



# シニアライフを味わうひけつ☆



## 福島県男女共生センター図書室

請求記号	書名	著者など	出版社	出版年
1202 オ	老いのレッスン 品格のある12人の日本人	松原泰道 ほか	佼成出版社	2008
1202 カ	なぜ、はたらくのか 94歳・女性理容師の遺言	加藤寿賀	主婦の友社	2010
1202 ニ	明日もある。あさってもある！ 84歳のラジオパーソナリティ	二宮チエ	イースト・プレス	2012
2110 ウ	悩むヒマありや、動きなさいよ！ 死ぬまで現役、90歳！！	内海桂子	牧野出版	2012
2110 オ	尾島春夫 魂の生き方	尾島春夫	南々社	2018
2110 キ	75年目のラブレター	貴島テル子	朝日新聞出版	2013
2110 キ	定年女子 これからの仕事、生活、やりたいこと	岸本裕紀子	集英社	2015
2110 ギ	ぎん言 ぎんさんが娘4姉妹に遺した名言	ぎんさんの娘4姉妹	小学館	2012
2110 サ	好奇心ガール、いま97歳 現役写真家が語るしあわせな長生きのヒント	笹本恒子	小学館	2011
2110 サ	気がつけば、終着駅	佐藤愛子	中央公論新社	2019
2110 シ	年齢は捨てなさい	下重暁子	幻冬舎	2019
2110 セ	笑って生ききる	瀬戸内寂聴	中央公論新社	2020
2110 セ	人はいくつになっても、美しい	ダフネ・セルフ	幻冬舎	2016
2110 ソ	老いの冒険 人生でもっとも自由な時間の過ごし方	曾野綾子	興陽館	2015
2110 タ	老いと学びの極意 団塊世代の人生ノート	武田鉄矢	文藝春秋	2020
2110 ナ	70代三人娘、元気の秘訣	俵萌子 ほか	講談社	2007
2110 ハ	人生後半戦、これでいいの	萩本欽一	ポプラ社	2019
2110 ヒ	生きていくあなたへ 105歳どうしても遺したかった言葉	日野原重明	幻冬舎	2017
2110 ヨ	人間、最後はひとり。	吉沢久子	さくら舎	2014
2202 タ	92歳総務課長の教え 世界一仕事が楽しくなる！	玉置泰子	ダイヤモンド社	2022
3103 オ	シニアシングルズ 女たちの知恵と縁	大矢さよ子 // 編	大月書店	2018
3103 ヨ	恐くないシングルの老後	吉廣紀代子	朝日新聞社	2007

請求記号	書名	著者など	出版社	出版年
3206 ソ	祖父母手帳 孫育てでもう悩まない！祖父母&親世代の常識ってこんなにちがう？	森戸やすみ // 監修	日本文芸社	2017
3206 タ	親がやったら、あかん！ 80歳”おばちゃん”の野球チームに学ぶ、奇跡の子育て	棚原安子	集英社	2020
4101 ア	60代の生き方・働き方 第二の人生を楽しむ心得帖	阿部絢子	大和書房	2015
4101 イ	102歳、一人暮らし。 哲代おばあちゃんの心も体もさびない生き方	石井哲代 ほか	文藝春秋	2023
4101 エ	男のおばあさん 楽しく年をとる方法	永六輔	大和書房	2013
4101 オ	なんとめでたいご臨終	小笠原文雄	小学館	2017
4101 カ	75歳、交通誘導員まだまだ引退できません	柏耕一	河出書房新社	2022
4101 カ	女性の「定年後」 何をして、何をしないか	香山リカ	大和書房	2018
4101 カ	老後と介護を劇的に変える食事術 食べてしゃべって、肺炎、虚弱、認知症を防ぐ	川口美喜子	晶文社	2018
4101 コ	近藤勝重流 老いの抜け道	近藤勝重	幻冬舎	2020
4101 シ	気がつけばドッキョロージン ハッピーシングルライフ	澁澤幸子	じゃこめてい出版	2010
4101 シ	106歳を越えて、私がいま伝えたいこと 今からでも遅くはない 禍を試練と受け止めて	昇地三郎	こう書房	2012
4101 タ	孤独をたのしむ本 100のわたしの方法	田村セツコ	興陽館	2018
4101 バ	70歳のたしなみ	坂東真理子	小学館	2019
4101 ヒ	死ぬまで上機嫌。	弘兼憲史	ダイヤモンド社	2020
4101 マ	障害者支援員もやもや日記 当年78歳、今日も夜勤で、施設見回ります	松本孝夫	三五館シンシャ	2023
4101 ヤ	マンガ ぼけ日和	矢部太郎	かんき出版	2023
4201 ス	素敵な人のシングルライフ 自分の時間がやっとできた わたしの心豊かな暮らし		宝島社	2020
4203 ヒ	いのち愛しむ、人生キッチン 92歳の現役料理家・タミ先生のみつけた幸福術	桧山タミ	文藝春秋	2017
5104 ヨ	養老先生、病院へ行く	養老孟司	エクスナレッジ	2021
5104 ヨ	養老先生、再び病院へ行く	養老孟司	エクスナレッジ	2023
5105 オ	シニアのための口腔ケア いつでもどこでもブクブクうがい	岡田弥生	梨の木舎	2018
6102 キ	またね。 木内みどりの「発熱中！」	木内みどり	岩波書店	2020
6102 ハ	一橋桐子(76)の犯罪日記	原田ひ香	徳間書店	2022
6102 ヒ	ここが終の住処かもね	久田恵	潮出版社	2022
6107 マ	OVER60 StreetSnap いくつになっても憧れの女性	MASA&MARI	主婦の友社	2014

※ほかにも多数ございますので、ぜひご利用ください。



(図書リスト②)