

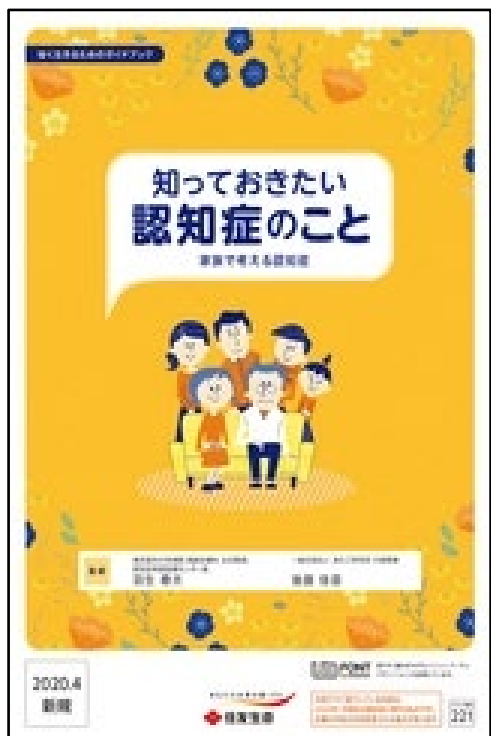
認知症啓発冊子「知っておきたい認知症のこと」提供による認知症に関する情報提供

■ 企業名	住友生命保険相互会社
■ 取組の名称	認知症啓発冊子「知っておきたい認知症のこと」提供による認知症に関する情報提供
■ 該当する共同宣言	8 様々なツールを活用し、役立つ情報を届けます

弊社では軽度認知障害（MCI）や認知症に関する基礎知識や予防対策、向き合い方や早期発見のめやすなどをまとめたパンフレットを作成し、地域の皆さまに広く配布を行っております。
 （弊社HP上でも電子ブックとして公開しております。）

【知っておきたい認知症のこと】 <https://cam.sumitomolife.co.jp/lineup/mirailabo/digibook/ninchisyobook/>

【表紙】



【目次】

目次	
第1章 認知症の基礎知識	<ul style="list-style-type: none"> ● 知っておきたい認知症の正しい知識 認知症とは P.03 ● ささまざまな原因による 認知症の種類と症状 P.05 ● 認知症予備軍 軽度認知障害 (MCI) P.07
第2章 認知症の予防	<ul style="list-style-type: none"> ● 発症する前にできること 認知症予防 P.09
第3章 認知症と向き合う	<ul style="list-style-type: none"> ● ご家族やご自身が認知症と診断されたら 認知症との向き合い方 P.13 ● ご家族やご自身が認知症と診断されたら 認知症とともに…事例紹介 P.15
「認知症の人と家族の会」による チェックリスト 家族がつくった 「認知症」早期発見のめやす P.19 (裏表紙)	

【「認知症」早期発見のめやす】

「認知症の人と家族の会」による
家族がつくった「認知症」早期発見のめやす
早期発見・早期治療を行うことで進行を遅くしたり、適切な介護が受けられるため、できるだけ早く気づくことが大切です。ご自身だけでなくご家族等、周りの方の様子もチェックしてみましょう。

もの忘れがひどい	1. <input type="checkbox"/> 今切ったばかりなのに、電話の相手の名前を忘れる 2. <input type="checkbox"/> 同じことを何度も言う・問う・する 3. <input type="checkbox"/> しまい忘れ・置き忘れが増え、いつも探し物をしている 4. <input type="checkbox"/> 財布・通帳・衣類などを盗まれたと人を疑う
判断・理解力が衰える	5. <input type="checkbox"/> 料理・片付け・計算・運転などのミスが多くなった 6. <input type="checkbox"/> 新しいことが覚えられない 7. <input type="checkbox"/> 話のつじつまが合わない 8. <input type="checkbox"/> テレビ番組の内容が理解できなくなった
時間・場所がわからない	9. <input type="checkbox"/> 約束の日時や場所を間違えるようになった 10. <input type="checkbox"/> 慣れた道でも迷うことがある
人柄が変わる	11. <input type="checkbox"/> ささいなことで怒りっぽくなった 12. <input type="checkbox"/> 周りへの気づかいがなくなり頑固になった 13. <input type="checkbox"/> 自分の失敗を人のせいにする 14. <input type="checkbox"/> 「このご様子がおかしい」と周囲から言われた
不安感が強い	15. <input type="checkbox"/> ひとりになると怖がり寂しがりになった 16. <input type="checkbox"/> 外出時、持ち物を何度も確かめる 17. <input type="checkbox"/> 「頭が変になった」と本人が訴える
意欲がなくなる	18. <input type="checkbox"/> 下着を替えず、身だしなみを構わなくなった 19. <input type="checkbox"/> 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった 20. <input type="checkbox"/> ふさぎ込んで何をしても億劫がいらいやがる

※本チェックリストは、「公益社団法人 認知症の人と家族の会」が、会員の経験を基にまとめたもので、医学的な診断標準ではありません。

チェックが複数ある場合は認知症の可能性が考えられます。
 お近くの医療機関や、地域包括支援センターに相談してみましょう。
 相談先については (P.10) で解説しています。