



### —— シリーズ版 ⑱ ——

## 認知症の症状と対応

### ～性格の変化～

認知症の初期に見られる症状の一つとして、「性格の変化」があります。言動や振る舞いが、以前と変わってしまいます。

今までと比べてこのような  
変化が見られたら、認知症かも

- イライラしている、怒りっぽくなった
- 突然、自己中心的な行動をするようになった
- 人付き合いが悪くなった
- 外出を拒むようになった



### 変化に気づいたら…

- まず、ゆっくり話を聞きましょう  
→ 怒りや不安を否定せず、共感して受け止めましょう
- 年齢やもともとの性格だろうと決めつけない  
でおきましょう  
→ 専門家に相談することも重要です

#### 主な相談機関

- ・ かかりつけ医
- ・ 認知症疾患医療センター
- ・ 地域包括支援センター



その他の相談先については、認知症相談  
ガイドブックにも掲載しています。



裏面もあります



# 記憶力だけじゃない！「認知機能」って何？

脳は、人間のからだの司令塔であり、たくさんの働きを持っています。その中でも、認知症と関わりの深い「認知機能」にはこのような種類があります。

## 記憶力

ものの事を忘れずに覚えておき、必要な時に取り出す力



## 注意力

必要な情報に気づき、意識を集中・持続したり、複数のものに同時に注意を振り向ける力



## 空間認識力

見たものを頭の中で上下左右にとらえたり、相手や物に対する自分の位置関係を把握する力



## 計画力

状況を予測し最適な計画を立てたり段取りする力



## 見当識

日時や自分のいる場所など基本的な状況を把握する力

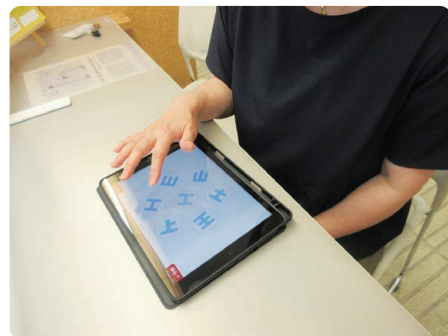


## 「脳の元気度チェック」参加者募集中

自身の脳の得意なこと・苦手なことを、ゲーム感覚でチェックできる「脳の元気度チェック」を実施しています。

※認知症かどうかを診断するものではありません。

★「脳の元気度チェック」は市役所で開催しています。予約制となりますので、詳細はQR画像より市のホームページをご確認ください。



予約・お問い合わせは、**長寿健康課 (22-8181)** までご連絡ください。

**軽度認知障害 (MCI) に早期に気づくためのきっかけとしてご利用ください。**



認知症早期発見チェックリストを活用し、ご自身の状態を知りましょう。オンラインで簡単にチェックができるようになりました。

## 認知症ほっとけんまちハンドブック

シリーズ版<sup>®</sup> 令和7年9月発行

敦賀市 認知症サポーター数：17,346人 (R7.6月末現在)

■過去に発行したものもご覧いただけます。

■市ホームページよりご覧いただけます。

ほっとけんまちハンドブック

検索



発行：敦賀市 長寿健康課 ☎22-8181 協力：敦賀市認知症支援推進協議会

次号につづく

