



「認知症」早期発見のめやす

日常の暮らしの中で、認知症の始まりではないかと思われる言動を、「家族の会」の会員の経験からまとめたものです。医学的な診断基準ではありませんが、暮らしの中の目安として参考にしてください。いくつか思い当たることがあれば、かかりつけ医などに相談してみることがよいでしょう。

もの忘れがひどい

- 1 今切ったばかりなのに、電話の相手の名前を忘れる
- 2 同じことを何度も言う・問う・する
- 3 しまい忘れ置き忘れが増え、いつも探し物をしている
- 4 財布・通帳・衣類などを盗まれたと人を疑う

判断・理解力が衰える

- 5 料理・片付け・計算・運転などのミスが多くなった
- 6 新しいことが覚えられない
- 7 話のつじつまが合わない
- 8 テレビ番組の内容が理解できなくなった

時間・場所がわからない

- 9 約束の日時や場所を間違えるようになった
- 10 慣れた道でも迷うことがある

人柄が変わる

- 11 些細なことで怒りっぽくなった
- 12 周りへの気づかひがなくなり頑固になった
- 13 自分の失敗を人のせいにする
- 14 「このごろ様子がおかしい」と周囲から言われた

不安感が強い

- 15 ひとりになると怖がったり寂しがったりする
- 16 外出時、持ち物を何度も確かめる
- 17 「頭が変になった」と本人が訴える

意欲がなくなる

- 18 下着を替えず、身だしなみを構わなくなった
- 19 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった
- 20 ふさぎ込んで何をするのも億劫がいやがる

公益社団法人認知症の人と家族の会作成

あなたに知ってほしい にんちしょう 認知症 のこと



誰もが自分らしく暮らせる
わが家
佐賀県



この冊子はコチラからダウンロードできます

佐賀県 認知症 相談のご案内



佐賀県 長寿社会課

〒840-8570 佐賀市城内1丁目1-59

TEL.0952-25-7612 FAX.0952-25-7265

✉ tiikihoukatsu@pref.saga.lg.jp



佐賀県

Copyright © 2025 Saga Prefecture. All Rights Reserved.

認知症って他人事…

いいえ。
認知症は誰でもなりうる
病気です。

いま、超高齢社会といわれています。

歳を重ねれば、誰もが認知症になりやすくなり、

2040年には、65歳以上の約7人に1人が

認知症になると予想されています。

また、65歳未満で発症する「若年性認知症」の人は、

全国に約4万人といわれています。

「認知症」は特別な病気ではありません。

自分や家族、友人、近所の人など、

誰でもなる可能性があります。

まずは、認知症について理解を深めてみませんか？



認知症かな？

大丈夫。
自分らしくイキイキと
暮らすことはできます。

認知症かな？と思ったら、早い段階での相談や受診により適切な治療・ケアサービス、サポート制度へつながることが大切です。住みなれた地域の中で、自分らしい生活続けることができるように、少しでも異変に気づいたら、ひとりで悩まず、各市町にある相談窓口や日ごろの様子をご存じであるかかりつけ医、佐賀県認知症疾患医療センターなどに相談しましょう。⇒6・7ページ

認知症を正しく理解し、みんなで支え合うことで、
住みなれた「わが家」のように
居ごちがいい佐賀県にしませんか？



どこへ相談しても支援の輪でつながります

安心して相談できる窓口
まずは相談!

- 佐賀県認知症コールセンター ⇨12ページ
- 佐賀県若年性認知症支援センター ⇨12ページ
- 地域包括支援センター ⇨14ページ
- 認知症地域支援推進員 ⇨14ページ
- ケアマネージャー など

相談・援助

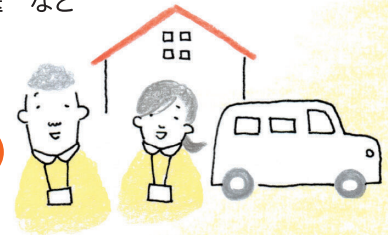
ご本人・ご家族



いつもと違う…と感じたら
早めに相談・受診!

- 佐賀県認知症疾患医療センター ⇨13ページ
- かかりつけ医 など

医療・介護



- 〈介護保険サービス〉
- 訪問介護・通所介護
 - 特別養護老人ホーム・グループホーム など

あなたや家族の
気持ちを理解してくれる
身近な存在!

- 認知症の人と家族の会 ⇨11ページ
- 認知症カフェ ⇨16ページ
- チームオレンジ
- 認知症サポーター
- 老人クラブ
- 自治会
- 民生委員 など

地域の 支え合い



認知症の私から
伝えたい
メッセージ

認知症の当事者に 聞きました



＼ 認知症の本人の声を発信 /

「さが認知症すまいるリーダー」 よしとみ よしづみ
吉富 義純さん

定年退職後、62歳で佐賀県に帰郷。その後、認知症の症状を自覚し診断を受けるが、「働く」ことへの想いをより一層強める。現在はデイサービスで有償ボランティアとして働き、生きがいを感じながら講演活動や交流会などを通じて認知症の理解を広めている。



＼ 認知症の本人の声を発信 /

「さが認知症すまいるリーダー」 うこん まもる
右近 守さん

4歳の時に長崎で被爆。高校卒業後、長崎労働基準局に勤務し、旧労働省勤務などを経て最後は佐賀労働基準監督署長を務める。現在は認知症と向き合いながら、被爆体験の語り継ぎやさが認知症すまいるリーダーとして活動。2021年、瑞宝双光章を受章。



認知症でも、できることはあると信じている。

定年退職後、62歳でふるさと佐賀に帰ってきました。佐賀に帰ってからも仕事をしていましたが、70歳を目前にして物を探せなかったり、会話についていけなかったりして、自分でも「おかしいな」と思いました。近所の病院を受診すると認知症と診断。それでも仕事が好きで、各所に相談に行きましたが、認知症でもできる仕事はありませんでした。なんだか、役割がないと言われているようでショックでしたね。

現在、デイサービスで有償ボランティアをしています。送迎車の洗車や配膳を通じて、「自分も役に立てる」と実感できるのが嬉しいです。認知症になっても、できることはたくさんあります。自分らしく過ごせる場があれば、進行の早さも変わるのでは、と思っています。認知症を他人事ではなく、もっと理解してほしい。そして、これから家族や仲間たちと笑顔で暮らしていきたいと願います。

今と向き合いながら、自分の役割を果たしたい。

定年後、民間企業に再就職し、80歳まで働きました。その後すぐ、物忘れが増え、病院で認知症と診断。最初は受け入れられず、外出も控えがちでしたが、新たな人との出会いが私に再び光をくれたように感じます。ウォーキング中、いつも見ていたシロサギの姿がなく、調べると渡り鳥だと知りました。今でも新しい知識に出会えることが生きがいです。毎朝、新聞をすべて読み、わからないことはネットで検索。好奇心は尽きません。

忘れることが増えても、どうしても忘れられない記憶があります。それは戦争の記憶。4歳で被爆した経験を語り継ぐことは、自分に与えられた使命だと思っています。平和の大切さを伝え、未来へとつなげたい。そして、私のことを忘れない人たちがいれば、それが何より嬉しい。認知症になっても、できることを見つけ、支えてくれる人とともに歩みながら、自分の役割を果たしたいです。

どんなときも自分らしく働き、
役立てる場があれば、前向きに生きていける。



新たな出会いと学びを生きる力にして、
平和への願いをこれからも続けていく。



介護者の私から
伝えたい
アドバイス

認知症の人の家族に きっかけやアドバイスを聞きました



よしみ せつこ
認知症の人のご家族 吉富 節子さん

夫の認知症診断を受け止め、「今を楽しむ」ことを大切にしている。家族の会や支援者との交流を励みにしながら、夫とともに充実した日々を送る。講演活動などにも同行し、認知症への理解促進を願う。献身的なサポートで義純さんの日常を支える。

変わらない優しさを、これからも支え続けたい。

夫が認知症と診断されたとき、落ち込むようなことはありませんでした。それよりも、物忘れが多くなった原因がわかって少しホッとした気持ちがありました。これからいろんなことを早く決めないといけない、と気持ちをすぐに切り替えたことを覚えています。ずっと今のままではいられないから、今できることを楽しまないと。2人で出かける機会や過ごす時間が増え、2回目の新婚だと思って、日々過ごしています。

もともと穏やかな性格で、家事や掃除も得意だった夫。認知症になってからもそれは変わらず、昔からの習慣は忘れないようです。時々、不安になることもありますが、家族の会や支えてくれるみなさんの存在が心強いです。講演にも呼んでいただき、以前より忙しくなったように感じます。これからもいろんな人と出会い、認知症に対する社会の理解がもっと深まると嬉しいですね。

限られた時間だから今を楽しみたい。
無理せず、笑顔で寄り添うことが大切。



みんなで伝える、 みんなで支える認知症

活動内容

- 佐賀県立神埼清明高等学校でのワークショップ
- 認知症サポーター全職員養成プロジェクト(県職員)



認知症かも？ 早めの受診と支援の輪が大切

「もしかして認知症？」と思ったら、まずは早めに受診を。診断後は、医療・介護・年金などの情報を集め、利用できる支援を知ることが大切です。介護保険サービスをはじめ、家族の会などの支援を活用し、一人で抱え込まず「手を貸して」「話を聞いて」と声を上げてください。支援の輪が広がれば、家族の心にも余裕が生まれ、本人も安心して過ごせます。

公益社団法人 認知症の人と家族の会

認知症の人と家族を支え、社会に認知症の理解を求めて活動しています。

- 認知症カフェ「カフェ・オレンジ」
佐賀県在宅生活サポートセンター／毎月第3日曜日 10:00～12:00
- つどい(介護者の交流会)
・佐賀市アバンセ／年4回開催 ・唐津市りふれ／毎月開催

詳しくはコチラ



● カフェ・つどいに関するお問い合わせ
☎090-2717-9955 (吉田)

- 電話相談 / 佐賀県認知症コールセンター ☎ 0952-37-8545

認知症についての悩みを相談

佐賀県認知症コールセンター

本人やその家族が抱える悩みや心配ごとを相談できる
認知症専門の電話相談窓口です。

65歳未満で発症する認知症を若年性認知症といい、
若年性認知症の相談ができる
「若年性認知症支援センター」も併設しています。
介護サービスについて知りたい、
介護に疲れている・困っている、
話を聞いてほしいなど、
ひとりで悩まず気軽にご相談ください。
専門のスタッフが話を聞いて、
安心して暮らせるよう、
様々なサポートをご紹介します。

佐賀県認知症コールセンター
佐賀県若年性認知症支援センター

相談日 | 月～金曜日 祝日・年末年始は除く

時間 | 10:00～16:00

電話 | 0952-37-8545

相談
無料



若年性認知症の人は、私がサポートします。

佐賀県若年性認知症支援コーディネーター やまぐち としのぶ 山口 敏伸さん (認定社会福祉士)

ご本人やご家族の生活を支える各種支援制度がありますが、その存在を知らなかったために、支援を利用しないまま生活をしていることがあります。

私たちの役割は、ワンストップ窓口として、医療、経済、就労、福祉サービスなどを総合的に組み立てて本人と家族を継続的にサポートしていくことです。例えば、本人の状況に合わせて、自立支援医療や障害年金の申請をお手伝いします。

また、「会社に迷惑をかけたくない」と退職する人もいるなかで、職場に同行し、認知症についての理解を求め、本人に合っている仕事内容について話し合い、結果、短期間の就労であっても本人が生きがいを感じられるような仕事を継続できたときは、本当に嬉しかったです。

若年性認知症を発症してもいろいろなことをあきらめないこと。私は、そばで何でも話せるような存在として、みんなの「元気」を支え続けたいと思っています。



ひとりで悩まず、まずは相談

佐賀県認知症疾患医療センター

- 佐賀大学医学部附属病院 ☎0952-34-3838
- 肥前精神医療センター ☎0952-52-3231
- 嬉野温泉病院 ☎0954-43-0003
- 河畔病院 ☎0955-77-1615
- 堀田病院 ☎0955-29-8210

詳しくはコチラ



佐賀県 認知症疾患医療センター 🔍

あなたの街の相談窓口

地域包括支援センター

県内全ての市町にある、地域の高齢者を支える「総合相談窓口」です。

保健師、社会福祉士、主任ケアマネージャーなどを配置して、

介護・医療・保健・福祉の側面から助言・支援しています。

専門知識を持った「認知症地域支援推進員」というスタッフが

皆さんの不安や悩みをお聞きし、

適切な支援や医療につなぎます。

気になることは、お気軽に相談してください。



地域包括支援センターの
業務の一部を紹介します

認知症初期集中支援チーム

医療・介護の専門スタッフがチームを組み、早期発見や適切な医療・ケアへつなげるように、集中的に支援します。

支援の条件や流れは、市町や地域包括支援センター(18・19ページ)にご相談ください。



- 家庭訪問
- かかりつけ医などの関係機関と連携
- 専門医療機関の受診支援
- 介護サービスなどの利用支援
- 家族のサポート



認知症カフェ



認知症の人やそのご家族が、
地域の人、医療や介護スタッフなどと、
気軽に世間話や悩み相談、情報交換ができる場所です。
誰もが自由に参加できます。

主な活動内容

交流

情報交換

勉強会

イベント

専門家への相談

※写真やスケジュールは、唐津市のグループホーム「シェアハウス百花」の認知症カフェ(MOMO CAFE)で取材撮影したものです。

あなたの街の
認知症カフェ



佐賀県 認知症カフェ 🔍



ある一日のスケジュール <14:00~16:00>

参加費 / 300円(お茶・お菓子代) 毎月第3金曜日 予約不要



14:00 >>> カフェタイム

お菓子やお茶を楽しみながら、自由におしゃべり。



14:40 >>> あいさつ・ミニ勉強会

認知症をわかりやすく説明。介護の体験談や終活がテーマになることも。



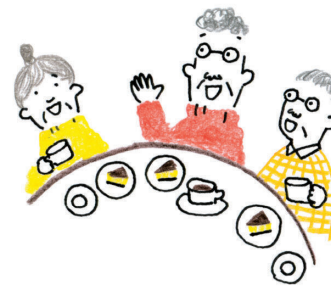
14:50 >>> イベント

ウォーキングや元気体操、フラワーアレンジ、おやつ作りなど、介護予防のイベントを開催。



15:30 >>> カフェタイム

相談や情報交換など、自由に過ごす。



※イベントなどを行わず、自由に過ごすことを目的にした認知症カフェもあります。



あなたの街の

地域包括支援センター

身近な相談窓口です。お気軽にご相談ください。

詳しくはコチラ



佐賀県 地域包括支援センター



市 町	担当地区（名称）	所在地	電話番号
佐賀市	勸興・神野 （おたっしや本舗 佐賀）	佐賀市栄町1-1 （佐賀市役所 本庁舎内）	0952-40-7284
	赤松・北川副 （おたっしや本舗 城南）	佐賀市南佐賀1丁目13-5	0952-41-5770
	日新・嘉瀬・新栄 （おたっしや本舗 昭栄）	佐賀市嘉瀬町大字扇町2358-1	0952-41-7500
	循誘・巨勢・兵庫 （おたっしや本舗 城東）	佐賀市兵庫町大字洲1906-1	0952-33-5294
	西与賀・本庄 （おたっしや本舗 城西）	佐賀市本庄町大字本庄289-3	0952-41-8323
	高木瀬・若楠 （おたっしや本舗 城北）	佐賀市若楠3丁目1-11	0952-20-6539
	金立・久保泉 （おたっしや本舗 金泉）	佐賀市金立町大字千布2991-1	0952-71-8100
	鍋島・開成 （おたっしや本舗 鍋島）	佐賀市鍋島3丁目3-20 鍋島シエスタビル1階	0952-97-9040
	諸富町・蓮池 （おたっしや本舗 諸富・蓮池）	佐賀市諸富町大字為重529-5 （佐賀市産業振興会館内）	0952-47-5164
	大和町 （おたっしや本舗 大和）	佐賀市大和町大字尼寺1870 （佐賀市役所 大和支所内）	0952-51-2411
	富士町 （おたっしや本舗 富士）	佐賀市富士町大字古湯2685 （佐賀市役所 富士支所内）	0952-58-2810
	三瀬村 （おたっしや本舗 三瀬）	佐賀市三瀬村藤原3882-6 （佐賀市三瀬保健センター内）	0952-56-2417
	川副町 （おたっしや本舗 川副）	佐賀市川副町大字鹿江620-1 （佐賀市役所 川副支所内）	0952-97-9034
	東与賀町 （おたっしや本舗 東与賀）	佐賀市東与賀町大字下古賀1193 （佐賀市役所 東与賀支所内）	0952-45-3238
久保田町 （おたっしや本舗 久保田）	佐賀市久保田町大字新田3331-3 （佐賀市思齊くらし総合センター内）	0952-51-3993	
唐津市	市内全域 （唐津市地域包括支援センター）	唐津市西城内1-1 （唐津市役所保健福祉部地域包括支援課内）	0955-72-9191
	浜玉・七山・鐘地区 （浜玉サブセンター）	唐津市浜玉町浜崎1151-1 （浜玉市民センター内）	0955-53-7056
	厳木・相知・北波多地区 （相知サブセンター）	唐津市相知町相知 2055-1 （相知市民センター内）	0955-53-7057
	鎮西・呼子地区 （鎮西サブセンター）	唐津市鎮西町名護屋1530 （鎮西市民センター内）	0955-53-7058
	肥前地区 （鎮西サブセンター肥前出張所）	唐津市肥前町入野甲1703 （肥前市民センター内）	0955-53-7059
鳥栖市	鳥栖地区・鳥栖北地区	鳥栖市轟木町1523-6 （今村病院本館内）	0942-81-3113
	田代地区・基里地区	鳥栖市轟木町1523-6 （今村病院本館内）	0942-85-3440
	若葉地区・弥生が丘地区	鳥栖市弥生が丘2丁目146-1 （社会福祉法人寿楽園 佐賀・鳥栖事業所内）	0942-85-8815
	麓地区・旭地区	鳥栖市村田町1250-1 （特別養護老人ホーム真心の園内）	0942-82-2188

市 町	担当地区（名称）	所在地	電話番号
多久市	多久市全域 （おたっしや本舗 多久）	多久市北多久町大字小侍7-1 （多久市役所 庁舎内）	0952-75-6033
伊万里市	伊万里市全域	伊万里市立花町1355-1 （伊万里市役所 庁舎内）	0955-23-2122
武雄市	武雄市全域	武雄市武雄町大字昭和12-10 （武雄市役所 庁舎内）	0954-23-9135
鹿島市	鹿島市全域	鹿島市大字約富分2643-1 （鹿島市役所 庁舎内）	0954-63-2160
小城市	三日月町 （おたっしや本舗 小城）	小城市三日月町長神田2312-2 （小城市役所 西館内）	0952-37-6108
	小城町 （おたっしや本舗 小城北）	小城市小城町723-24 （旧ひらまつ在宅療養支援診療所内）	0952-73-2172
	牛津町・芦刈町 （おたっしや本舗 小城南）	小城市芦刈町三王崎1522 （芦刈保健福祉センター内）	0952-66-6376
嬉野市	吉田・下宿甲・下野	嬉野市嬉野町大字下宿乙1185 （嬉野市役所 嬉野庁舎内）	0954-42-3306
	下宿乙・下宿丙・下宿丁・岩屋川内・不動山	嬉野市嬉野町大字下宿丙2390-2 （嬉野老人福祉センター内）	0954-27-7220
	塩田地区	嬉野市塩田町大字馬場下甲1769 （嬉野市役所 塩田庁舎内）	0954-66-8001
神崎市	神崎町 （おたっしや本舗 神崎）	神崎市神崎町鶴3542-1 （神崎市役所 本庁舎内）	0952-37-0111
	脊振町 （おたっしや本舗 神崎北）	神崎市脊振町広滝555-1 （脊振交流センター内）	0952-59-2005
	千代田町 （おたっしや本舗 神崎南）	神崎市千代田町直島166-1 （千代田交流センター内）	0952-34-6080
吉野ヶ里町	吉野ヶ里町全域 （おたっしや本舗 吉野ヶ里）	神崎郡吉野ヶ里町三津777 （吉野ヶ里町役場 東脊振庁舎内）	0952-37-0344
基山町	基山町全域	三養基郡基山町大字園部2307 （社会福祉法人寿楽園 佐賀・基山事業所内）	0942-81-7039
上峰町	上峰町全域	三養基郡上峰町大字前牟田107-2 （老人福祉センター「おたっしや館」内）	0952-52-5250
みやき町	みやき町全域	三養基郡みやき町大字白壁1074-3 （市村清記念メディカルコミュニティセンター内）	0942-89-3371
玄海町	玄海町全域	玄海町大字平尾380-1 （玄海町福祉施設 1階）	0955-52-3022
有田町	有田町全域	西松浦郡有田町南原甲664-4 （福祉保健センター内）	0955-43-2196
大町町	大町町全域	杵島郡大町町大字大町5000 （総合福祉保健センター「美郷」内）	0952-82-3187
江北町	江北町全域	杵島郡江北町大字山口1651-1 （江北町役場 庁舎内）	0952-86-5614
白石町	白石町全域	杵島郡白石町大字福田1247-1 （白石町役場 庁舎内）	0952-84-7117
太良町	太良町全域	太良町大字多良1-17 （総合福祉保健センターしおさい館内）	0954-67-0496

令和7年4月現在