

# 認知症チェックリスト

千葉県では、認知症の早期発見・早期対応に向け、本人やその家族、支援者が認知症に気づくきっかけの一助とするため、認知症チェックリストを作成しました。

## チェックしてみよう!

- せいりせいとん 整理整頓ができなくなった
- 一人で買い物や金銭管理ができない
- 自分で服薬管理ができない
- 電話の対応や訪問者の対応ができない
- 食事が一人で取れなくなった。食事の回数が減った
- や 痩せたり太ったり、急激な体重の増減がみられる
- 同じ服をずっと着ていたり、逆に何度も着替えたりする。季節に合った服装ができない
- 昼間寝ていることが多い。または夜間不眠・不穏である
- 意欲の低下がみられる
- 同じことを何度も話したり聞いたりする
- やくそくごと 約束事を覚えていない
- 5分前に聞いた話や電話の内容、人の名前を思い出せない
- 冷蔵庫の中に同じものが多くある
- 入浴しないなど、ふけつ 不潔である



千葉県マスコット  
キャラクター  
「チーバくん」

厚生労働省「認知症高齢者の日常生活自立度判定基準」等を参考に作成

日常生活において、上記のような症状・行動にチェックが付いたら、気を付けて見ていきましょう。

チェック項目の症状は、初期の認知症などに良く見られる生活障害の例です

