

もの忘れ チェックリスト

「最近、もの忘れが気になるな」と思ったら
チェックしてみましょう

財布や鍵など、物を置いた場所がわからなくなることがありますか	はい <input type="checkbox"/>	一人で買い物にいきますか	いいえ <input type="checkbox"/>
5分前に聞いた話を思い出せないことがありますか	はい <input type="checkbox"/>	バスや電車、自家用車などを使って一人で外出できますか	いいえ <input type="checkbox"/>
自分の生年月日がわからない時がありますか	はい <input type="checkbox"/>	貯金の出し入れや、家賃や公共料金の支払いは一人でできますか	いいえ <input type="checkbox"/>
今日が何月何日かわからない時がありますか	はい <input type="checkbox"/>	電話をかけることができますか	いいえ <input type="checkbox"/>
自分のいる場所がどこかわからなくなることがありますか	はい <input type="checkbox"/>	自分で食事の準備はできますか	いいえ <input type="checkbox"/>
道に迷って家に帰ってこれなくなることはありませんか	はい <input type="checkbox"/>	自分で、薬を決まった時間に決まった分量をのむことができますか	いいえ <input type="checkbox"/>
電気やガスや水道が止まっていたときに、自分で適切に対応できますか	いいえ <input type="checkbox"/>	入浴は一人でできますか	いいえ <input type="checkbox"/>
1日の計画を自分で立てることができますか	いいえ <input type="checkbox"/>	着替えは一人でできますか	いいえ <input type="checkbox"/>
季節や状況に合った服を自分で選ぶことができますか	いいえ <input type="checkbox"/>	トイレは一人でできますか	いいえ <input type="checkbox"/>

仙台市版認知症アセスメントシートより

高齢者・認知症に関することの総合相談窓口です!!
遠見塚地域包括センターまでご相談ください。

電話：022-781-3877

合わせて
ご利用ください

仙台市版 認知症ケアパス
遠見塚見守りマップ



このサポートブックは、『仙台市版 認知症ケアパス』、
『遠見塚見守りマップ』と合わせてご利用ください。

『仙台市版 認知症ケアパス』…… 認知症の不安を抱えた方やそのご家族へ相談できる場所、医療、
これからの暮らしのことなどが分かる冊子となっています。

『遠見塚見守りマップ』…… 認知症の理解と対応のポイントについてや見守りネットワークを
まとめたマップとなっています。

住み慣れた家で、安心した暮らしを続けられるよう、地域住民のみなさん、町内会や地域の
協力機関、様々な関係機関と協力しながら支援のネットワークを広げていければと思っています。

もの忘れあんしん窓口サポートブック作成委員会

介護家族のサロン『ぶらっと』
認知症カフェ『ぶらっとカフェ♡つむぎ』
早坂 博(家族/南小泉北地区民生委員)
カメイ調剤薬局大和町店
つるみ薬局古城店
フレンド薬局南小泉店
ひかり薬局南小泉店
NPO 法人あかねグループ

ここみケアプランセンター若林
若林ヘルパーステーション
株式会社ライフケア
バイタルケア若林さふらの家
アシスト中倉デイサービス
チアフル古城
遠見塚デイサービスセンター
遠見塚居宅介護支援センター
遠見塚地域包括支援センター

もの忘れが心配なあなたへ

不安を感じている方を支えるご家族へ

地域の見守りや
協力してくれるところ
あるとうれしいわ

どこの病院で
相談ができますか？

近所に、お茶のみしたり、
交流できる場所って
どこにありますか？

南小泉中学校区

ついすっかり
薬を飲み忘れ
ちゃうんです

もの忘れ あんしん窓口

サポートブック

不安なことを相談できる
場所ってどこにあるの？

家族が悩みを相談できる
サロンってどこで
やってるの？



最近、
物忘れが
気になって…

薬が多くて、
どれを飲むのかわからなく
なってしまう…

認知症カフェって
どこにありますか？

地域で暮らすみなさんの声をもとに、
この地域で暮らすみんなの安心につながるよう、
そして、悩みや不安を少しでも和らげるよう、
地域の身近な情報を集めました。

作成：もの忘れあんしん窓口サポートブック作成委員会