと推定されています。

MCIの人は、そうでない健常な人に比べて、認知症になる確率が高いとされていますが、そのままの状態が続く人もおり、中には、正常に戻る人もいます。

MCIといわれ
ても過剰に心配
する必要はあり
ません。



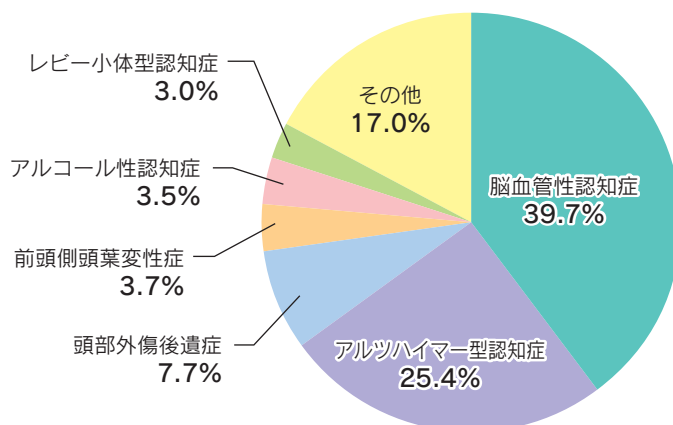
若年性認知症について

若年性認知症

65歳未満で発症した認知症を「若年性認知症」といいます。

高齢者の認知症は女性が多いのに比べ、若年性認知症は男性が多いのが特徴です。発症年齢は平均で51.3歳であり、約3割は50歳未満で発症しています。発症から診断がつくまでに時間がかかる場合があります。働き盛りに仕事や家事が十分にできなくなることで、身体的・精神的・経済的に大きな負担がかかります。

しかし、早期発見・治療により、病気の進行を遅らせたり、症状を改善させたりすることができます。早期に助言を受けることが、将来の生活に向けた準備を進めることにもつながります。早めの相談をすることが大切です。



▲若年性認知症の原因疾患
(平成20年度若年性認知症の実態と対応の基盤整備に関する研究より)

若年性認知症専門相談窓口

富山県若年性認知症相談・支援センター

(平成28年7月開設)

本人や家族が直面する様々な悩みや不安に、医療・介護・福祉・行政・労働等の関係機関と連携しながらサポートを行っています。

TEL 076-432-7501

お気軽にご相談ください。

●若年性認知症とうつ病（状態）との違い

うつ病やうつ状態は、高齢者に多くみられますが、働き盛りの世代にも多い疾患です。下の表のようにはっきりと区別できないこともあります。

▼認知症とうつ状態との区別

	うつ状態	認知症
発症	週～月単位で、何らかのきっかけがある	ゆっくりと発症し、きっかけを特定しにくい
経過	発症後、症状は急速に進行し、日によってあるいは1日の中でも変動がある	一般的にゆっくりで、変動が少なく、進行性
記憶障害	記憶障害を強く訴える 考えてもわからないと言う 最近の記憶も昔の記憶も同じように障害される	本人は記憶障害を否認するが、他の人から見れば記憶障害がみられる 考えようとし 最近の記憶が障害される
答え方	質問に「わからない」と答える	誤った答えや作り話をし、つじつまを合わせようとする
自己評価	自分の能力低下を嘆く	自分の能力低下を隠す
思考内容	自罰的、自分を責める	他罰的、他人のせいにする
身体症状	不眠、食欲低下など	あまり見られない
気分・感情	気分は1日の中で変動する 悲哀、むなしい心持ち	怒りっぽい、感情と一致しない言動がある

●早期の診断と対応が大切です！

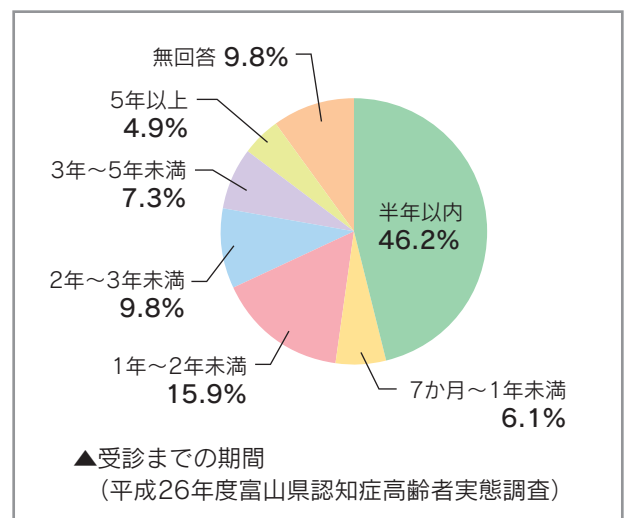
家族などが本人の症状に気付いたきっかけは？

平成26年度富山県認知症高齢者実態調査の結果によると、家族などが本人の症状に気付いたきっかけは、物忘れ（74.0%）が最も多く、次いで記憶力^(※1)の低下（54.1%）、理解力・判断力の低下（34.9%）、意欲・関心の低下（19.9%）でした。 ※1 記憶力…新しく体験したことを覚える能力

しかし…

**症状に気付いてから
受診した人は約6割！**

また、症状に気付いてから半年以内に受診した人は46.3%（H13：71.1%）で、半数以上の方が受診までに半年以上の期間を要していることがわかりました。



早く気付くことのメリット

● 治る病気や一時的な症状の場合がある

正常圧水頭症や、脳腫瘍、慢性硬膜下血腫などの場合、手術や治療で良くなる場合があります。

● 進行を遅らせることができる

アルツハイマー型認知症では、薬で進行を遅らせることができ、早く使い始めると健康な時間を長くすることができます。

● 今後の生活の準備ができる

病気が理解できる時点で受診し、少しずつ理解を深めていけば生活上の障害を軽減でき、その後のトラブルを減らすことも可能です。

障害の軽いうちに障害が重くなったときの後見人を自分で決めておく（任意後見制度）等の準備や手配をしておけば、認知症であっても自分らしい生き方を全うすることが可能です。

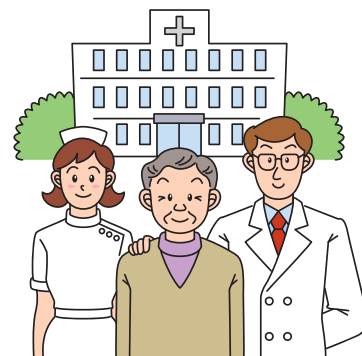
▼ 認知症治療薬による効果



▲国立長寿医療研究センターもの忘れ教室より

認知症は治らないから、医療機関に行っても仕方がないと考えていませんか？

治療により認知症の進行を完全に止めることはできませんが、早期からの治療により症状の進行を遅らせることができることから、他の病気と同じように、早期診断と早期対応が非常に大切です。気になることがあったら、身近な相談窓口（参考10～11P）やかかりつけ医に相談しましょう。



認知症予防のためのポイント

1. 脳を使ってきたえましょう! (脳のトレーニング)

認知症のなりかけに落ちやすい機能を高めましょう

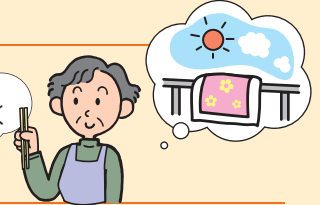
- ①エピソード記憶 ⇒ 体験したことを、再生してみましょう。



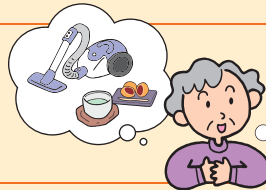
昨日の夕ご飯のおかずは何だったかな？

- ②注意分割機能 ⇒ 2つ以上のことを同時に行ってみましょう

テレビの天気予報で明日の天気を気にしながら、魚を焼く



- ③思考力(計画力) ⇒ 段取りをつける習慣を身につけましょう



今日は3時にお客さんが来るので、それまでに部屋の掃除をしてお茶菓子を買ってこよう

2. 生活習慣に気をつけましょう!

認知症の発生と関係が深い生活習慣を改善しましょう

最近の研究では、糖尿病の方やタバコを吸う方は認知症になりやすいことがわかっています。

①魚の摂取を心がける

まぐろ、いわし、さば、さんま、あじなどの青魚に多く含まれるDHAやEPAという脂肪酸が、脳の炎症や動脈硬化を防ぎ、脳の老化や認知症の予防に効果があるといわれています。

②緑黄色野菜の摂取を心がける

緑黄色野菜には、脳老化を防ぐ栄養成分、βカロチンやビタミンC、ビタミンEが多く含まれています。



③生活習慣病(高血圧、肥満など)に気をつける

脳血管障害を引き起こす動脈硬化は、高血圧や肥満が原因。若い頃からの高血圧や肥満を抑えることが大切です。

④運動習慣をもつ

運動は脳の前頭葉の血の巡りを良くし、脳機能の活性化につながります。



⑤昼寝の習慣をもつ

睡眠は脳に適度な休養を与え、起きている時の脳のはたらきをより活発にします。ただし、30分以内をめやすにしましょう。長すぎると夜ぐっすり眠れなくなります。

⑥知的行動習慣をもつ

知的行動習慣(本・新聞等を読む、ゲームをする、ラジオを聴く等)をもっている人は、そのような習慣がない人に比べ認知症の発生率が低いことがわかっています。

⑦人とのつきあいを大切に

社会的なつながりが充分にある人は、乏しい人と比べ認知症の発生率が低いことがわかっています。



認知症の方への接し方

尊厳を大事にした対応をしましょう

- ・「認知症の本人には自覚がない」は大きな間違いです。
- ・認知症になっても、感情やその人らしさは保たれています。
- ・認知症の方は不安や苦しみを抱えており、そのために行動障害が起こります。その気持ちを理解し、その人の心に寄り添うような対応をしましょう。

ゆっくり、わかりやすい言葉で話しましょう

- ・認知症の方に一度にたくさん話を話しかけると混乱してしまいます。ゆっくりとわかりやすい言葉で話しかけましょう。

できることのお手伝いをしましょう

- ・認知症になっても、すべてのことができなくなるわけではありません。本人ができることを生かしながらかお手伝いをしましょう。



注目のケア技法「ユマニチュード」

4つの方法（見る・話す・触れる・立つ）を柱とした、認知症の人を大切に思い、「一人の人間」として接するケア技法です。

- | | |
|----------|--|
| 見 | る ：認知症の人の正面で、目の高さを同じにして、近い距離から長い時間見つめます。斜めや横から視線を注ぐのではなく、まっすぐに見つめ合うことで、お互いの存在を確認します。 |
| 話 | す ：優しく、前向きな言葉を使って、話しかけます。ケアをするために体に触れる場合も、いきなり触れるのではなく、話すことで安心感を得てもらいます。 |
| 触 | れ る ：認知症の人の体に触れる手で、多くのメッセージを伝えます。決して腕を上からつかむような感じではなく、やさしく背中をさすったり、歩くときにそっと手を添える等、認知症の人が安心できるように工夫します。 |
| 立 | つ ：認知症の人が寝たきりにならないよう、自力で立つことを大切にします。立つことで筋力の低下を少しでも防ぐことができます。また視界が広がって、外の世界に関心を向けることが多くなります。 |

〈参考文献〉本田美和子他著：ユマニチュード入門，医学書院，2014。

認知症の人を地域で支えるための取組み

▼認知症サポーター

認知症サポーターとは、認知症に関する正しい知識と理解を持ち、地域や職場などで認知症の人や家族に対してできる範囲での手助けをする人です。

いつ自分や家族が認知症になるかはわかりません。

他人ごととして無関心でいるのではなく、「自分たちの問題である」という認識を持つことが、認知症サポーターとしての第一歩です。

そして、「認知症サポーター」は、認知症の人とその家族の応援者でもあります。まず、認知症について正しく理解し、偏見を持たず、認知症の人や家族に対して温かい目で見守ることがスタートです。



▲認知症サポーター養成講座の受講者に配布される「オレンジリング」

平成30年12月31日現在、富山県内の認知症サポーターは118,591人で、子どもから大人まで、年代は様々です。

あなたも認知症サポーター養成講座を受講して、認知症サポーターになりませんか？



魚津市

小学校での認知症サポーター養成講座の様子

▼認知症カフェ

認知症カフェとは、認知症の本人、その家族、専門職、地域住民など誰もが参加でき、和やかに集うカフェです。

コーヒーやお茶を飲みながら会話を楽しんだり、悩みや不安に感じていることなどを語り合ったりできます。

介護者の負担を軽減するため、認知症の人やその家族が、地域の人や専門職と相互に情報を共有し、お互いを理解し合う場になっています。

認知症カフェの呼び方は地域によって様々で、「オレンジカフェ」や「オレンジサロン」という呼び方で親しまれているところもあります。

●認知症カフェの効果

- 認知症の人⇒自ら活動し、楽しめる場所
 - 家族⇒わかり合える人と出会う場所
 - 専門職⇒人としてふれ合える場所（認知症の人の体調の把握が可能）
 - 地域住民⇒つながりの再構築の場所（住民同士としての交流の場や、認知症に対する理解を深める場）
- 各地でいろいろな取組みが行われています。
 くわしいことは、お住まいの地域包括支援センター、市町村等にお問い合わせください。



射水市

たんぽぽカフェでの体操の様子



滑川市

オレンジカフェでのミニ講座の様子

認知症に関する相談窓口

心配なことがあれば、
まずは相談してみましょう！

●地域包括支援センター（保健・医療・福祉の様々な相談にのり、高齢者の生活を総合的に支援します。）

保 険 者		地域包括支援センターの名称	住 所	電話番号
富山市	1	まちなか地域包括支援センター	富山市西田地方町2丁目10-11	076-461-8151
	2	柳町・清水町地域包括支援センター	富山市清水町2丁目6-23	076-492-6611
	3	堀川・光陽地域包括支援センター	富山市今泉西部町1-3	076-493-9111
	4	東部・山室地域包括支援センター	富山市長江5丁目4-33	076-494-1220
	5	新庄地域包括支援センター	富山市向新庄町4丁目14-48	076-451-8014
	6	藤ノ木・山室中部地域包括支援センター	富山市大島3丁目147	076-492-3146
	7	呉羽地域包括支援センター	富山市吉作1725	076-436-2117
	8	婦中東地域包括支援センター	富山市婦中町下轡田90-1	076-466-0620
	9	八尾北・山田地域包括支援センター	富山市八尾町福島4丁目71	076-454-6066
	10	大沢野・細入地域包括支援センター	富山市下夕林237	076-467-3590
	11	愛宕・安野屋地域包括支援センター	富山市牛島本町2丁目1-58	076-433-2405
	12	堀川南地域包括支援センター	富山市本郷町262-14	076-411-7373
	13	蜷川地域包括支援センター	富山市蜷川89	076-429-6602
	14	奥田地域包括支援センター	富山市永楽町41-22	076-432-5762
	15	奥田北地域包括支援センター	富山市下新北町6-45	076-433-8808
	16	百塚地域包括支援センター	富山市石坂新830-1	076-433-8266
	17	神明・五福地域包括支援センター	富山市鶴島字川原1907-1	076-433-8857
	18	岩瀬・萩浦地域包括支援センター	富山市高畠町1丁目10-17	076-438-8483
	19	大広田・浜黒崎地域包括支援センター	富山市横越180	076-437-8022
	20	針原地域包括支援センター	富山市小西170	076-451-1200
	21	豊田地域包括支援センター	富山市豊田町1丁目1-8	076-433-7870
	22	広田地域包括支援センター	富山市飯野1-2	076-411-0231
	23	新保・熊野地域包括支援センター	富山市栗山字沢下割900	076-429-6676
	24	太田地域包括支援センター	富山市石屋237	076-422-3283
	25	月岡地域包括支援センター	富山市上千俵町98-1	076-429-7151
	26	和合地域包括支援センター	富山市布目1966-1	076-435-0524
	27	水橋北地域包括支援センター	富山市水橋辻ヶ堂535	076-478-0311
	28	水橋南地域包括支援センター	富山市水橋新堀1	076-479-2299
	29	婦中西地域包括支援センター	富山市婦中町羽根1092-2	076-469-1050
	30	八尾南地域包括支援センター	富山市八尾町乗嶺546	076-454-5506
	31	大久保・船峠地域包括支援センター	富山市下大久保1530-1	076-468-8180
	32	大山地域包括支援センター	富山市花崎80	076-483-4188
高岡市	1	伏木・太田地域包括支援センター	高岡市伏木国分1-10-10	0766-44-7885
	2	守山・二上・能町地域包括支援センター	高岡市二上町1004	0766-25-0809
	3	牧野地域包括支援センター	高岡市中曽根2343グリーンモール中曽根B棟	0766-53-5110
	4	横田・西条・成美地域包括支援センター	高岡市美幸町1-1-53	0766-27-7363
	5	野村地域包括支援センター	高岡市野村921-1	0766-20-8920
	6	高陵・下関地域包括支援センター	高岡市京田490	0766-26-7062
	7	博労・川原地域包括支援センター	高岡市清水町1-7-30	0766-28-7717
	8	木津・福田・佐野・二塚地域包括支援センター	高岡市蔵野町3	0766-31-0700
	9	国吉・五位地域包括支援センター	高岡市上渡161	0766-31-5721
	10	戸出・中田地域包括支援センター	高岡市醍醐1257	0766-62-1777
	11	福岡地域包括支援センター	高岡市福岡町大滝22	0766-64-1186

保 険 者		地域包括支援センターの名称	住 所	電話番号 ()は代表電話
魚津市	1	魚津市地域包括支援センター	魚津市釈迦堂1-10-1	0765-23-1294
氷見市	1	氷見市地域包括支援センター	氷見市鞍川1060番地	0766-74-8067
滑川市	1	滑川市地域包括支援センター	滑川市寺家町104番地	076-476-9400
射水市	1	新湊西地域包括支援センター	射水市朴木211-1	0766-83-7171
	2	新湊東地域包括支援センター	射水市七美891番地	0766-86-2125
	3	小杉・下地域包括支援センター	射水市大江333番地1	0766-55-8217
	4	小杉南地域包括支援センター	射水市中太閤山18丁目1番地2	0766-56-8725
	5	大門・大島地域包括支援センター	射水市中村20番地	0766-52-0800
中新川広域行政 事務組合	1	立山町地域包括支援センター	中新川郡立山町前沢1169番地	076-462-9088
	2	上市町地域包括支援センター	中新川郡上市町湯上野8番地	076-473-2811
	3	舟橋村地域包括支援センター	中新川郡舟橋村仏生寺55番地	076-464-1847
新川地域 介護保険組合	1	黒部市地域包括支援センター	黒部市三日市1301番地	0765-54-5002
	2	黒部市東部地域包括支援センター	黒部市宇奈月町浦山2111番地	0765-65-1165
	3	入善町地域包括支援センター	下新川郡入善町上野2803	(0765-74-1073)
	4	朝日町地域包括支援センター	下新川郡朝日町泊555	(0765-83-0303)
砺波地方 介護保険組合	1	砺波市地域包括支援センター	砺波市栄町7-3	(0763-33-1111)
	2	小矢部市地域包括支援センター	小矢部市鷺島15	(0766-67-8605)
	3	南砺市地域包括支援センター	南砺市蛇喰1009	0763-23-2034

● **厚生センター・保健所及び精神保健福祉センター**（認知症だけでなく、うつ病や心の健康について相談できます。）

機 関 名	住 所	電話番号
富山市保健所	富山市蛭川459-1	076-428-1155
富山県新川厚生センター	黒部市堀切新343	0765-52-2647
富山県新川厚生センター魚津支所	魚津市本江1397	0765-24-0359
富山県中部厚生センター	中新川郡上市町横法音寺40	076-472-0637
富山県高岡厚生センター	高岡市赤祖父211	0766-26-8415
富山県高岡厚生センター射水支所	射水市戸破1875-1	0766-56-2666
富山県高岡厚生センター氷見支所	氷見市幸町34-9	0766-74-1780
富山県砺波厚生センター	南砺市高儀147	0763-22-3511
富山県砺波厚生センター小矢部支所	小矢部市綾子5532	0766-67-1070
富山県心の健康センター	富山市蛭川459-1	076-428-1511



● **認知症疾患医療センター**（認知症に関して専門相談・診断等を行う専門医療機関です。）

機 関 名	住 所	電話番号	相談受付時間
にいかわ認知症疾患医療センター	魚津市大光寺287	0765-22-3399	月～金曜日 9:00～16:00 土曜日 9:00～11:00
谷野呉山病院認知症疾患医療センター	富山市北代5200	076-436-2324	月～金曜日 9:00～17:00
北陸病院認知症疾患医療センター	南砺市信末5963	0763-62-1950	月～金曜日 9:00～16:00
高岡市民病院認知症疾患医療センター	高岡市宝町4番1号	0766-23-0204	月～金曜日 9:00～16:00

● **その他の相談窓口**

機 関 名	住 所	電話番号	相談受付時間
○富山県若年性認知症相談・支援センター	富山市安住町5-21	076-432-7051	月～金曜日 9:00～16:30 土曜日 13:00～16:00
○富山県高齢者総合相談センター 認知症ほっと電話相談 シルバー110番(健康・介護相談)	富山市安住町5-21	076-432-6580 076-441-4110	土・日・祝日 9:00～17:00 火～金曜日 10:00～16:00
○認知症の人と家族の会富山県支部	富山市内幸町3-23菅谷ビル4階	076-441-8998	毎日(夜間 20:00～23:00)

認知症早期発見チェックリスト

認知症はあなたの気づかないところで進行しているかもしれません。早期発見、早期対応が大切です。「なんだか変だな?」と思ったら、まず、チェックシートの質問をチェックしてみましょう。

●物の忘れがひどい

- 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

- 些細なことで怒りっぽくなった
- 周りへの気遣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ったり寂しがったりする
- 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
- ふさぎ込んで何をするのも億劫がり、いやがる

「公益社団法人認知症の人と家族の会」作成「家族が作った認知症の早期発見のめやす」より

いくつか思い当たることがあれば、まずは相談をしてみましょう。相談先については、10～11ページの認知症に関する相談窓口をご覧ください。

日常の暮らしの中で、認知症ではないかと思われる言動を、「公益社団法人認知症の人と家族の会」の会員の経験からまとめたものです。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ください。



富山県厚生部高齢福祉課

住所：富山県富山市新総曲輪1番7号
電話：076-444-3205