

しおさいデイサービスセンターだより

Shiosai Day-Service Center News

♪ 五月晴れ ♪

5月です。木々の新緑も日々色合いが濃くなってきています。時には初夏を思わせるような気温の上昇もあります。

しおさいの中庭にはこの時期、毎年つばめが巣を作ります。たまごを生み、孵化しその子供が毎年帰ってくるのでしょうか。見ていて微笑ましい光景です。

さて、今日はデイサービスでよく聞かれる「**自分は認知症だろうか?**」という問いについていろいろ考えてみたいと思います。

経験上、ご自分でご自分の事を「認知症だろうか?」と考える人は大抵の場合は認知症ではなく「**老齢による物忘れ**」のほうが多いと思います。

認知症にも大きく「**アルツハイマー型**」と「**レビー小体型**」にわかれ、それぞれ症状も違います。一般的にはアルツハイマー型は女性に多く、レビー小体型は男性に多いと言われていますが、これも絶対ではありません。

ここで、下記の項目をご家族、ご自分でチェックしてみてください。当てはまり、気になる方はかかりつけ医に相談されても良いと思います。

- 同じことを何度も繰り返して話したり、聞いたりすることがある。
- しまい忘れが多く、いつも探し物をしている。
- 曜日や日付がわからず何度も確認する。
- 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。
- 薬の飲み忘れや飲んだかどうかわからなくなる時がある。
- リモコンや洗濯機などの電化製品の操作がうまくできない。
- 財布や通帳を無くして、盗まれたと人を疑う。
- 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった。

繰り返し、言いますがこれに当てはまるからと言って「**認知症**」とは限りませんのでご注意を！参考にしていただければ幸いです。

介護のことなどで、お困りのことなどございましたら、しおさいまでお問い合わせください。

担当 しおさいデイサービスセンター 生活相談員 小手川 哲夫

連絡先 **85-0539**