

# にんちしょうをにんちしょう

認知症になる人は65歳以上の高齢者の5人に1人とされており、誰もがなる可能性のある身近な病気です。

早期に発見して適切な対策を行えば症状の改善や進行を遅らせることができるとともに、生活習慣病を予防することで認知症になるリスクを減らせることが分かってきました。



## チェックしよう! 早期発見の目安



- 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
- 些細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
- ふさぎ込んで何をするのも億劫がり嫌がる

出典：公益社団法人 認知症の人と家族の会

「認知症の人と家族の会」がまとめた認知症の早期発見の目安です。医学的な判断基準ではありませんが、日常の暮らしの中でいくつか思い当たることがあれば、かかりつけ医や地域包括支援センターに相談しましょう。

美波町地域包括支援センター ☎77-1171

生涯を通じた女性の健康支援事業

## 女性の健康づくり講演会

参加費無料

開催日時 平成29年1月27日(金) 午後2時から午後4時まで(午後1時30分より受付)

場所 徳島県南部総合県民局 美波庁舎 101会議室

講演 「乳がんについて考えよう～上手に見つけて上手に治す～」

講師 独立行政法人国立病院機構 東徳島医療センター 外科部長 本田純子 先生

対象 一般住民および保健福祉関係者等

女性特有の疾病の予防として、乳がんスポットを当てて講演会を開催いたします。

乳がんの死亡率は増加しており、全国では毎年5～6万人がかかっています。乳がんの早期発見の方法として乳がん検診がありますが、乳がんは初期は無症状であることが多く、仕事や家庭、恥ずかしさから検診が遅くなり、早期発見が遅れることがあります。

是非この機会に、女性特有の乳がんについての症状や治療法、自己検診、定期健診について学んでみませんか。皆様の御参加をお待ちしております。

申込先 南部総合県民局 保健福祉環境部(美波) 健康増進担当  
電話もしくはファクシミリでお申込みください。

☎0884-74-7374 FAX.0884-74-7365

※この講演会は県立総合大学校「まなび—あ徳島」の主催講座です。2単位取得できます。

