

まずは脳の健康度についてチェックしてみましょう

※このチェック項目は目安であり、認知症を診断するものではありません

| | | |
|----|---------------------------|--|
| 1 | 同じことを言ったり聞いたりする。 | |
| 2 | 物の名前が出てこなくなった。 | |
| 3 | 置き忘れやしまい忘れが目立ってきた。 | |
| 4 | 以前はあった関心や興味が失われた。 | |
| 5 | だらしなくなった。 | |
| 6 | 日課をしなくなった。 | |
| 7 | 時間や場所の感覚が不確かになった。 | |
| 8 | 慣れた場所で道に迷った。 | |
| 9 | 財布などを盗まれたと言う。 | |
| 10 | ささいなことで怒りっぽくなった。 | |
| 11 | 蛇口、ガス栓の締め忘れ、火の用心ができなくなった。 | |
| 12 | 複雑なテレビドラマが理解できない。 | |
| 13 | 夜中に急に起きだして騒いだ。 | |

(国立長寿医療センターで使用されているチェックリストより)

3つ以上あてはまった方で、不安な方はかかりつけ医又は次ページ以降に記載されている医療機関・相談先にお問合せください。