

60代からの充実した人生のために

～人生の知恵を持っている世代だからこそできること～

請求番号: 無印はフォーラム、南はフォーラム南太田、北はアートフォーラムあざみ野所蔵です。どの本も3館で貸し出しできます。

★60代からの働く

2017年6月

書名	著・编者名	出版社	出版年	請求番号
新戦力！働こう年金族 シニアの元気がニッポンを支える	原忠男／編著 中本繁実／監修	日本地域社会 研究所	2016	B223シ (南)
定年後も働く！勝ち組アルバイト	55+ライフデザイン室	KADOKAWA	2016	仕1 B15テ
60代の得する「働き方」ガイド “もらえるお金”をとりこぼさない！ 年金・給与・給付金どうもらう？	酒井富士子著 池田直子／監修	近代セールス社	2016	B223口 (北)
65歳で月収4万円。年金をもらいながらちょこっと稼ぐコツ	阿部絢子	KADOKAWA	2016	B223口 (南・北)
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	B15口 (南・北)
挑戦しよう！定年・シニア起業	岩本弘	カナリアコミュニ ケーションズ	2015	B24チ (北)
定年女子 これからの仕事、生活、やりたいこと Around60	岸本裕紀子	集英社	2015	B15テ
60歳までに知らないといけない定年再雇用の現実	榎本雅一	KADOKAWA	2014	B214口 (南)
片桐実央の実践！ゆる起業 シニア起業の成功書	片桐実央	同友館	2014	B24カ
55歳から65歳で始める「ちょっといい仕事」100	—	講談社	2012	B22ゴ (北)
私はやった、あなたもできる！ 定年後に働く、うれしい毎日	上田研二	WAVE出版	2012	B15ワ
美婆伝 90歳を超えても美しく働き続ける11人の物語	土本真紀	講談社	2012	B15ビ
65歳にそなえて「稼ぎと生きがい」を見つける本	林弘明・加藤正昭・ 中島牧子	週刊住宅新聞社	2012	B15口 (北)
女、一生の働き方 貧乏ばあさんから働くハッピーばあさんへ	樋口恵子	海竜社	2010	B22オ

★60代からの地域貢献

定年後年金プラス、ひとの役に立つ働き方	杉山由美子	朝日新聞出版	2014	B223テ
頑張って生きよう！ご同輩 定年退職した男たち	高齢社会NGO連携協議会	博文館新社	2012	B15ガ
シニア・女性の力は地域防災にもっともっと生かされます	フォーラム南太田	(公財)横浜市男女共 同参画推進協会	2013	GA355
退職シニアと社会参加	片桐恵子	東京大学出版会	2012	B15タ
子ども食堂をつくろう！ 人がつながる地域の居場所づくり	豊島子どもWAKUWAK Uネットワーク	明石書店	2016	A381コ
妻が遺した一枚のレシビ	山田和夫	青志社	2015	E22ツ
ボランティアコーディネーションカ	日本ボランティアコー ディネーター協会	中央法規出版	2015	E22ボ (北)
世の中を良くして自分も幸福になれる「寄付」のすすめ	近藤由美	東洋経済新報社	2014	E22キ
オリンピックボランティアになるための本	市居愛	インプレスジャ パン	2014	E22オ (北)
傾聴ボランティア体験記	ホールファミリーケア協 会	三省堂	2013	E22ケ (北)
ボランティアまるごとガイド 参加のしかた・活動のすべて	安藤雄太／監修	ミネルヴァ書房	2012	E22ボ (北)

60代からの充実した人生のために

～人生の知恵を持っている世代だからこそできること～

請求番号: 無印はフォーラム、南はフォーラム南太田、北はアートフォーラムあざみ野所蔵です。どの本も3館で貸し出しできます。

★60代から始めるチャレンジ

書名	著・编者名	出版社	出版年	請求番号
50歳からはじめる山歩きの教科書 アクティブな50代・60代・70代を応援!	石田弘行	滋慶出版 つちや書店	2016	D254ゴ (北)
50歳からはじめるハイキングの教科書 アクティブな50代・60代・70代を応援!	土屋書店編集部	滋慶出版 つちや書店	2016	D254ゴ (南)
精神科医が教える人生をもっと楽しむ「老後の学び術」	保坂隆	PHP研究所	2016	B15セ (南)
欽ちゃんの、ボクはボケない大学生。73歳からの挑戦	萩本欽一	文藝春秋	2016	B15キ (南)
働きながら60歳で慶應義塾大学を卒業した私の生涯学習法	大森静代	合同フォレスト	2015	仕13 B15ハ
男のええ加減料理 60歳からの超入門書	石蔵文信	講談社	2014	D143オ
60歳からのフェイスブック 今からはじめるソーシャルライフ	今陽子	マイナビ出版	2012	E12ロ (南)

★60代プラスのすてきな人たち

定年するあなたへ 会社を離れて10年たったからこそわかったこと	佐々木常夫	サンマーク出版	2016	B15テ (南)
人生の終いじたく まさかの、延長戦!?	中村メイコ	青春出版社	2017	B15ジ
おじいとおばあへの沖縄ロックンロール	武藤新二	ポプラ社	2016	B15オ
傘寿まり子	おざわゆき	講談社	2016	オM
60代からもっと人生を楽しむ人、ムダに生きる人	『PHP』編集部	PHP研究所	2016	B15ロ (南)
70歳! 人と社会の老いの作法	五木寛之・釈徹宗	文藝春秋	2016	C27シ (北)
歳をとるのは面白い 70代、80代も豊かに生きられる人、つまらなくなる人。	『PHP』編集部	PHP研究所	2016	B15ト (南)
98歳。心して「一人」を楽しく生きる	吉沢久子	海竜社	2016	B15ク (南)
おばあちゃんはファッションモデル	森千波 渡久地恵美子	飛鳥新社	2016	B15オ (北)
人はいくつになっても、美しい	ダフネ・セルフ	幻冬舎	2016	B15ヒ (南)
カワイイおばあさんの「ひらめきノート」	田村セツコ	洋泉社	2016	B15カ
いくつになっても「転がる石」で 80歳のケセラセラ。	小林照子	講談社	2015	B15イ
60歳からしておきたいこと	坂東眞理子	世界文化社	2014	B15ロ
ほんとうに70代は面白い	桐島洋子	海竜社	2014	B15ホ (南)
86歳プロガーの毎日がハッピー 毎日が宝物	繁野美和	幻冬舎	2014	B15ハ
気づいたら100歳、だがね	ぎんさんの娘4姉妹	小学館	2013	B15キ (南)
ステイヤングロジーで人生は輝く!	福原義春/編著	マガジンハウス	2010	B11ス

60代からの充実した人生のために

～人生の知恵を持っている世代だからこそできること～

請求番号: 無印はフォーラム、南はフォーラム南太田、北はアートフォーラムあざみ野所蔵です。どの本も3館で貸し出しできます。

★60代からの美容・ファッション

書名	著・編者名	出版社	出版年	請求番号
美しく暮らすおしゃれのヒント 人生、いつだってスタートライン	松本洋子	朝日新聞出版	2016	B15ウ (南)
60代、70代のアイテム別着こなしレシピ	佐藤恵子	ブティック社	2016	D131口
北欧で見つけた人生を楽しむ素敵なしの装い Over 60 Fashion Snap	Nordic Madam Style	宝島社	2016	D131ホ (北)
作って着回す60代から着たい服	—	ブティック社	2016	D132ツ
Around 60パリジェンヌ・スタイル	ジュウ・ドウ・ポウム	主婦の友社	2015	B15ア (北)
OVER60 Street Snap いくつになっても憧れの女性	MASA&MARI	主婦の友社	2014	D131オ (北)
G. G style book グランド・ジェネレーション時代。	—	マガジンハウス	2013	B15ジ (南)

★60代からの健康

座ってできる！シニアヨガ	山田いずみ	講談社	2016	C313ス (南)
91歳、現役料理家の命のレシピ 食は生きる力	城戸崎愛	マガジンハウス	2016	D143ク
シニアのラクラク1人分健康ごはん おいしいから何度も作りたくなる！	高城順子	学研プラス	2014	D143シ (南)
食べると暮らしの健康の基本	たなかれいこ	mille books	2013	C313タ (南)
年金生活を健康に過ごす本	—	主婦の友社	2012	A352ネ (南)

★60代からのお金・生活

オンナひとりでもどうにか生きていけるっばい！ 定年一年生の教科書	東園子	KADOKAWA	2016	B16オ
70歳からの住まい選び「健康」と「生きがい」を両立する	小山健	幻冬舎メディアコンサルティング	2017	D15シ
図解知らないとソンをする！定年後のお金	畠中雅子／監修	学研プラス	2016	D121ズ (北)
セックス・アンド・ザ・シックスティーズ フランス人に学ぶいつまでも素敵な男女生活の秘訣	マリー・ド・エヌゼル	エクスナレッジ	2016	B15セ
シニアのなっとく家計学 老後のお金はこれで足りる！	梅本正樹	水曜社	2016	D121シ (南)
荻原博子のどんと来い、老後！ 年金、医療、介護、相続…お金の心配、すべて解決！ 相続なんか気にするな！ 老後をもっと豊かにする「お金の生かし方」	荻原博子	毎日新聞出版	2015	D121オ
終の二択 定年からの取捨選択術	紀平正幸	ワニブックス	2014	B15ツ
定年が見えてきた女性たちへ 自由に生きる「リ・スタート力」のヒント	野村浩子	WAVE出版	2014	B22テ
60代、今が一番、シングルライフ 春夏秋冬暮らしのアイデアBOOK	谷島せい子	講談社	2014	B15口 (北)
60歳からの「シンプルな家事」私の方法	阿部絢子	三笠書房	2014	D112口 (南)
熟女は薄化粧 年齢を味方につける大人の生き方	伊藤緋紗子	講談社	2014	B15ジ (南)
一〇〇歳まで安心して暮らす生活設計 60歳以降の生活を「見える化」して、お金と住まいを考える	藤村紀美子 鈴木暁子	有楽出版社	2013	B15ヒ (南)
定年退職セラピー	テッド・オニール	サンパウロ	2012	B15テ
60歳からの上手な生き方 思い残すことなく生きるコツ	松原惇子	海竜社	2012	B15口