

講座名

知っておきたい最終章の過ごし方

☆日野市立図書館ブックリスト☆

*こちら以外にも参考になる資料があります。ぜひ日野市立図書館へ！

「71 歳、年金月 5 万円、あるもので工夫する楽しい節約生活」

紫苑（しおん）／著 大和書房 2022.8

『子どもたちが独立してから小さな中古住宅を買う。年金はわずか月 5 万円。それでも今が一番幸せ。少ない年金を工夫とアイデアでやりくりする、実は楽しい節約生活を送る。』この本から、あなたの生き方のヒントが、見つかるかもしれませんよ。



「人生 100 年時代を楽しむ生き方」

～定年後を豊かにする 28 のインタビュー～

『月刊シルバー人材センター』編集室／編 労務行政 2021.8

人生 100 年時代を全力で楽しむには？ 冒険家・三浦雄一郎をはじめとした著名人・専門家 28 人のインタビューから、高齢者の生き方と周囲の支え方を探ります。28 人のうち、誰か一人でも共感できる生き方があれば、ご参考になさっては如何でしょうか？



「ふと、終活のことを考えたら最初に読む本」

『財産は？お葬式は？認知症になったら？』

加藤光敏／著 日本実業出版社 2023.11

身の回りの整理、遺言書とエンディングノート、相続の基礎知識、認知症のリスク…。先々のことが気になったときに向けて、終活全般で知っておきたいことを、法律の基礎知識もまじえながら、会話文とともにやさしく解説されています。



「身近な人の施設介護を考えるときに読む本」

もう限界！」【第 5 版】

高室成幸／監修 自由国民社 2024.5

家族での介護はもう無理？ 身近な人の施設介護を考える人たちに向け、施設を選ぶ前に在宅介護でどこまでがんばれるか、考え方のノウハウを示し、施設の賢い選び方を伝える。施設の見学時のチェックリスト&質問の仕方も掲載してあります。

