

書いてみよう ～私の周りの人々～

- 名前、電話番号、その人との出来事などを書いてみませんか？
周りにいる大切な人に気づくことができるかもしれません

私の家族



私が世間話する人

(友達や近所の人、民生委員など)



人との会話が人生を豊かにします。

私がいつも行く 病院 / 歯医者 / 薬局



あなたの状態を継続して見てくれる人がいることは大切です。

私が相談できる人

(おとしより相談センター、
ケアマネジャーなど)



お住いの地域には、相談できるおとしより相談センターがあります。電話をしてみましょう。(裏表紙参照)

私がよく行く集まり

(認知症カフェ、サロンなど)

様々な活動をしている集まりがあります。
おしゃべりをしたい人、黙々と作業をしたい人・・・自分に合った場所を探しましょう。

