

認知症の方やその家族をサポート

相談・お問い合わせは…

北杜市役所 介護支援課

- 地域包括支援センター（高根総合支所内）

0551-42-1336

- 介護予防担当（本庁）

0551-42-1333



◎早期発見・早期対応を目指す！

認知症初期集中支援チーム(オレンジチーム)

専門職が家族などの訴えにより認知症が疑われる人・家族などを訪問して、適切な医療や介護を受けられるように支援し、自立生活をサポートします。

◎地域でサポート！「北杜市オレンジカフェ」

オレンジサロン白州

(だんだん会オレンジ館 TEL:45-9566)

オレンジサロン長坂

(だんだん会オレンジ館 TEL:45-9566)

オレンジカフェフルールむかわ

(フルールぶらさ TEL:26-0111)

オレンジカフェみずがき

(須玉ふれあい館展示室 TEL:090-5504-0839 福田)

オレンジサロンひまわり

(明野ゆうゆうふれあい館 TEL:090-5504-0839 福田)



北杜市

認知症

簡易チェックリストを
ご利用ください



認知症は、だれにでも起りうる脳の病気です。物忘れや失敗が増え「なんだかおかしい」と初めに気付くのは本人です。自分が認知症になるなんて！これからどうなるのか、何もかも忘れてしまい、家族に迷惑をかけることになる…とパニックになります。ご家族の不安も本人の不安も、どこかに相談することで早期発見でき、早期対応が始まります。一人で悩まず、まずは相談してみませんか。

認知症を正しく理解し、自分らしい生き方を見つけてみませんか？

「これって認知症？」チェックリスト

家族の方や、周囲の方がチェックします。

監修：東海大学医学部 医学博士：市村 篤
協力：公益社団法人認知症の人と家族の会

物忘れがひどい	<input type="checkbox"/> 今切ったばかりなのに、電話の相手の名前を忘れる
	<input type="checkbox"/> 同じことを何回も言う
	<input type="checkbox"/> しまい忘れ・置き忘れが増え、いつも探し物をしている
	<input type="checkbox"/> 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	<input type="checkbox"/> 料理・片付け・計算・運転などのミスが多くなった
	<input type="checkbox"/> 新しいことが覚えられない
	<input type="checkbox"/> 話のつじつまが合わない
	<input type="checkbox"/> 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	<input type="checkbox"/> 約束の日時や場所を間違えるようになった
	<input type="checkbox"/> 慣れた道でも迷うことがある
人柄が変わる	<input type="checkbox"/> 些細なことで怒りっぽくなった
	<input type="checkbox"/> 周りへの気遣いがなくなり、頑固になった
	<input type="checkbox"/> 自分の失敗を人のせいにする
	<input type="checkbox"/> 「この頃様子がおかしい」と周囲から言われた
不安感が強い	<input type="checkbox"/> ひとりになると怖がったり寂しがったりする
	<input type="checkbox"/> 外出時、持ち物を何度も確かめる
	<input type="checkbox"/> 「頭が変になった」と本人が訴える
食欲がなくなる	<input type="checkbox"/> 下着を替えず、身だしなみを構わなくなった
	<input type="checkbox"/> 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった
	<input type="checkbox"/> ふさぎ込んで何をするのも億劫がり嫌がる

チェックが0～1個：そんなに心配することはないと思われます。
チェックが2～3個：やや認知症の疑いがあります。ご心配な方はご相談ください。
チェックが4個以上：認知症の疑いがあります。すぐにご相談ください。

「わたしも認知症？」チェックリスト

本人がチェックします。

大友式 認知症予測テスト
医学博士：大友栄一 社会福祉法人浴風会病院名誉院長

質 問	ほとんどない	ときどきある	頻繁にある
同じことをいつも聞く（または言う）と言われるますか？	0点	1点	2点
知っている人の名前が思い出せない	0点	1点	2点
探しものが多い	0点	1点	2点
漢字を忘れる	0点	1点	2点
今しようとしていたことを忘れる	0点	1点	2点
使用説明書を読むのが面倒だ	0点	1点	2点
理由もないのに気がふさぐ	0点	1点	2点
以前にくらべ、身だしなみに興味がなくなった	0点	1点	2点
外出がおっくうだ	0点	1点	2点
物（財布など）が見つからず、誰かがどこかへやったと思うことがある	0点	1点	2点

「ほとんどない＝0点」

「ときどきある＝1点」

「頻繁にある＝2点」で計算します。

合計が0～8点：そんなに心配することはないと思われます。

合計が9～13点：やや認知症の疑いがあります。ご心配な方はご相談ください。

合計が14～20点：認知症の疑いがあります。すぐにご相談ください。

合計

点