



認知症は「早期発見」がポイントです。

### 早期発見のメリット



記憶や判断力が明確なうちに備えることができます。早期の診断により、本人、家族が、今後の生活への備えを早めに考えることができます。



早期治療により改善する場合があります。正常圧水頭症や慢性硬膜下血腫によるものなど、早期に発見すれば、治療により改善が可能なものがあります。



進行を遅らせることが可能な場合があります。アルツハイマー型認知症には、進行をある程度遅らせることができる薬があり、早く使い始めることが効果的と言われています。また、血管性認知症では、生活習慣病の予防が進行予防につながります。



### 認知症早期発見のためのチェックリスト

- 今切ったばかりなのに、電話の相手の名前を忘れる。
- 同じことを何度も「言う」「問う」「する」。
- しまい忘れ・置き忘れが増え、いつも探し物をしている。
- 財布・通帳・衣類などを「盗まれた」と人を疑う。
- 料理・片付け・計算・運転などのミスが多くなった。
- 新しいことが覚えられない。
- 話のつじつまが合わない。
- テレビ番組の内容が理解できなくなった。
- 約束の日時や場所を間違えるようになった。
- 慣れた道でも迷うことがある。
- ささいなことで怒りっぽくなった。
- 周りへの気づかいがなくなり、頑固になった。
- 自分の失敗を人のせいにする。
- 「このごろ様子がおかしい」と周囲から言われた。
- ひとりになると怖がったり寂しがったりする。
- 外出時、持ち物を何度も確かめる。
- 「頭が変になった」と本人が訴える。
- 下着を替えず、身だしなみを構わなくなった。
- 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった。
- ふさぎこんで何をしてもおっくうがり、いやがる。

(公社)認知症の人と家族の会作成「家族が見つかった認知症早期発見のめやす」より

いくつか思いあたることがあったら、相談窓口などに相談しましょう。



高知家



## もしかして、認知症？

～認知症 早期発見のススメ～

高齢化の進行に伴い、認知症高齢者は、ますます増えることが予想されています。

でも、認知症は治らないから仕方ないと考えていませんか？

認知症も他の病気と同様、早期発見と早期治療が大切です。

「最近もの忘れが多い…」など、もの忘れや認知症について気になることがあれば、早めに医療機関や相談窓口にご相談しましょう。

# 高知県

発行：高知県健康政策部在宅療養推進課



もの忘れや認知症について気になることがあれば、早めにかかりつけ医や身近な相談窓口にご相談しましょう。



## かかりつけ医

### もの忘れ・認知症相談医 「こうちオレンジドクター」

日ごろから受診している  
「かかりつけ医」や、  
「こうちオレンジドクター」に  
相談しましょう。



「こうちオレンジドクター」のいる診療所、病院にはプレートが表示されています。  
「こうちオレンジドクター」の名簿は、県のホームページで公表しています。



## 認知症コールセンター

認知症の人の介護や家族の精神的な悩みなど、認知症に関するさまざまな相談に介護の経験者（認知症の人と家族の会世話人）がお応えする、認知症の専門相談窓口です。



TEL・FAX / 088-821-2818

月曜～金曜 10:00～16:00  
※土・日・祝日・年末年始を除く

## 高齢者総合相談

高齢者やその家族がかかえている保健や医療、福祉などに関するさまざまな悩み事の相談に応じる、総合相談窓口です。

TEL.088-875-0110

月曜～金曜 9:00～16:00 ※祝日・年末年始を除く

## 認知症疾患医療センター

認知症に関する専門医療相談にお応えします。

高知鏡川病院(高知市)  
TEL.088-833-5012  
午前 / 9:00～12:00  
午後 / 13:30～16:00

一陽病院(須崎市)  
TEL.0889-42-1803  
午前 / 9:00～12:00  
午後 / 13:00～16:00

高知県立あき総合病院  
TEL.0887-35-1536  
9:00～16:00

渡川病院(四万十市)  
TEL.0880-37-4649  
9:00～16:00

## 地域包括支援センター

地域のさまざまな社会資源を使い、高齢者の生活を総合的に支えていくための拠点です。地域の身近な相談窓口として、介護・福祉・医療・権利擁護などについての総合相談や支援を行います。

名称	TEL
高知市基幹型地域包括支援センター	088-823-9121
とさやま(出張所)	088-850-6900
高知市春野地域包括支援センター	088-894-3322
高知市南街・北街・江ノ口地域包括支援センター	088-821-7551
高知市上街・高知街・小高坂地域包括支援センター	088-871-5963
高知市下知・五台山・高須地域包括支援センター	088-882-0015
高知市三里地域包括支援センター	088-847-7200
高知市布師田・一宮地域包括支援センター	088-845-6382
高知市秦地域包括支援センター	088-824-5770
高知市大津・介良地域包括支援センター	088-802-5110
高知市朝倉地域包括支援センター	088-844-1003
高知市鴨田地域包括支援センター	088-802-8668
高知市旭街地域包括支援センター	088-843-5171
高知市初月・鏡地域包括支援センター(初月地区)	088-823-3158
高知市初月・鏡地域包括支援センター(鏡地区)	088-896-2580
高知市潮江地域包括支援センター	088-802-8482

名称	TEL
高知市長浜・御畳瀬・浦戸地域包括支援センター(長浜)	088-841-5755
高知市長浜・御畳瀬・浦戸地域包括支援センター(サテライト)	088-855-6388
室戸市地域包括支援センター	0887-22-5158
安芸市地域包括支援センター	0887-32-0555
南国市地域包括支援センター	088-804-6010
土佐市地域包括支援センター	088-852-1517
須崎市地域包括支援センター	0889-42-1206
宿毛市地域包括支援センター	0880-65-7665
土佐清水市地域包括支援センター	0880-83-0233
四万十市地域包括支援センター	0880-34-0170
四万十市地域包括支援センター 西土佐支所	0880-52-1000
香南市地域包括支援センター	0887-57-8511
香美市地域包括支援センター	0887-53-3127
東洋町地域包括支援センター	0887-29-3186
芸西村地域包括支援センター	0887-33-2245
本山町地域包括支援センター	0887-70-1060
大豊町まるごと包括支援センター	0887-72-0450
土佐町地域包括支援センター	0887-82-2557
大川村地域包括支援センター	0887-84-2211
いの町地域包括支援センター	088-893-0231
仁淀川町地域包括支援センター	0889-35-0880
中土佐町地域包括支援センター	0889-52-3352
佐川町地域包括支援センター	0889-22-7137
越知町地域包括支援センター	0889-26-1187
禰原町地域包括支援センター	0889-65-1170
日高村地域包括支援センター	0889-24-5197
津野町地域包括支援センター	0889-62-2317
四万十町地域包括支援センター	0880-22-3385
四万十町地域包括支援センター大正支所	0880-27-1212
四万十町地域包括支援センター十和支所	0880-28-5518
大月町地域包括支援センター	0880-73-1700
三原村地域包括支援センター	0880-46-2111
黒潮町地域包括支援センター	0880-43-2240
中芸広域連合地域包括支援センター	0887-32-1244

