

# 「認知症の度合い」や「先の見通し」について確認してみましょう

※アルツハイマー型認知症を中心に記載しています。病気により症状が異なり、症状の現れ方には個人差があります。

認知症の状態	気づき～軽度	中等度	重度	終末期
チェックリスト	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 同じことを何度も言ったり、質問したりする。</li> <li><input type="checkbox"/> さっき言ったことを覚えていない。</li> <li><input type="checkbox"/> 日にちや曜日が分かりにくくなる。</li> <li><input type="checkbox"/> ものをなくしたり、盗られたと言ったりする。</li> <li><input type="checkbox"/> テレビのリモコンやATMが使いえなくなる。</li> <li><input type="checkbox"/> イライラして怒りっぽくなる。</li> <li><input type="checkbox"/> 一人でいるのが不安になったり、外出するのがおっくうになったりする。</li> <li><input type="checkbox"/> 趣味や好きなテレビ番組を楽しめなくなる。</li> <li><input type="checkbox"/> 料理の味が変わったと家族に言われる。</li> <li><input type="checkbox"/> 買い物に行くと同じものばかり買ってくる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> いつどこで何をしたのか忘れる。</li> <li><input type="checkbox"/> 自宅から離れたところ（慣れていない場所）で道に迷う。</li> <li><input type="checkbox"/> 家にいるのに「家に帰る」と言う。</li> <li><input type="checkbox"/> 食事をしたのに「食べていない」と言う。</li> <li><input type="checkbox"/> ガスの消し忘れがあり、鍋を焦がすことが多くなる。</li> <li><input type="checkbox"/> 薬やお金の管理ができない。</li> <li><input type="checkbox"/> 季節にあった衣服を選べなくなる。</li> <li><input type="checkbox"/> 毎日の入浴を忘れることがある。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 近所（慣れた場所）でも道に迷ったりする。</li> <li><input type="checkbox"/> 自宅内でもトイレの場所が分からない。</li> <li><input type="checkbox"/> 家族が分からなくなる。</li> <li><input type="checkbox"/> 物を見ても、それが何か分からない。</li> <li><input type="checkbox"/> 服をうまく着ることができない。</li> <li><input type="checkbox"/> 入浴するのを嫌がったり、体がうまく洗えなくなる。</li> <li><input type="checkbox"/> トイレの水を流すのを忘れてたり、排泄の失敗が増えてくる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 言葉（言葉や発語量）が減ってくる。</li> <li><input type="checkbox"/> 話しかけた言葉が理解できない。</li> <li><input type="checkbox"/> 表情が乏しくなる。</li> <li><input type="checkbox"/> 寝たきりとなり、排泄や入浴など、身の回りのこと全般に介護が必要。</li> <li><input type="checkbox"/> 食事が飲み込みにくくなり、介助に時間がかかる。</li> <li><input type="checkbox"/> 日中も眠っている時間が多くなる。</li> </ul>
本人・家族向けアドバイス	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 早期に診断や治療を行うことが大切です。いつもと違う様子や困ったことがあれば、まず相談しましょう。</li> <li>● 本人が認知症の症状を自覚し、不安に思っていることもあります。</li> <li>● 本人ができることを大切に、家族はできない部分を支援します。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 火の不始末や道に迷うなど、思いがけない事故に備えて安全対策を考えましょう。</li> <li>● 家族は、本人の行動の変化にとまどいや不安を感じたり、介護が辛いと感じる事が増えてきます。</li> <li>● 一人で抱え込まず、親族など身近な人にも理解してもらいましょう。また、医療や介護サービスの利用など検討してみましょう。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 家族の介護負担が増えてきます。相談しながら、医療や介護サービスを上手に使いましょう。急に体調を崩しやすくなります。</li> <li>● 肺炎など、他の合併症の症状や予防策について知っておきましょう。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 家族は言葉以外のコミュニケーション（スキンシップや表情・しぐさから気持ちをくみ取るなど）を心がけましょう。</li> <li>● 医療や介護の専門職と、看取りに備えた相談をしておきましょう。</li> </ul>

※ 認知症ガイドブック 認知症ケアパス（保存版）から抜粋

いくつかの項目に当てはまる場合は、  
認知機能の衰えのサインかもしれません。



お近くの「地域包括支援センター」にご相談ください。