

## 例会変更のご案内

| 月日    | 曜 | クラブ名  | 例会場       | → | 月日    | 曜 | 場所                 | 時間    |
|-------|---|-------|-----------|---|-------|---|--------------------|-------|
| 09/10 | 木 | 丸亀RC  | 丸亀プラザビル5F | → | 09/10 | 木 | 時間変更               | 18:30 |
| 09/15 | 火 | 坂出RC  | 坂出グランドホテル | → | 09/16 | 水 | 創作和食 ひらた           | 18:30 |
| 09/29 | 火 | 丸亀東RC | オークラホテル丸亀 | → | 09/29 | 火 | オークラホテル丸亀 12Fエメラルド | 19:00 |

## メイクアップ

- 09/01 今治南RC 篠原君、藤井君  
09/03 松山南RC 篠原君、浜君  
09/04 高松西RC 井上君、香川君、宮崎君、黒田君  
09/07 東かがわRC 篠原君、蔭久君  
09/07 高松北RC 井上君

## ニコニコBOX 創立第2502回例会 9件 計 20,000円 累計 395,000円

- 米田さんにお世話になりました。(森君) 前会長米田先生、前幹事平尾さん、ご高配をありがとうございました。(竹中君、上池君)  
三好幹事さんに少しお世話になりました。(合田君) 阿波池田RC様、ガバナー訪問集合写真ありがとうございました。(山村君)  
米田さんにお世話になりました。(平尾君) 早退お詫び。(長尾君)  
四之宮さんにお世話になりました。(三好君)  
次回のガバナー公式訪問は、三好さん、藤井さん、国領さん、西山さんです。よろしくお願ひします。(藤野君)

## 客話「いつから始める終活」

私がやっているのは「オーダーメイドのおひとりさまの寄り添い型終活」というテーマでご支援させていただいています。エンディングノートとは「万一、あなたが自分の意思を伝えられなくなった際に備えて、伝えておきたい情報や、残された人にとって必要なことをメッセージとしてまとめるためのノートです。」

法的拘束力はありませんが、まずはエンディングノートで自分の周りのことを冷静に書き留めていただいて、その内容を元に遺言書の内容を考えていただくということをご支援させていただきます。

自分は認知症にならないと思っている方が非常に多いです。しかし認知症は誰がなるか分からないということを頭の片隅に留めておいていただく必要があるように思います。そこで終活を始めるタイミングですが、判断能力と意思能力がしっかりしているうちにお願ひしたいと思ひます。お歳ではないと思ひますが、あえてお伝えすると60歳を過ぎたら終活の事を考えていただく機会かと思ひます。

もう一つ申し上げたいのは、急に認知症になるわけではありません。認知症になる前にMCI(軽度認知障害)という段階があります。MCIを5年間放置することで半数の方が認知症を発症すると言われていひます。いままで出来ていたことが急に出来なくなるなど、おかしいと思ひた時点で始めてくださひとお伝えしていひます。

終活の事を考えるということは、亡くなる時の事だけではなく、これからの生き方をどうするのかを考えることでもありまひす。終活を始めるうえで、今日が一番若い日です。終活は生き方、愛です。いつ始めるのか?『今でしょ!』

キラメキ社会福祉士事務所  
上田利枝様