

認知症とは・・・

認知症は、誰にも起こりうる脳の病気によるもので、65歳以上の高齢者の約4人に1人が認知症の人又はその予備軍と言われています。「認知症施策推進大綱」より

認知症は、脳の病気などにより認知機能（記憶、思考、理解、判断などをする機能）が低下し、日常生活や社会生活に支障をきたす状態をいいます。

認知症は、早めに治療を開始するほど症状の進行を遅らせたり、改善につながる可能性があります。住み慣れた地域で生活をするためにも早期発見・早期治療が大切です。

加齢によるもの忘れと認知症の記憶障害との違い

加齢によるもの忘れ	認知症の記憶障害
経験したことが部分的に思い出せない	経験したこと全体を忘れている
目の前の人の名前が思い出せない	目の前の人が誰なのかわからない
物の置き場所を思い出せないことがある	置き忘れ、紛失が頻繁になる
何を食べたか思い出せない	食べたことじたいを忘れている
約束をすっかり忘れてしまった	約束したことじたいを忘れている
物覚えがわるくなったように感じる	数分前の記憶が残らない
曜日や日付を間違えることがある	月や季節を間違えることがある
ヒントがあると思い出せる	ヒントがあっても思い出せない

近年、高齢者による交通事故が急増しています。加齢に伴って、記憶力や判断力などが低下し、運転に影響を及ぼすおそれがあります。自分や他人の命を守るためにも、運転をやめるという決断をすることも大切です。

三つ以上の項目にチェックが入る人は要注意です。

運転に出る認知機能の低下 チェックリスト

- ☐ 車のキーや免許証などを探し回ることが増えた
- ☐ 曲がる際にウィンカーを出し忘れることが増えた
- ☐ 何度も行っている場所への道順がすぐに思い出せないことが増えた
- ☐ 車庫入力で壁やフェンスに車体をこすることが増えた
- ☐ 駐車場所のラインや、枠内に合わせて車を止めることが難しくなった
- ☐ 急発進や急ブレーキ、急ハンドルなど、運転が荒くなった（と言われる）
- ☐ 車の汚れが気にならず、あまり洗車をしなくなった
- ☐ 洗車道具などをきれいに整理しなくなった
- ☐ 好きだったドライブに行く回数が減った
- ☐ 同乗者と会話しながらの運転がしづらくなった

受診の検討をしましょう。

※「認知症の新基礎知識」鳥取大学医学部浦上克哉教授著（JAFメディアワークス）から引用

地域みんなで 認知症の理解者である
認知症サポーターになりましょう



認知症について正しく理解し、偏見をもたず、認知症の人や家族を温かく見守る応援者のことを「認知症サポーター」といいます。認知症の人が困っているときに声をかけたり協力することは、地域での生活の継続にとって大きな支えとなります。

認知症サポーターは「認知症サポーター養成講座」を受講すれば、どなたでもなることができます。ご知症になっても安心して暮らせるまちづくりのために、あなたの街や学校、職場で認知症について学んでみませんか。（問い合わせ先 高齢介護課）

編集発行 秦野市高齢介護課 高齢者支援担当
直通電話 0463(82)7394 R6.7月作成

秦野市認知症ガイドブック ダイジェスト版

認知症 お役立ち情報



最近こんなことはありませんか？

～認知症の始まりに家族の気付きも大切です～

- ☐ 最近の出来事が思い出せないことがある
- ☐ 同じことを短時間のうちに何度も言う
- ☐ 置き忘れやしまい忘れで、いつも探し物をしている
- ☐ 慣れているところで、道に迷うことがある
- ☐ 趣味や好きなテレビ番組が楽しめなくなった
- ☐ 料理の味が変わったり、準備に時間がかかるようになった
- ☐ 外出するのが面倒になった
- ☐ 小銭での計算が面倒、おれで払うようになった
- ☐ イライラして怒りっぽくなった
- ☐ 最近性格が変わったように感じる（周囲の人から言われる）
- ☐ 洗濯機やテレビなど、電化製品の簡単な操作に戸惑うようになった
- ☐ 薬の飲み忘れや、飲んだかどうかわからなくなることがある
- ☐ 身だしなみを構わなくなった
- ☐ 歩幅が狭くなり歩きにくなった（転びやすくなった）

ひとつでも自分や家族に思い当たることがあった場合は相談を

秦野市認知症総合支援事業研究会作成

「秦野市 認知症ガイドブック(ケアパス)」
通常版(R6.6作成)はこちらから ⇒

より詳しい情報を掲載しています。



もの忘れが気になり始めたら、まずは身近な相談機関に連絡してみましょう。

相談機関

★地域高齢者支援センター

高齢者の介護・健康・福祉・生活等の総合的な相談窓口です。市内に7か所あります。
今困っていることにどう対応したらよいか等の相談や、介護保険に関する相談もできます。

名 称	住 所	電 話
本町地域高齢者支援センター	秦野市本町3-9-43	75-8907
南地域高齢者支援センター	秦野市平沢1750-1 Mutumi.ケアセンター1F	84-2250
東・北地域高齢者支援センター	秦野市曾屋11（秦野伊勢原医師会内）	81-0990
大根地域高齢者支援センター	秦野市下大根173 （高齢者地域交流センター ぶらっと内）	76-5208
西地域高齢者支援センター	秦野市並木町5-5	73-5751
渋沢地域高齢者支援センター	秦野市渋沢1124-5 常磐ハイツ101	79-6532
鶴巻地域高齢者支援センター	秦野市鶴巻北2-2-25 メプレスビル3F	79-9040

医療情報

認知症はさまざまな病気が原因となって発症しますが、治療によって改善するものもあり、
進行を遅らせるためにも早期発見、早期治療が重要となります。

名 称	内 容	連 絡 先
特定健康診査	健康診査（40～74歳の国民健康保険に加入している人） 料金：1500円（69歳まで） 無料：（70歳以上）	国保年金課 82-9613
後期高齢者健康診査	健康診査（75歳以上） 料金：無料	健康づくり課 82-9603
認知症疾患医療センター	専門医療相談窓口を設け、患者、家族、医師、保健医療、福祉関係者を対象に電話や面接による相談を行います。	東海大学医学部付属病院 総合相談室 93-1121 月～金 9時～15時 1・3・5土9時～12時 秦野厚生病院 医療総合相談室 77-1108 月～金 8時30分～16時30分
認知症デイケア （認知機能トレーニングプログラム）	精神科医療機関において、認知症の進行や運動機能の低下をできるだけ防止できるよう、頭と体のリハビリを行います。	丹沢病院 88-2455

認知症専門医（認知症の診断が可能な秦野市の医療機関）

認知症かな？と思ったら、早めに受診しましょう。

医 療 機 関 名	住 所	電 話
八木病院	本町1-3-1	81-1666
さいとうクリニック	大秦町1-8 トミービル3F	84-5222
秦野駅南口診療所	尾尻940-5 ハイブリッジII 2F	84-3737
駅前神経内科	尾尻931-7 けやきビル4F	85-0900
秦野赤十字病院	立野台1-1	81-3721
南が丘クリニック	南が丘1-9	82-7606
山口内科循環器科	今泉360-1 6街区2画地	83-3183
秦野病院	三屋131	75-0032
はたの渋沢クリニック	松原町2-8 杉本ビル1F	89-3181
くまざわ脳神経・内科クリニック	柳町1-9-22 大新ビル1F	73-6104
丸山クリニック	鶴巻北2-2-25 メプレスビル2F	77-8788
秦野厚生病院	南矢名2-12-1	77-1108
丹沢病院	堀山下557	88-2455
みくるべ病院	三廻部948	88-0266

認知症の人と家族が利用できるサービス（自宅での生活の不安を軽減するために）

名 称	内 容	連 絡 先
迷い高齢者等 SOSネットワーク	認知症の高齢者等が行方不明になったり、自宅に帰れなくなった場合に、一刻も早く発見できるよう、万に備えて登録し、検索するシステムです。	高齢介護課 高齢者支援担当 82-7394