

注文

(番線印)

(発注者 様)

部数

冊

老いてもヒグチ。 転ばぬ先の幸せのヒント

樋口恵子 著

本体 1,500円

四六判並製 216頁

発売即重版となりました!

経験、実感、調査データからひも解く、ヨタヘロ期のココロエ。
わたくし92歳。ムリせず、楽しく、少しがんばって、暮らしています。

老いても ヒグチ。

転ばぬ先の
幸せの
ヒント



経験、実感、調査データから
ひも解く、ヨタヘロ期の
ココロエ。



わたくし92歳。
ムリせず、楽しく、
少しがんばって、
暮らしています。

樋口恵子

目次

はじめに 幸せな「老い」を生ききるために

第1章 人生一〇〇年時代の「老い」とは

第2章 老いに必要な、ライフスタイルを身につける

第3章 健康管理・危機管理は人の手も借りて万全に

第4章 自分の気持ちを大切にする人生の終い方

第5章 この先も人生の主人公。前向きに生きるには

おわりにかえて 私のターニングポイントと、力を注いできたこと



本文イラスト



本文イラスト

著者である樋口先生の経験と視点から、あなたに贈るメッセージ。

心身ともに思うようにならない「ヨタヘロ期」であっても、目指すべきは死ぬまで幸せに生きること！ 世の中を知り、自身の生きやすさを考えるヒントが詰まっています。

樋口 恵子(ひぐち・けいこ) 1932年、東京都生まれ。東京大学文学部卒業。時事通信社、学習研究社、キヤノン株式会社を経て、評論活動に入る。政府の男女共同参画会議の委員などを歴任。介護保険制度創設に尽力するなど、女性や介護、高齢者問題に深くかかわり、執筆や講演などに力を注ぐ。NPO法人「高齢社会をよくする女性の会」前理事長(現在は名誉理事長)。著書に『老いの福袋 あっばれ! ころばぬ先の知恵 88』『老いの上機嫌 90代! 笑う門には福来る』(ともに中央公論新社)など多数。

『老いてもヒグチ。』

転ばぬ先の幸せのヒント

樋口恵子著 清流出版 本体1,500円
ISBN 978-4-86029-572-1

ぜひご検討くださいますよう、どうぞよろしくお願いたします。清流出版

〒101-0051 東京都千代田区神田神保町 3-7-1 TEL 03(3288)5405 FAX 03(3288)5340