

まほろば

〒496-0834
愛知県津島市南本町2-1
☎0567-22-5766



第193号
4月号
2026

今月のお花と扇を玄関に飾りました。一気に華やぎますね ✨



まほろばはおかげさまで22年を迎えました。現在津島ケアセンターでは大規模修繕工事中です。5月中頃に工事完了予定となっております。皆様にはご迷惑をおかけいたしますが、何卒よろしくお願い申し上げます。



こんにちはケアマネです

～MCIと認知症 最終回～



一般的に言われる物忘れは通常の老化現象の一部とされますが、それが軽度認知障害（MCI）や認知症の初期段階である可能性も考えられます。また軽度認知障害（MCI）と認知症は、どちらも高齢者に一般的に見られる認知機能障害ですが、その症状、原因、そして日常生活への影響の程度において明確な違いがあるとされています。

下記のチェック項目で、自分自身の認知機能の状態を確かめてみましょう。

もの忘れ



- 最近の出来事や会話を思い出すのが難しい
- 同じ質問を繰り返す事が多い
- 約束や予定をわすれることがおおい
- 会議中に適切な言葉が思い浮かばない
- 名前や簡単な単語を思い出すのに時間がかかる
- 複数の物事を同時に進めることが難しい
- 話を聞いている最中に集中力を保てない
- 日常の判断を下すのが以前より難しくなった
- 簡単な決断を下すのにも長い時間がかかる
- 物の位置や距離が正確につかめない
- よく道に迷うようになった
- 以前よりイライラしやすくなった
- 最近特に外出や人付き合いが億劫になってきた

軽度認知障害（MCI）と認知症はどちらも高齢者に多くみられる問題ですが、その早期発見と適切な対策を講じることが、症状の進行を遅らせる上で非常に重要です。

ご自身やご家族のこれらの症状が見られて場合は早期に医療機関を受診し、専門の診断を受ける事をお勧めします。

※このチェック項目は軽度認知障害（MCI）や認知症の診断を行うものではなくあくまでもご自身の認知機能の状態を確認するためのリストです

〈ケアマネ事業所〉

大当郎：052-364-7706 管理者：星川