



2025

次回は  
7月10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43回

# 本人 ミーティング OPEN<sub>202107~</sub>

## 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

#### 6月14日は、認知症予防の日~知ってる?+フリートーク

アルツハイマー博士の誕生日🐻、日本では2023年の6月14日に「認知症基本法」が成立し、認知症の人が尊厳(自分が自分らしくいるために大切にしている考え方や生き方)と希望を持って地域で暮らしていく「共生社会」を目指した考え方を決めた日だということみんなで受け止め、自分事のおしゃべりがはじまりました。

ちょこっと近所づきあいでは気がかりなことを話し出すと、ご近所づきあい難しいわね~🐻相手がこだわり自慢したいこともある。そんなときは、プライドをあげておいて!逆らうことなく。笑顔でね🐻自分は自分で楽しんで生きよう🐻年を取るとみんなそうなるのでは(笑!!)いやなこともあるけど、覚えているのも苦痛だからと思うと忘れちゃう🐻経験は自分にご褒美よ、えらかったわね~🐻と思う。それが大事。🐻おしゃべりなIさんが、今日はひたすら聞き役だった。最後に、「自分の人生は自分がつくるんだよ~」🐻と、つぶやいていたのが印象的だった。自分の住む町で、安心して自立(自分で選び決めた生き方ができること)🐻それが話題になった本日のミーティングは“認知症予防の日”を思う、みんなの新たな一歩になりました。🐻🐻🐻🐻  
(第42回ミーティング談より)

