



もの忘れの心配を
ひとりでかかえ
ていませんか？

次回は
8月14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44回

本人 ミーティング OPEN_{202107~}

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

「こんな時どうしていた？」+フリートーク

本人ミーティングの開始は、2021年7月、あれから丸4年が経ちました🐻と、参加者に話しかけると、私たちのこの会が始まったころは、こういう会ははまだなくて、知っている先輩がいなかったけど、話したいことを話してきた🐻、そうそういつも「何度も同じことを話していたらごめんなさい」🐻と、みんな笑!! その自称先輩に「こんな時どうしていた？」🐻と相談しました。今日来る予定の友がお休みしました。「昨日 大事なものを失くしてしまい、まだみつからない不安と疲れで今日は行けない」🐻と、連絡がありました。

みんなの対話回答は・・・🐻
失くすことに慣れてくる。その内出てくるよ🐻、ないことも忘れる。基本はひとりだから自分で解決する。家族に心配かけたくないのはもちろんだよ🐻「このおかあさんはほっとけないと、子どもたちがわかってくれるのがうれしい」🐻、考えてもどうにもならない。できるときにできることをしていくしかない。いい面をいかしていきたい。ぐちつぼいことを考えるより、少しでも楽しい時を過ごしたい🐻、次に会うときは、名前も顔も忘れていると思う。どこかで会ったことがある人の声だと気づくかもしれない🐻、思いついたことを言うてしまうが🐻「悪気がないことは覚えておいてね～」🐻と、言葉をかわす”本人ミーティング育ち”の仲間のメッセージには、本人たちの体験から生まれる”先輩風”を感じました。🐻🐻🐻
(第43回ミーティング談より)

