



もの忘れの心配を
ひとりでかかえ
ていませんか？

今回は
10月9日
(木)です

うんうん・そうそう・
私もそう思うと！
声かけあう人が
いますか？

第46回

本人 ミーティング OPEN₂₀₂₁₀₇

毎月1回 第2木曜日

午前10：00～11：30

開催します。

毎月1回、もの忘れや認知症について情報交
換したり、わたしの体験や心配なことを話し
てみよう。伝えてみよう。
参加した人たちが一緒に話し合う場です。

◆ 開催場所： 世田谷区等々力3-5-2 ふくろうクリニック等々力 集会室
ヒューリック等々力ビル3階 (1階はローソン)

◆ お問い合わせ： 03-5758-3270 担当： 見城・淵本

「元気で長生きって 幸せだけどつらい？」+フリートーク

元気で長生きしてね～と子どものころから、お年寄りに会って声かけてきた。おじい
さんもおばあさんも“にっこりと笑顔”で答えてくれた。が、自分が年をとってく
ると、元気で長生きするって、大変、つらい。長生きが疲れる段階に入ってきたと！
自分に気づく。“元気で長生き”は、「なんと幸せなことなんだろう」「そうよ」
「けど・・・ちょこっとしんどくなってきた」みんなそうそう・・・そう思うわ。“私だけで
ないのね～ここで話せてよかった～”

そういえば、先週《ふくろう認知症バル》に参加したよ。楽しかった。忘れないよ～な
んでだろう？「いつも自分を診てくれている先生がいて、知っているスタッフもい
た。初めて会う仲間がいた。飲んで食べたらいつも会っているみんなに見えた。な
にを話したか覚えていないが、また行きたい」「元気で長生きもいいもんだよ～」
「清涼飲料水しか飲めないけど参加できる？～」「もちろん!!」行こうよ
(第45回ミーティング談より)

