

もしかして認知症？簡易チェックリスト

あてはまる項目に○をしてください

●もの忘れに関すること

No 1 食事をしたこと自体を忘れて「まだ食べてない」と言う

例

「食べさせてもらってない」「飯はまだか」など言い、食べたことを説明しても納得しない など

No 2 今日の日付や曜日、または自分のいる場所が分からないことがある

例

答えられない、ごまかす、「バカににしているのか」と怒り出す、または、出かけて帰れなくなることがある など

No 3 家族の名前をまちがえるようになった

例

名前をまちがえる、忘れる、親子や兄弟姉妹の関係が分からない など

No1～No3で付いた○の数

1つでも○が付いたら相談しましょう

●日常生活に関すること

No 4 身だしなみを気にしなくなった

例

化粧や髪型、服装など見た目に気を遣わなくなった など

No 5 料理や片付けなど段取りよく出来なくなった

例

料理がワンパターンになる、惣菜ばかりになる、冷蔵庫に同じ食べ物がいくつもあまる、整理整頓が出来なくなる

No 6 同じ話を何度も繰り返すようになった

例

何度も同じ話をする、話が回りくどくなる

No 7 会計の際に紙幣だけで払うようになった

例

レジで小銭が使えなくなる、財布や袋に小銭がたまる など

No 8 自分でしようとせず、他人に頼るようになった

例

やる気がなくなる、関心がなくなる、新しいことが億劫になる など

No 9 話しの中で取りつくろいが多くなる

例

ごまかすような対応をする、適当にわかっているふりをする など

No4～No9で付いた○の数

2つ以上○が付いたら相談しましょう

●行動に関すること

No 10 ゴミや紙などを集めるように（捨てられなく）なった

例 拾い集める、捨てられないでため込む、捨て方や捨てる日が分からない など

No 11 季節にあった服装が出来なくなった

例 真夏にコートを着るなど季節外れな格好、衣類の前後・裏表など間違えたまま着る など

No 12 ささいなことで泣いたり怒ったりするようになった

例 感情の抑制が効かなくなる、感情が不安定になる など

No 13 作り話をよくするようになった

例 ありもしないことを言いふらす、つじつまの合わない話しをする、配偶者が浮気しているなどの妄想 など

No 14 お金や物が見つからないと盗られたと言うようになった

例 嫁が盗った、泥棒が入った、ネズミが持って行ってしまった など

No 15 「誰か居る」「声が聞こえる」など幻視・幻聴があると言うようになった

例 居ないはずの人や動物・虫などが見える、話し声などが聞こえる など

No10～No15で付いた○の数

1つでも○が付いたら相談しましょう

※このチェックリストはあくまで認知症の傾向に基づいたものであり、医学的な判断をするものではありません。

※チェックリストの結果にかかわらず、心配な時は下記にご相談ください。

●毛呂山町地域包括支援センター

毛呂山町中央2-1 毛呂山町役場高齢者支援課内
電話 049-295-2112

<http://www.town.moroyama.saitama.jp/www/genre/1587695961721/index.html>

●丸木記念福祉メディカルセンター

認知症疾患医療センター
毛呂山町大字毛呂本郷38
電話 049-276-1486

<https://www.saitama-mwa.or.jp/maruki/departament/dementia.html>

作成：毛呂山町高齢者支援課・毛呂山町地域包括支援センター
監修：丸木記念福祉メディカルセンター認知症疾患医療センター