



次回は
6月11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？

もの忘れの心配を
ひとりでかかえ
ていませんか？

第54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
ヒューリック等々カビル3階 (1階はローソン)
- ◆ お問い合わせ：03-5758-3270 担当：見城・淵本

私の息抜き～最近気になること＋フリートーク

本日は、夫婦で「お互いの領域を守りながら生活している」という人、家族のことは、自分
が中心で家事をこなしてきたから、今の落ち着いた時間がある、外に出なくてもなん
の不便は感じていないが、家族がちょっぴり心配してくれる気持ちはうれしい、ひとり暮
らしはそれなりに楽で楽しい、たとえば、朝目が覚めると、玉川の土手にでて、川の流れ
を見て気分転換、一日が始まるという。気楽だが、周りからは、もう少し社会参加を!!と
勧められる。家族と同居の人は、世代を超えた会話は楽しい、それなりの気遣いもある。
ここにきたらなんでも言えた、みんなが自分のことのように、本気で聞いてくれた。

「本人会」と「家族会」同時に開催することで、ひとつのつながる空間で両方の声が響き合
い、日頃気になる互いの家族のウラ(笑)話も交えて、互いにスカッとした気分で帰路につ
く、ほのほのとしたひとときでした。

※合間には、「人の見方」というクイズをみんなで解きました。「感情は外に出る」、声に
出した本日の感情は、心地よく残ってくれているでしょうか。

(第53回ミーティング談より)

