



# 支え合おうネットワーク通信

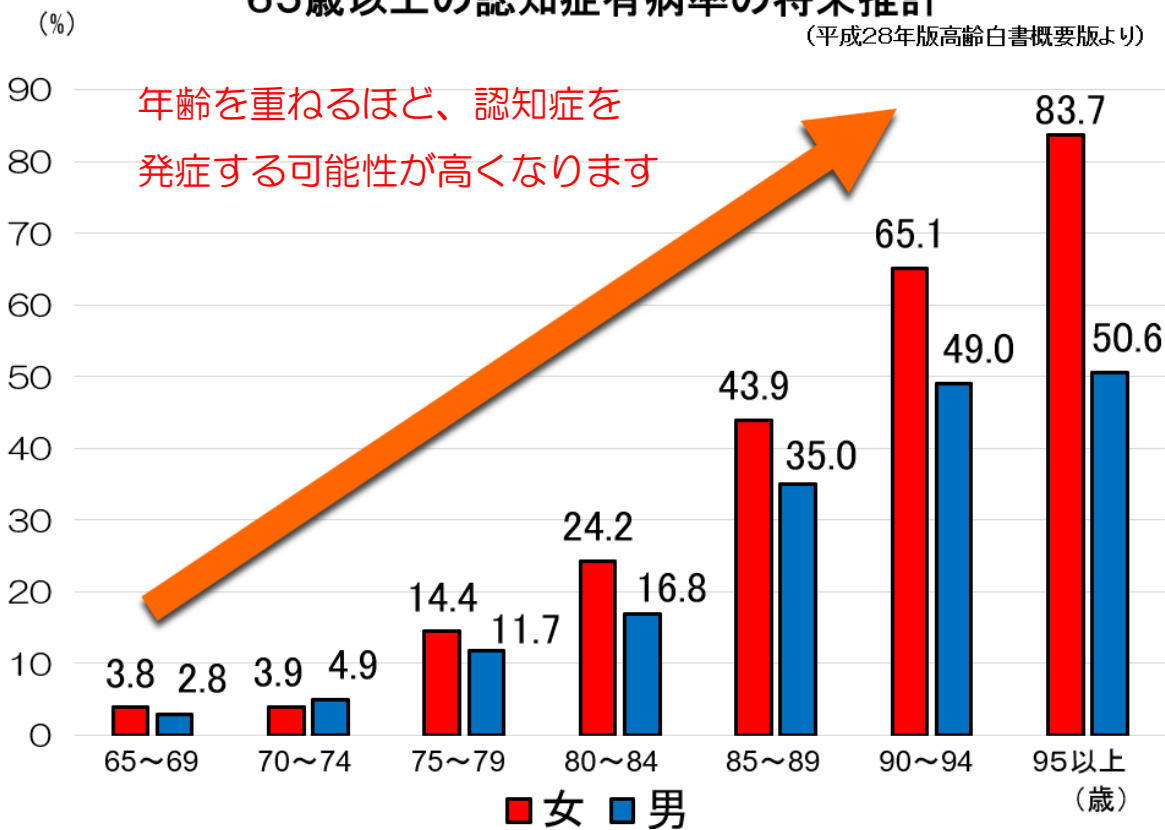


## 9月は世界アルツハイマー月間です

2025年には、日本人の65歳以上の5人に1人が認知症高齢者と予測されています。那須烏山市に当てはめると、およそ1,900人となります。この機会にぜひ、認知症について考えてみませんか？

### 65歳以上の認知症有病率の将来推計

(平成28年版高齢白書概要版より)



90歳以上の女性の6割以上、男性の約半数が認知症を発症する可能性があります。

### 認知症ともの忘れの違い

#### 認知症（記憶障害）

- 食べたこと自体忘れる
- 約束したこと自体を忘れる
- 数分前の記憶が残らない
- 目の前の人が誰だかわからない

#### もの忘れ（加齢による）

- 何を食べたか思い出せない
- 約束をうっかり忘れる
- 物覚えが悪くなった気がする
- 目の前の人の名前を忘れる

裏面のチェックリストで詳しく見てみましょう！

## 認知症初期症状 11 質問票

最近1か月の状態について、日々の生活の様子から判断して当てはまるものに○をつけてください（ただし、原因が痛みなどからだにあるものは除きます）

	同じことを何回も話したり、尋ねたりする
	出来事の前後関係がわからなくなった
	服装など身の回りに無頓着になった
	水道栓やドアを閉め忘れて、後かたづけがきちんとできなくなった
	同時に二つの作業を行うと、一つを忘れる
	薬を管理してきちんと内服することができなくなった
	以前はてきぱきできた家事や作業に手間取るようになった
	計画を立てられなくなった
	複雑な話を理解できない
	興味が薄れ、意欲がなくなり、趣味活動などを止めてしまった
	前よりも怒りっぽくなったり、疑い深くなった
	合計項目数

出典：山口靖保 認知症初期症状 11 質問票 マニュアル

このチェック表だけで、認知症と判断することはできませんが、**4つ以上**当てはまった方は、**地域包括支援センター**や**専門の医師に相談**することをお勧めします。

◇烏山地区にお住まいの方

地域包括支援センターからすやま

場所：那須烏山市南 2-2-3  
(烏山駅前通り コーポ矢板)

電話：82-7272

◇南那須地区にお住まいの方

地域包括支援センターみなみなす

場所：那須烏山市田野倉 85-1  
(保健福祉センター内)

電話：83-8760