

加齢による物忘れと



認知症による物忘れの違い

加齢によるもの

- ・何を食べたか思い出せない
- ・目の前の人の名前が思い出せない
- ・物の置き場所を思い出せない
- ・約束をうっかり忘れてしまった
- ・物覚えが悪くなったように感じる
- ・曜日や日付を間違えることがある

認知症(脳の病気)によるもの

- ・食べたことを思い出せない
- ・目の前の人が誰なのかわからない
- ・置き忘れ・紛失が頻繁になる
- ・約束したこと自体を忘れている
- ・数分前の記憶が残らない
- ・月や季節を間違えることがある

具体例



物忘れ(Aさんの場合)

Aさん「お昼何食べたっけ？」

娘さん「カレー食べたでしょ？」

Aさん「そうだ。カレーだ」

※ヒントがあれば体験したことを思い出せます。



認知症(Bさんの場合)

Bさん「お昼まだかい？」

娘さん「カレー食べたでしょ？」

Bさん「まだ食べてない！」

※ヒントがあっても思い出せず、日常生活にも支障が出てきます。



一時的な物忘れは誰にでも起こりうるものです。認知症予防のため、生活習慣を見直し、早期予防に努めましょう。



気になる変化がみられますか？かかりつけ医や認知症の専門医で診察を受けてみませんか？早期発見し、治療を受ければ進行を穏やかにすることができます。

