

認知症は早期発見・早期の対応が重要です！

敦賀市の令和4年度 新規要介護認定者の介護要因は以下のとおりでした。

- 1位：認知症（20.2%）
- 2位：悪性新生物（12.5%）
- 3位：関節疾患（11.7%）

要介護状態にならないためには、認知症の予防がとても重要です。

認知症は早期発見、治療や生活習慣の見直しにより、進行を遅らせることができ、認知機能を改善することも可能だと言われています。

右のチェックリストに回答すると、「軽度認知障害（MCI：認知機能の低下はみられるが、日常生活に支障がない状態）」かどうかの確認ができます。

いつまでも元気であるために、心配がなくても、まずはこのチェックリストで今のご自分の状態を確認しましょう！

下記の補足説明を参考にし、右ページの質問にお答えください。

<質問内容の補足説明>

No. 1 そういえば、大事なものをよく置き忘れるようになった

「大事なもの」とは、自身の健康保険証や銀行の通帳、お財布などをさします

ご自身やご家族のことで気になることがありましたら、遠慮なくご相談ください。



お預かりする情報は適切に管理し、皆様の介護予防に役立てるために、お住まいの地域を担当する地域包括支援センターに提供させていただきます。

【相談・問合せ先】 敦賀市役所 福祉保健部 長寿健康課
敦賀市地域包括支援センター「長寿」 ☎ 22-8181

認知症早期発見チェックリスト <このページを提出してください>

下記の太枠の中を記入してください。

氏名	ふりがな	男・女	生年月日	昭和 年 月 日生			年齢	歳
	郵便番号(-)			電話番号	記入日			
住所	敦賀市							

- ◆（説明参照）のある質問は、左ページの補足説明をよく読んでお答えください。
- ◆あてはまる項目に○を、あてはまらなければ×をつけてください。
- ◆本人、家族、または双方が記入してください。
- ◆独居の方は家族欄の記入は不要です。

No.	質問の内容	本人	点数	家族	点数
		チェック	記入しないでください	チェック	記入しないでください
1	そういえば、大事なものをよく置き忘れるようになった(説明参照)				
2	同じことを何度も繰り返し話すようになった				
3	今日が何日か、わからなくなった				
4	季節や状況に応じた身だしなみ等ができなくなった				
5	新しい道を覚えられなくなった				
6	一つの用事をしている間に他の用事を忘れるようになった				
7	自分の予定や行動の準備・計画ができなくなった				
8	テレビのリモコンや炊飯器の使い方がわからなくなった				
9	人付き合いが苦手になり、閉じこもりがちになった				
10	ちょっとしたことでイライラするようになった				
			点		点

質問はこれで終わりです。ありがとうございました。
別紙「生活機能チェックリスト」もご活用ください。