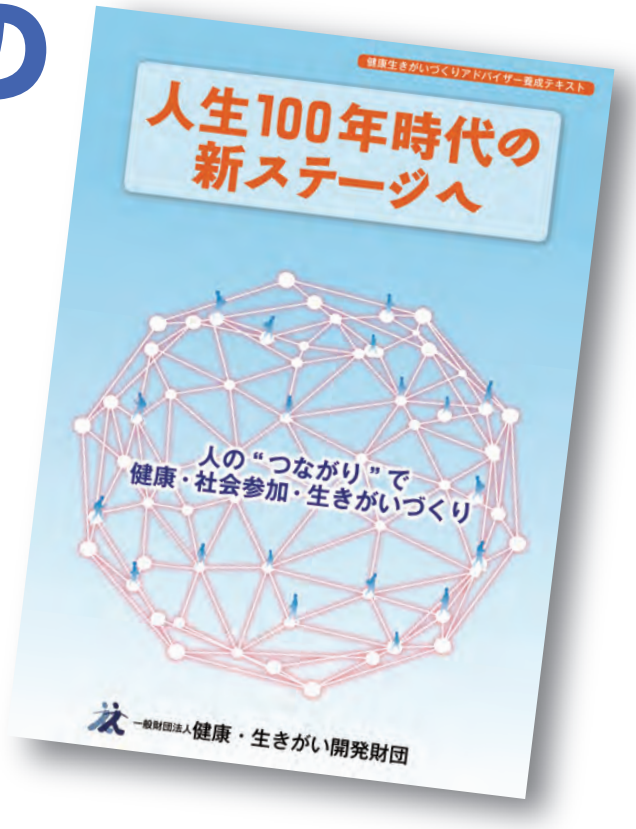
2019年7月

新刊

超高齢社会を真に心豊かに生きる現代人必携の書！
人、社会との“つながり”がキーワード！

人生100年時代の新ステージへ

～人の“つながり”で健康・社会参加・生きがいづくり～



社会の第一線で活躍してきた責任や緊張感から開放された高齢者が、「第2の現役世代」として、より自由な立場を生かし、生きがいをもち、楽しく地域社会とかかわり続けていく。それが人生100年時代に期待されていることではないでしょうか。

本書では、超高齢社会の課題を整理し、新しい高齢社会における生き方を提案。ライフプランを構成する「健康」「家庭経済」「生きがい」をベースに、人生100年時代を真に心豊かに生きる考え方と方法がわかる、40歳に達したら必読の書です。

A4判　240ページ　定価1,800円+税

ISDN978-4-9908077-1-9 C0036 ¥1800

本書の構成

第1科目　超高齢社会の展望と人生100年時代の生き方
・少子高齢化の急速な進展と課題、ほか全４章

第2科目　健康生きがいづくりアドバイザーの使命と役割
・健康生きがいづくりアドバイザーの活動、ほか全４章

第3科目　人生100年時代の健康づくり
・中高年と身体的・精神的・社会的健康、ほか全７章

第4科目　超高齢社会の社会保障
・社会保障の概要と歴史、ほか全４章

第5科目　地域コミュニティ活動と社会貢献
・社会活動への参加とボランティア活動、ほか全３章

第6科目　人生100年時代の家庭経済
・家庭経済プランが必要な背景、ほか全５章

第7科目　人生100年時代の就労
・中高年齢者の生きがい就労等の多角的展開、ほか全５章

地域貢献活動がわかる！見える！

人生は二幕目がおもしろい

健康生きがいづくりアドバイザーの活動紹介（DVD付）

コミュニティサロンの開設、健康体操やウォーキング指導、高齢者の見守り、引きこもり防止、シニアカレッジ講師、就労支援やコミュニティビジネスの提案など、「地域」「健康」「社会参加」「経済」の各分野で活躍するアドバイザーの活動を紹介。これから地域活動を始めようとする方に最適のモデル活動紹介冊子です。

A4判　166ページ　定価：1,200円＋税

ISBN978-4-9908077-0-2 C0036 ¥1200E

一般財団法人　健康・生きがい開発財団
☎ 03-3818-1451／FAX03-3818-3725　http://www.ikigai-zaidan.or.jp

ファックス番号→03-3818-3725

http://www.ikigai-zaidan.or.jp

申込書

個人情報の取り扱いに同意し、下記のとおり申し込みます。（太線の枠内をご記入ください）

お申込日：　　年　　月　　日

フリガナ			
ご名称 （お名前）			
部署名		ご担当者名	
ご住所	－ 		
電話番号		FAX番号	

コード	図　書　名	区分	部数	定価（税別）
	人生100年時代の新ステージへ ～人の“つながり”で健康・社会参加・生きがいづくり～		部	1,800円
	人生は二幕目がおもしろい（DVD 付）		部	1,200円

●送料は実費となります。

●請求書類、郵便振替票は、商品に同封してお届けします。郵便振替票にて、郵便局でお支払いください。

●発送後の乱丁・落丁本以外の返品、交換はご容赦願います。ご確認のうえお申し込みください。

収集いたしましたお客様の個人情報は厳重に管理させていただきます。お客様の個人情報はご注文の商品の発送および請求事務に使用いたします。また、関連するアフターサービス、新商品のご案内など事業活動に使用させていただくことがございます。お客様の個人情報の第3者提供は行いませんが、発送および代金の回収について業務委託することがございます。
お客様にはご本人の個人情報について開示を求める権利および開示の結果、誤りがあった場合の訂正・削除を要求する権利がございます。個人情報に関するお問い合わせ・当該権利の要求等は財団までご連絡ください。
財団はお客様の任意性に基づき個人情報を収集いたしますが、個人情報を頂けないとお取り引きができない場合がございますのでご了承ください。

◆新刊図書等のご案内目的で、お客様の情報を使用させていただくことがございますが、ご案内などがご不要の場合は、下記の□印にチェックをお入れください。

□今後の図書案内の送付を希望しません。

〈お申込み先〉 一般財団法人　健康・生きがい開発財団　http://www.ikigai-zaidan.or.jp
〒112-0002　東京都文京区小石川5-2-2　わかさビル4F　☎ 03-3818-1451 FAX 03-3818-3725