

白鷹町認知症高齢者  
見守りネットワーク



お年寄りが地域で安心・安全に暮らせるよう応援します

**介護ワンポイントアドバイス**  
地域包括支援センター Tel.86-0112

## これって年相応？

それとも

## 認知症の物忘れ？

今日の日時がわからない、買い物中にあいさつされた人の名前がでてこない、大事な書類をしまったまま忘れてしまった…このようなちよつとした物忘れは、多くの人が経験しているのではないでしょう。そんなことが続いて、「もしかして認知症では…」など思ったことはありませんか？

老化による物忘れと、認知症による物忘れは似ているようですが、はっきりとした違いがあります。

例として、『留守番をしているときに、ボランティアさんがふれあいサロンの案内を持ってきてくれた』ときのことを見てみましょう。

### 老化による物忘れの特徴

○物事の一部を忘れる…

・ 来客があったことは覚えていたが、誰が来たか忘れるなど

○ヒントをもらっても思い出すことができない…

・ ふれあいサロンの案内を見て、思い出すことができる。  
○物忘れをしていると自覚がある…  
・ 物忘れが増えた、と思うことができない。

### 認知症による物忘れの特徴

○物事全体を忘れる…

・ 来客があったこと自体を忘れていた。

○ヒントをもらっても思い出すことができない…  
・ サロンの案内を見ても、なぜここにあるのか思い出せない。  
○物忘れをしている自覚がない…

・ 人に言われても、自分が忘れたことが納得できない。

「認知症による物忘れ」では、このほかにも○約束の時間や場所がわからなくなる、○料理や買い物が増えるなど日常生活に支障が出る場合があります。また、アルツハイマー型の認知症では、性格が変わって怒りっぽくなる、しまい忘れや置き忘れを人のせいにする、などの特徴もあります。

### これって認知症？と思ったら

上記に当てはまることがあったり、気になることがあったときは、早めに専門の医療機関、『精神科』や『物忘れ外来』を受診し、診断を受け

ましょう。早いうちに受診し、薬をのんだり医師の指導を受けて生活したりすることで、健康な時間を長くすることができるようになります。

また、介護保険のサービスを利用することで、認知症の本人も、いっしょに暮らす家族も気分転換する時間を持つことができます。通所サービスなどいろいろな人と会って会話をすることは、脳への刺激となり認知症の進行を遅らせる効果も期待できます。

介護保険のサービスや認知症のことは、白鷹町地域包括支援センター（☎86-0112）にご相談ください。

### 『認知症の人と家族の会』定例会

いつ 2月17日（木）  
午後1時30分

▼どこで 健康福祉センター  
■申込・問い合わせ  
地域包括支援センター

（☎86-0112）

### もう一度ご確認ください！ 町税等の納め忘れ ありませんか？

平成22年度の町県民税、固定資産税（1～4期）、軽自動車税（1期）及び国民健康保険税・後期高齢者医療保険料・介護保険料（1～7期）は、すでに納期限が過ぎていきます。

●納期限を一定期間以上経過しますと督促手数料や延滞金が発生し、さらに納付額が増加することになります。

お手持ちの納付書を再度ご確認ください。納期限が過ぎていたものがありませんか？お早めに納めていただきますようお願いいたします。

なお、納付状況がわからない場合や納付書が見つからない場合はお問い合わせください。

※注意 町税等が納期限を過ぎて未納の状態になりますと、予告なく滞納処分（差押え等）の対象となる場合があります。

■問い合わせ 税務出納課  
収納係（☎85-6106）