

食事の内容を忘れる  
のは老化による

「ど忘れ」  
「物忘れ」



食事をしたことを  
覚えていないのは

「認知症」  
かもしれません。



「認知症」は「アルツハイマー病」などで記憶力などが低下し、生活に支障を来たしてしまう病気です。鍵を閉めずに外出、財布を家に忘れて外出・・・後で「しまった、忘れてた！」と思う。こうしたことは老化による物忘れでよく起こります。約束したこと自体を覚えていない、慣れた仕事ができにくくなった、自宅近くの慣れた道で迷う・・・これは認知症の可能性があります。認知症は、早めの治療が大変重要です。気になる症状があったら、早めに受診してください。

監修：慶應義塾大学 教授 大野 裕 先生