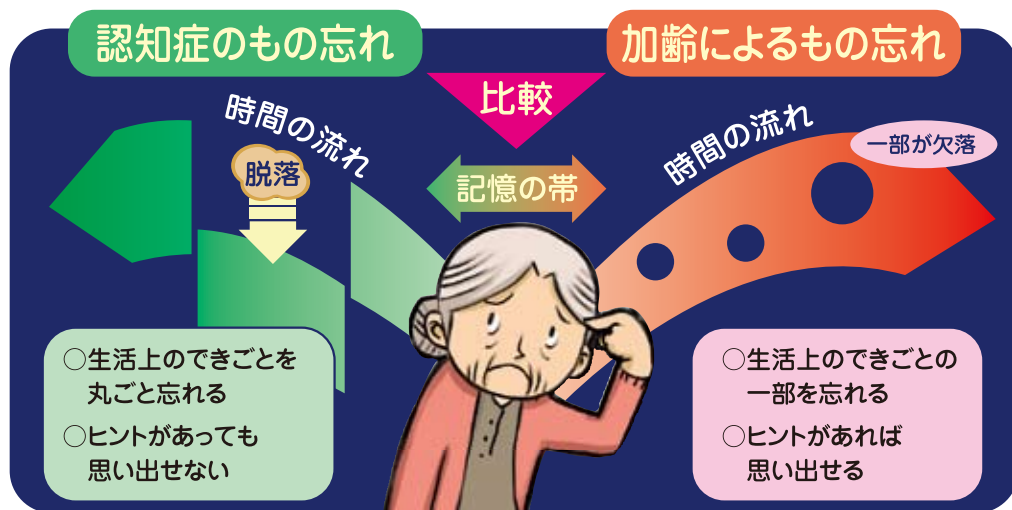


もの忘れとは

人の記憶を、時間の帯にたとえると、歳によるもの忘れでは、記憶の一部分に小さな穴があいて、一部が欠けた状態に例えられます。でも、何かのきっかけで忘れていたことを思い出すことができます。

認知症によるもの忘れでは、ある一定の部分の記憶がそっくり脱落してしまいます。脱落した部分の記憶がそっくりなくなってしまう、思い出すことすらできないということになります。認知症のもの忘れではヒントがあっても思い出しにくいことが特徴です。

記憶障害とは



以前と比べてチェックリストのような変化が続くときは、すぐに最寄りの地域包括支援センター（地域によって名前が違います）や適切な医療機関に相談してみましよう。

もしかしたら認知症の初期かもしれません。でも心配はいりません。早く診断できれば、あなた自身やご家族が認知症についてきちんと理解する時間がもて、十分に対応できます。原因によっては治療法があります。

チェックリスト

- 同じことを何度も言うとか聞くと周りから言われることが多い
- いつも捜し物をしていることが多い
- 財布や通帳など大切なものがなくなる
- 約束を忘れてたり、待ち合わせの場所に行き着けなかった
- 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億劫になり、構わなくなった
- 趣味や好きなことに関心がなくなった
- 何をするのも億劫になった