

自分でできる

認知症の気づきチェックリスト

もっともあてはまるところに○をつけてください。ご家族や身近な人がチェックすることもできます。元気な人も一度チェックしてみましょう！



		まったく ない	ときどき ある	頻繁に ある	いつも そうだ
1	財布や鍵など、物を置いた場所が わからなくなることがありますか	1点	2点	3点	4点
2	5分前に聞いた話を思い出せないことが ありますか	1点	2点	3点	4点
3	周りの人から「いつも同じ事を聞く」などの もの忘れがあるとされますか	1点	2点	3点	4点
4	今日が何月何日かわからないときが ありますか	1点	2点	3点	4点
5	言おうとしている言葉が すぐに出てこないことがありますか	1点	2点	3点	4点
		問題なく できる	だいたい できる	あまり できない	できない
6	貯金の出し入れや、家賃や公共料金の 支払いは一人でできますか	1点	2点	3点	4点
7	一人で買い物に行けますか	1点	2点	3点	4点
8	バスや電車、自家用車などを使って 一人で外出できますか	1点	2点	3点	4点
9	自分で掃除機やほうきを使って 掃除ができますか	1点	2点	3点	4点
10	電話番号を調べて、電話をかけることが できますか	1点	2点	3点	4点

チェックしたら、1～10の合計を計算 **合計点** **点**

20点以上の場合は、認知機能や社会生活に支障が出ている可能性があります。地域包括ケア推進課や、高齢者サポートセンター（地域包括支援センター・裏面）に相談してみましょう。

※このチェックリストの結果はあくまでもおおよその目安で医学的診断に代わるものではありません。
認知症の診断には医療機関での受診が必要です。
※身体機能が低下している場合は点数が高くなる可能性があります。



出典：「知って安心 認知症」東京都福祉保健局高齢社会対策部在宅支援課認知症支援係／発行

認知症かな?と思ったらまずは相談を

本当に認知症かどうかは医療機関で受診しなければわかりません。チェックリストで20点以上でも、改善できる場合や、一時的な症状の場合があります。認知症も早期発見・早期対応が大切です。まずは圏域の高齢者サポートセンターに相談しましょう。

圏域	名称	所在地	連絡先	小学校区
第1圏域	社協こもれび	南楠葉1丁目30番1号 エクセレント辻ビル203号	電話：856-9177 FAX：856-9188	樟葉北、樟葉、樟葉南
第2圏域	社協ふれあい	養父西町27番35号 エスポワール1階	電話：850-0344 FAX：850-0366	樟葉西、牧野
第3圏域	聖徳園	牧野阪2丁目5番1号 上羽ビル204号	電話：836-5555 FAX：836-5556	船橋、招提、平野、殿山第二
第4圏域	安心苑	渚西1丁目6番1号 メロディハイム御殿山105号	電話：807-3555 FAX：805-3030	小倉、西牧野、殿山第一、磯島
第5圏域	サール・ナート	甲斐田町6番10-13号 第一岡田ハイツ	電話：890-7770 FAX：890-7771	高陵、交北、山田、山田東、中宮北
第6圏域	松徳会	宮之阪2丁目2番2号 スカイパレス有馬202号	電話：805-2165 FAX：805-2166	桜丘、桜丘北、中宮、明倫
第7圏域	美郷会	北中振3丁目28番7号 レジデンス藤1階	電話：837-3288 FAX：837-3289	さだ、さだ西、さだ東、伊加賀
第8圏域	みどり	岡東町17番31-201号 枚方松葉ビル2階	電話：845-2002 FAX：845-2003	山之上、枚方、枚方第二
第9圏域	アイリス	香里ヶ丘9丁目9番地の1 D47号棟5号室	電話：853-1300 FAX：853-2300	香陽、香里、開成、五常
第10圏域	大阪高齢者生協	東香里元町28-32 プラ・ディオ東香里101号室	電話：854-8770 FAX：854-8780	春日、川越、東香里
第11圏域	パナソニックエイジフリー	長尾元町6丁目2番15号 サンビレッジ長尾1階	電話：864-5607 FAX：864-5608	菅原、西長尾、長尾
第12圏域	大潤会	長尾谷町3丁目6番20号	電話：857-0330 FAX：857-0332	田口山、藤阪、菅原東
第13圏域	東香会	津田元町1丁目6番5号	電話：897-7800 FAX：897-7801	津田、津田南、氷室

相談対応時間

月～金 9時～17時半(土・日・祝除く)

このマークが目印です。



医療
・
介護

オレンジ初期集中支援チーム (認知症初期集中支援チーム)

認知症は初期の対応が大切です。もの忘れや、気がかりな行動など、気になる様子がみられたらオレンジ初期集中支援チームがサポートします。

オレンジ初期集中支援チームって?

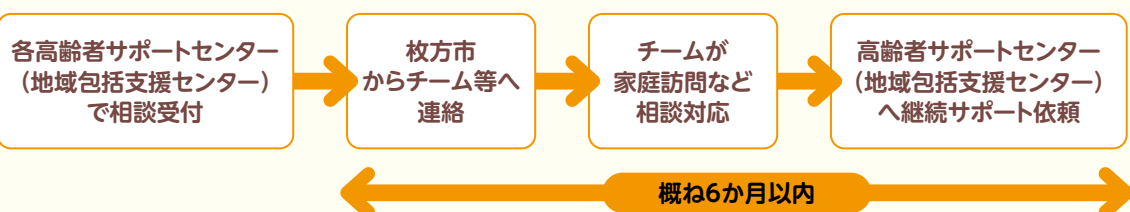
【実施体制】 医師(サポート医)と医療・介護(看護師・作業療法士・社会福祉士等)の専門職で構成している3人以上のチームです。

【実施主体】 枚方市(実施は松谷病院・東香里病院に業務委託)

どんなことをするの?

チーム員が認知症の方(疑いのある方)や、その家族を訪問して、認知機能の状態による困りごとや心配なこと等を一緒に確認して、早期対応のための相談に応じます。医療機関受診やサービス利用、家族への支援等の初期支援を包括的・集中的に行います。

オレンジ初期集中支援チームサポートの流れ



(問合せ先) 地域包括ケア推進課 電話072-841-1458 FAX072-844-0315