

## 認知症チェックシート（家族・身近な人用）

このチェックシートは認知症の初期によくみられる症状をまとめています。

認知症の症状は、ご本人より周りの人が先に気付くことも多くあります。



●以下の質問の該当するところにチェックしてください。

1.  もの忘れがひどい。同じことを何度も話す。
2.  物のしまい忘れ、置き忘れが増えた。
3.  薬の飲み忘れが多くなった。
4.  約束の時間や場所をよく間違えるようになった。
5.  必要なものを買忘れしたり、同じものを買ってしまうことが増えた。
6.  電車・バスなどの乗換えなど適切な交通手段の利用ができなくなった。
7.  メモや文章などを書かなくなった。
8.  何か困ったことが起きた時に必要な電話をかけることができなくなった。
9.  以前と同じように家事・用事をうまくできなくなった。
10.  趣味や楽しみに対する関心がなくなった。
11.  外出しなくなり、人との付き合いをさけるようになった。
12.  家で何もせず、じっとしていることが増えた。
13.  自分の失敗を人のせいにするなど、以前より疑い深くなった。
14.  気分が落ち込みやすくなった。
15.  強い不安におそわれることがある。

**2個あてはまれば、相談場所で相談してみましよう！**