

家族のために知っておきたい 認知症のこと

認知症とは？

様々な病気により、脳の神経細胞の働きが徐々に変化し、認知機能（記憶、判断力など）が低下して、日常生活を送ることが困難になった状態です。



年をとれば誰でも、思い出したいことがすぐに思い出せなかったり、新しいことを覚えるのが苦手になったりしますが、このような「**加齢による物忘れ**」と「**認知症**」は違います。

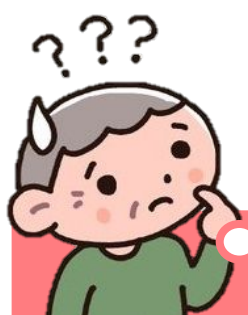
加齢に伴う、物忘れ



なにを
食べたかな？

食事の献立を思い出せない

認知症による、物忘れ



食べたかな？...
まだ食べていない！

食事をしたこと自体を忘れる

記憶の軸

記憶の一部を忘れる

記憶の軸

体験したことが抜け落ちる

認知症ではないかと思われる

主な言動とは？

- ☐ 同じことを何度も言うと言われることが多い
- ☐ 探し物をしている事が多い
- ☐ いつも財布や通帳など大事なものがなくなる
- ☐ 約束を忘れたり、待ち合わせの場所に行きつけなくなった
- ☐ 何をするのもおっくうになった
- ☐ 片付けや料理、運転などが以前のようにうまくできなくなった
- ☐ テレビのドラマは筋を追うのが面倒くさい
- ☐ 身だしなみを整えることがおっくうになり、構わなくなった
- ☐ 趣味や好きなことに興味がなくなった

少しでも気になったら
裏面をチェック！

出典 認知症介護研究・研修東京センターひとときカレンダー（認知症ケア高度化推進事業）

物忘れを繰り返すつらさ、できなくなってきたことの悔しさ...



想像して
みてください

- ほんの少し前の出来事を忘れてしまっても...
- ここがどこかわからなくなってしまっても...

楽しい、うれしい、悲しい気持ちは、私の心の中にあります。

あれ？って思ったら まずは相談と早めの受診

認知症は、症状が軽いうちから治療や適切なケアを受けることで
進行を遅らせたり、症状を軽減することが期待できます。
大切な家族や未来の自分を守る備えとなります。



具体的にどんな相談をすればいいの？

❓ 「親が何回も同じことを言うので対応に困っています。」

🏠 「遠方に住んでいる家族の物忘れが進まないか心配です。」

🏢 「物忘れが心配だけどどこの病院に行ったらいいかわからない。」

💖 「認知症の予防のために何かできる事がありますか？」

実際に寄せられた声



久しぶりの帰省で親に会った時、電気やガスの消し忘れが多く心配で相談しました。
病院受診の相談や、介護保険サービス利用の相談ができて安心しました！

北区内の認知症診療が可能な医療機関をまとめたマップです。
是非、ご活用ください。

こちらからご覧いただけます →



地域包括支援センター



地域包括支援センターは、札幌市が設置し運営委託している高齢者の総合相談窓口です。
お住まいの地域を担当する地域包括支援センターは下記の通りです。

相 談 先	電 話 番 号	相 談 受 付 フ ェ ェ ム	担 当 地 区
北区第1地域包括支援センター (北区北 24条西 5丁目札幌サンプラザ 5階)	700-2939		鉄西・幌北・ 北・新琴似
北区第2地域包括支援センター (北区北 40条西 4丁目 2-7 札幌N40ビル2階)	736-4165		麻生・篠路茨戸 ・太平百合が原
北区第2地域包括支援センター 拓北・あいの里支所 (北区あいの里 2条5丁目 1-45あいの里三育ビル 3階)	214-9323		拓北・あいの里
北区第3地域包括支援センター (北区新琴似 8条14丁目 2-1)	214-1422		新川・新琴似西 ・屯田

開所時間：平日 8:45～17:15

相談受付フォームは24時間ご利用いただけます。(※ご返信は開所時間内となります)

札幌市認知症コールセンター

専門的な資格を持った相談員が認知症に関する相談や問い合わせに電話で対応します。

☎ **206-7837** 利用時間：10:00～15:00 月曜日～金曜日(年末年始・祝日除く)

