認知症とは

認知症とは、脳の細胞が死んでしまったり、働きが悪くなることで、認知機能が低下し、さまざまな生活のしづらさが現れる状態をいいます。

認知症の原因となる病気はいろいろあります。治療方法や対処方法は種類によって異なり、治る認知症もあります。

また、認知症に早く気付き、地域にあるサービスを利用し、周囲の人に支えられながら自分らしい生活を続けることで、認知症の進行が緩やかになることもあります。

《認知症の受診の流れ》

かかりつけ医
これまでのことを知っている医師にまず相談しましょう。

もの忘れ相談医
初めての受診でも認知症の相談ができます。

⇩ 必要時に紹介 ⇩

専門医療機関
- ○ 認知症疾患医療センター
- ○ 精神科、脳神経内科、脳神経外科、老年科などの診療科をもつ医療機関
- ○ もの忘れ外来

＊もの忘れ相談医一覧はこだいら認知症ガイドブック等に掲載しています。
こだいら認知症ガイドブックは地域包括支援センター、高齢者支援課等で配布しています。
また、市のホームページでもご覧いただけます。

小平市地域包括支援センター連絡先

認知症については、高齢者あんしん相談窓口の地域包括支援センターでも相談できます。
お住まいの地域を担当する地域包括支援センターへまずはお電話にて、ご相談ください。

相談受付時間：月～金 8:30～17:00

栄町１～３丁目、中島町、小川町１丁目、たかの台、津田町１丁目、上水新町１～３丁目 上水本町１丁目	小平市地域包括支援センター **けやきの郷** (電話) **042−349−2321**
小川西町１～５丁目、小川東町１～５丁目、津田町２～３丁目、学園西町１～３丁目、上水本町２～６丁目	小平市地域包括支援センター **小川ホーム** (電話) **042−347−6033**
小川東町、小川町２丁目、学園東町１丁目	小平市地域包括支援センター **中央センター** (電話) **042−345−0691**
美園町１～３丁目、大沼町１～７丁目、仲町、学園東町２～３丁目、学園東町、喜平町1～３丁目、上水南町１～４丁目	小平市地域包括支援センター **多摩済生ケアセンター** (電話) **042−349−2123**
花小金井１～８丁目、天神町１～４丁目、鈴木町１～２丁目、花小金井南町１～３丁目、回田町、御幸町	小平市地域包括支援センター **小平健成苑** (電話) **042−451−8813**

【発 行】
小平市高齢者支援課
TEL 042−346−9539
FAX 042−346−9498

発行日：令和8年2月

もの忘れ症状が気になったら・・・

もの忘れ症状受診時メモ

もの忘れ症状が気になったら、かかりつけ医、またはもの忘れ相談医を早めに受診しましょう。

このメモをあらかじめ記入し持参すると、症状や困りごとについて、伝えやすくなりますのでご活用ください。

もの忘れや認知症にはいろいろな原因があります。早くわかると治る場合もあります。受診について迷った時には、地域包括支援センターへご相談ください。

もの忘れ症状受診時メモ

※ 認知症の診断をするものではありません。

名　前〔　　〕	年　齢〔　　〕	記入日〔　　年　　月　　日〕
記入者 □ 本人 □ 家族〔関係　　〕	□ その他〔　　〕	

【現在の状態について】

該当する項目に ☑ をつけてください

＜中核症状＞
脳の機能が低下することによって起こる症状

- □ 同じことを何度も言ったり、聞いたりする
- □ 冷蔵庫に同じものがたくさん入っている
- □「あれ」「それ」が多く、物の名前が出てこない
- □ 話のつじつまが合わない・自分の言いたいことが分からなくなる
- □ 大事なものの置き忘れ・紛失が多くなった
- □ 薬の飲み忘れ、飲みまちがいをするようになった
- □ 日付や曜日を一日に何度も確認する
- □ 慣れたところで道に迷うようになった
- □ 身なりを気にしなくなった
- □ 慣れている作業（趣味・家事）がうまくできなくなった
- □ 普段使っている電化製品(電子レンジなど)の操作に戸惑う
- □ 金銭管理や書類の手続きができなくなった
- □ からだを動かしにくい、手足がふるえる、歩きづらいといった症状がある

＜行動・心理症状（BPSD）＞
環境や性格など様々な要因が絡み合って出てくる二次的な症状

- □ 長年続けていた趣味等をしなくなった
- □ 日中、ボーとしている時がある
- □ 元気がなく、口数が少なくなった
- □ ささいなことで怒るようになった
- □ 物を盗られたと言う
- □ ないものが見えたり、聞こえたりする

- □ その他の症状
（　　）

【既往歴・現病歴】

該当する項目に ☑ をつけてください

□脳血管疾患　□高血圧　□脂質異常症
□糖尿病　□心疾患　□精神疾患
□パーキンソン病　□パーキンソン症候群
□その他（　　）

【症状の始まりについて】

一番はじめに気になったのはいつですか

年　　月頃

どのようなところが気になりましたか

【困っていること、相談したいこと】

該当する項目に ☑ をつけてください

- □ 左記の症状について、困りごとを相談したい
- □ 簡易的でもよいので、認知症の検査をしてほしい
- □ 詳しい検査をしてほしいので、専門医に受診したい(紹介状を書いてほしい)
- □ 認知症に対するお薬の処方をしてほしい
- □ 介護保険サービスを利用したいので、主治医意見書をお願いしたい
- □ その他(　　)