

これがオススメ！ 118冊 「シニアライフ」資料リスト

平成27年10月4日 北海道立図書館

道立図書館で所蔵している人気のおすすめ資料をご紹介します。

☆ <請求記号>には日本十進分類法による道立図書館の分類番号が記されています。

番号の頭に「S」が付いているものは新書資料を表しています。

今回ご紹介する資料にはそれぞれ分類番号が付いていますが、図書館では同じ傾向の内容をもっている資料には同じ分類番号が割り振られていますので、同じ分類番号を持った他の資料もぜひご覧になることをお勧めします。

☆ <「シニアライフ」リスト>に取り上げられている分類番号は次のとおり。

320.4	法律
338.12	金利. 利子. 利回
338.18	利殖
364	社会保障
364.3	社会保険
364.6	国民年金. 厚生年金. 共済年金
366.21	労働力. 雇用. 労働市場
366.46	退職金. 企業年金. 定年制
367.7	老人. 老人問題
367.75	独居老人. 老人世帯 (2008年以前の受入資料では「367.9」の場合があります)
367.9	(2008年以前の受入資料では「367.9」と同じ)
369.08	社会福祉
591	家庭経済・経営(「591.04」は591の論集あるいは案内的な内容のもの)
591.8	家計. 家計簿記 (2008年以前の受入資料では「591.9」の場合があります)

1 知って得する定年講座 セカンドライフ準備 101 のQ&A 加藤/美香保,ほか著

東京 秀和システム 2005.12 255p 21cm

資料番号 1108523471 請求記号 320.4/SH

【内容紹介】定年制度や退職金、年金・保険・税金について、定年後の生活や離婚・再婚・相続の問題など、定年を迎えるお父さんのあらゆる疑問に、弁護士である娘・法子がやさしく、わかりやすくQ&A形式で解説します。

- 2 **お金は銀行に預けるな 金融リテラシーの基本と実践** 勝間/和代著
東京 光文社 2007.11 230p 18cm (光文社新書) 1109122687 S338.12/O
【内容紹介】自分のお金は自分でコントロールする。年金不安、所得格差が進むなか、私たちが身につけなければならない“能力”とは？家計の将来に備え、自分の安心を買い、生活をよりよくするために必要な考え方とノウハウを伝授する。
- 3 **なぜ女性は老後資金を準備できないか 40 歳からの「経済的安心」を手にする投資勉強法** 野尻/哲史[著]
東京 講談社 2009.9 185p 18cm (講談社+α新書) 1110885751 S338.18/NA
【内容紹介】60 歳までの定額積立と 60 歳からの定率引き出しを!「おひとりさま」でも困らない「5 つの知恵」を伝授する。年金不信時代に妻の生活と安心を守るための「マネーマネジメント」入門。
- 4 **「定年」前後の手続きと生活プラン これだけ知っておけば大丈夫 2012**
東京 日本実業出版社 2012.1 154p 28cm (エスカルゴムック)
1110946777 364.3/TE/H24
【内容紹介】年金・雇用保険・健康保険・税金親切ガイドをはじめ、他人に聞けない年金の疑問 Q&A、資金計画・ライフプラン・生命保険・再就職の準備まで、定年前後の手続きやマネープランをやさしく解説。
- 5 **あなたの年金がすべてわかる 2011 年版**
西村/利孝監修 自由国民社法律書編集部編集 生活と法律研究所編集
東京 自由国民社 2010.7 96p 29cm (Jiyu Kokumin LifePlan Series)
(人生設計応援 mook) 1110079397 364.6/A/H23
【内容紹介】知っておきたい年金の基礎知識をスッキリ解説。損をしない・賢い年金の受給法、年金あれこれ質問箱、年金で困ったときの相談先など、知りたい情報と手続きがズバリわかる年金ガイド。
- 6 **はじめて手続きする人にもよくわかる障害年金の知識と請求手続ハンドブック** 高橋/裕典共著 小嶋/俊裕共著
東京 日本法令 2012.6 365p 26cm 1111198709 364.6/HA
【内容紹介】障害年金制度、関連他制度の基礎知識をコンパクトに整理し、具体的な手続きの流れを時系列に沿って解説。申請書類一式の記載例とそれに対する等級認定も 8 事例分例示する。
- 7 **遺族年金相談実務ハンドブック あらゆる相談に対応できる!** 石渡/登志喜著
東京 日本法令 2011.3 10, 321p 21cm 1110060389 364.6/I
【内容紹介】遺族年金の原則的な仕組み、各種通達、様式記入例、社会保険審査会裁決、最高裁判決などを記載、解説。答え方がひと目でわかる、68 パターンの相談事例も Q&A 方式で収録する。
- 8 **公的年金ガイドブック 2010 年度版** 原/佳奈子著 金融財政事情研究会ファイナンシャル・プランニング技能士センター編著
東京 金融財政事情研究会 東京 きんざい(発売) 2010.6 8, 180p 21cm
1109964286 364.6/KO/H22
【内容紹介】公的年金制度の目的と体系から、国民年金・厚生年金保険の仕組み、遺族給付・障害給付、公的年金の税制まで、公的年金の主要な知識が無理なく身につくよう、コンパクトに解説したガイドブック。

- 9 **年金不安の時代に必要な知識と手間** 磯村/元史[著]
 東京 岩波書店 2007.10 69p 21cm (岩波ブックレット No.711)
 1108925437 364.6/NE
 【内容紹介】年金制度への不信・不安が噴出する現在、役所任せにしては自分の生活は守れない。自分の年金を自分で守り、老後の準備を早めに行えるよう、「年金不安の時代に必要な、少々の知識と少々の手間」に重点を置いて説明する。
- 10 **年金と子ども手当** 高山/憲之著
 東京 岩波書店 2010.3 15, 127p 21cm (一橋大学経済研究叢書 57)
 1109754513 364.6/NE
 【内容紹介】「日本の年金水準は下げていくはずだったのに、デフレ下で逆に上昇し続けている」「子ども手当の導入で利益が多いのは、共稼ぎ世帯よりも専業主婦世帯である」など、年金と子ども手当にまつわる真実を明らかにする。
- 11 **年金のことならこの1冊** 原/智徳,桶谷/浩共著 生活と法律研究所編集 改訂2版
 東京 自由国民社 2010.11 223p 21cm (はじめの一步)
 1110485800 364.6/NE
 【内容紹介】国民年金・厚生年金・共済年金への加入と保障、老齢基礎年金・障害年金・遺族年金の受給法など、豊富な図や計算式とともに年金問題のポイントをわかりやすく解説。また、年金の各種手続と書式についても触れる。
- 12 **ねんきんガイド 見てわかる年金A to Z** 2011年8月改訂
 東京 生命保険文化センター [2011] 71p 26cm 1111143846 364.6/NE
- 13 **年金1年生「思い込み」で、もらい損をするのはあなたかもしれません!** 菅野/美和子著
 東京 主婦の友社 2011 144p 21cm (主婦の友ベストBOOKs) 1110089206 364.6/NE
 【内容紹介】年金は早くもらうと損をする? 定年後も働くともらえる年金は下がる? 定年を1年後にひかえたサラリーマン夫婦の物語を通して年金の仕組みを紹介。誰もがつまづく年金の疑問を誰にでも分かる言葉で解説します。
- 14 **年金制度が破綻しないことがよくわかる年金Q&A** 増田/雅暢,畑/満著
 東京 オフィスTM 東京 TAC株式会社出版事業部(発売) 2012.9 198p 19cm
 1111165211 364.6/NE
 【内容紹介】高齢化が進むと年金制度は崩壊するのでは? 「官民格差」はおかしいのでは? 世の中に蔓延している公的年金に対する誤解や「とんでも理論」に対して、1問1答方式で、わかりやすく解説する。
- 15 **年金格差とアベノミクス マクロ経済スライドの問題と対策** 河村/健吉著
 京都 かもがわ出版 2015.7 122p 21cm 1111880843 364.6/NE
 【内容紹介】年金改悪を阻止する運動のために、公的年金「改革」の問題点をやさしくまとめたガイドブック。年金の財政検証と雇用の変化を分析し、安倍政権の給付削減を回避する道を考察する。
- 16 **年金積立金の運用に関する世論調査 平成22年10月調査**
 [東京] 内閣府大臣官房政府広報室 2010 124p 30cm (世論調査報告書)
 1110083738 364.6/NE/H22

- 17 **年金計算トレーニング BOOK 平成 22 年度** 音川/敏枝著
東京 ビジネス教育出版社 2010.6 237p 21cm 1109887883 364.6/NE/H22
【内容紹介】豊かに暮らすために欠かせない公的年金だが、意外と正しく理解されていない。Q&A 方式の事例を多数収録し、改正によって複雑さを増した公的年金の仕組みを、年金額を計算しながら理解できるように解説。
- 18 **日本の年金** 駒村/康平著
東京 岩波書店 2014.9 3,259,5p 18cm (岩波新書) 1111744254 S364.6/NI
【内容紹介】少子高齢化が急激に進んでいる日本で、年金制度はどうなっていくのだろうか。国民・基礎年金、厚生年金の現状、近年の年金見直しを解説し、喫緊の課題を明らかにすると同時に、年金の役割や社会保障制度のこれからを考える。
- 19 **日本の年金政策 負担と給付・その構造と機能** 井口/直樹著
京都 ミネルヴァ書房 2010.5 14, 199p 22cm 1109878577 364.6/NI
【内容紹介】年金制度の骨格部分を掴むことができるように、危惧される公的年金財政、巨額な年金積立金の運用、複雑化する私的年金制度など、近年、特に関心の集まっているポイントを押さえつつ、体系的な解説を展開する。
- 20 **日本公的年金政策史 1875～2009** 矢野/聡著
京都 ミネルヴァ書房 2012.1 24, 573, 8p 22cm 1111144828 364.6/NI
【内容紹介】昭和の時代から 2009 年まで、およそ 70 年にわたる日本の公的年金制度の成立とその政策遂行の変化の過程を分析。公的年金を総合的かつ体系的に通史として捉える。
- 21 **パターン別老齢年金の繰上げ・繰下げ徹底解説** 高木/隆司著
東京 日本法令 2011.7 131p 26cm 1110442264 364.6/P
【内容紹介】年金相談にたずさわる人に向けて、受給権者の生年度に応じた老齢年金の繰上げ・繰下げ受給をやさしく解説する。豊富な図表、計算式でわかりやすい。メモ欄あり。
- 22 **60 歳からの年金・健保・雇用保険・税金の判断基準** 渋谷/康雄著 改訂版
東京 日本法令 2011.5 402p 19cm 1110437835 364.6/R
【内容紹介】ジレンマの多い 60 歳代前半と、自由度が高くなる 60 歳代後半の人、それぞれの「辞め方・働き方」を選択・判断するための情報と、社会保険関係の手続きの詳細を具体的に紹介する。平成 23 年 4 月 1 日現在の法令に基づく。
- 23 **鈴木さんちの遺族年金物語 一家の大黒柱を亡くしたときに読む本** 宇代/謙治ほか共著
東京 日本法令 2015.7 246p 19cm 1111880850 364.6/SU
【内容紹介】一家の大黒柱を亡くしたときに遺族年金という所得保障を得るには、様々なパターンがある。遺族年金について、受給までの流れをストーリー形式でわかりやすく解説。複雑な年金請求書の書き方等も事例ベースで豊富に掲載する。
- 24 **すぐに役立つ徹底理解年金のしくみと活用マニュアル** 石丸/喜博編著
東京 三修社 2010.5 239p 21cm 1109868347 364.6/SU
【内容紹介】老齢年金から障害年金・遺族年金まで、理解しにくい年金制度のツボを、年金コンサルティングのプロが解説。「スライド」などのわかりづらいポイント、遺族年金と生命保険の関係、企業年金のしくみ等にも触れる。

- 25 **トクをする年金と保険 2011年版** まるごと一冊超入門ガイド 秤屋/昭久監修
 東京 主婦と生活社 2010.4 112p 26cm (別冊主婦と生活)
 1109759009 364.6/TO/H23
 【内容紹介】民主党政権で年金制度はどうか? 「保険料は上がるのか」「将来も年金はもらえるのか」などの疑問に答える。ほか、定年前後の手続き完全ガイド、失業給付のもらい方&使い方などを収録。書き込みシート付き。
- 26 **わかりやすい年金 見る・読む・知る** 服部/营造著 山川/直人絵 改訂9版
 東京 自由国民社 2010.8 222p 21cm (イラスト六法) 1110485925 364.6/W
 【内容紹介】国民・厚生・共済各年金の加入から受給までのしくみ、もらい忘れ年金のチェック、自分の年金額の計算など、年金手続きのすべてをイラストを多用しわかりやすく解説。巻頭で「ねんきん定期便」を特集する。
- 27 **図解式年金計算問題集 図解で解き進める 老齢年金編** 倉橋/宏明著
 大阪 パレード 東京 星雲社(発売) 2014.2 427p 21cm (Parade BOOKs)
 1111717466 364.6/Z
 【内容紹介】老齢年金の「年金計算」を本格的に学習できる問題集。「受給資格期間の考察」「平均標準報酬額の算出」など、基本レベル全19問、応用レベル全26問を収録。図を用いて解答を解説する。
- 28 **図解よくわかる! すぐわかる! 年金Q&A 国民年金 厚生年金 遺族年金 障害年金 離婚時の年金 平成22年度版** 田中/章二著
 東京 清文社 2010.5 265p 21cm 1109959088 364.6/Z/H22
 【内容紹介】年金のしくみ、受給要件、請求手続、有利な受給方法など、複雑な年金制度をQ&A形式でわかりやすく図解。生年月日別年金計算早見表等の資料や、年金用語のミニ解説も掲載。
- 29 **<図解>よくわかる! すぐわかる! 年金Q&A 国民年金 厚生年金 遺族年金 障害年金 離婚時の年金 平成23年度版** 田中/章二著
 東京 清文社 2011.5 265p 21cm 1110063698 364.6/Z/H23
 【内容紹介】年金のしくみ、受給要件、請求手続、有利な受給方法など、複雑な年金制度をQ&A形式でわかりやすく図解。生年月日別年金計算早見表等の資料や、年金用語のミニ解説も掲載。
- 30 **図表でみる世界の年金 OECDインディケーター 2013年版** OECD 編著 岡部/史哉訳
 東京 明石書店 2015.5 426p 27cm 1111833057 364.6/Z/H25
 【内容紹介】近年の年金改革とその影響などに関する特集を掲載するほか、年金制度のデザイン、将来年金額の予想、人口・経済情勢といった年金政策に関する包括的な指標を提示。OECD加盟国とG20諸国の年金制度の概要も紹介する。
- 31 **見えざる革命 年金が経済を支配する 新訳** P.F.ドラッカー著 上田/惇生訳
 ダイヤモンド社 1996.11 276p 19cm (ドラッカー選書) 1105297350 364/MI
 【内容紹介】「今夜の準備を今しなければならぬ。もう間に合わない。」高齢化社会を迎えたわれわれに何ができるか? 年金社会の出現と、人口構造の大変化の意味を鋭く論じた問題提起の書。

- 32 **実戦・定年退職準備 すぐに役立つ実戦的退職者マニュアル** 秤屋/昭久著 改訂
東京 社会保険広報社 1996.9 330p 21cm 1105193187 366.46/J
- 33 **企業年金が危ない！** 李/洪茂[著] 小笠原/義秀[著]
東京 講談社 2009.4 221p 18cm (講談社+α新書) 1110754213 S366.46/KI
【内容紹介】誰も指摘しない「年金数理人制度」の欠陥とは？ 制度そのものの変更という大きな変革期にあって、企業の年金財政の不備が一気に露呈している。早稲田大学の年金「不正」問題を事例に、企業年金制度とその問題点を解説する。
- 34 **企業年金再生 老齡大国を襲う危機の構図と生き残りの方策** 永森/秀和著
東京 日本経済新聞出版社 2011.9 10, 258p 20cm 1110900923 366.46/KI
【内容紹介】「資産運用失敗」「給付減額」のリスクにどう立ち向かうか。老後の安心の鍵を握る企業年金の実態と展望を、複雑な制度にも精通するジャーナリストが解説する。
- 35 **年金倒産 企業を脅かす「もう一つの年金問題」** 宮原/英臣著
東京 コギトスム 東京 プレジデント社(発売) 2011.11 221p 19cm
1110908009 366.46/NE
【内容紹介】厚生年金基金は、なぜ破滅へと突き進むことになったのか。企業を脅かす「もう一つの年金問題」の深層と解決の道を示す。厚生年金基金の財政状況が一目でわかる綴じ込み付録「基金赤字診断マップ」付き。
- 36 **ちょっと早めの老い支度** 岸本/葉子著 東京 オレンジページ 2012.10 190p 19cm (ORANGE PAGE BOOKS) 1111231773 367.7/C
【内容紹介】モノと収納、住まいと家事、健康と食、人付き合い…。老後の“少し手前”にいる著者が、どんなとき老いを意識し、どんな心づもりをしようと考えたかを綴る。産婦人科医、ファイナンシャル・プランナーとの対談も収録。
- 37 **ちょっと早めの老い支度 続** 岸本/葉子著
東京 オレンジページ 2015.4 190p 19cm (ORANGE PAGE BOOKS)
1111628267 367.7/C/2
【内容紹介】老いてみないとわからない日常生活の中で現れるこまごました小さな変化。岸本葉子が、そんな小さな変化に対する工夫や受け止め方、心の持ちようなどを記す。ファイナンシャル・プランナーとの対談も収録。
- 38 **誰も教えてくれなかった！ 月 15 万円「年金」の使い方と運用 100 のコツ 定年をむかえた初心者のために** 山本/節子著
東京 主婦の友社 2012.3 191p 19cm 1110915418 367.7/D
【内容紹介】定年をむかえた年金初心者に向けて、年金マネーライフの指針をアドバイス。年金生活の暮らし方のコツ、運用のコツ、保険のコツ、充実人生のコツを紹介する。
- 39 **ふたり老後もこれで幸せ ふたりでひとつの暮らしです。** 辻川/覚志著
東京 水曜社 2014.8 186p 19cm 1111733703 367.7/F
【内容紹介】ふたりなら、ふたつの個性があります。不満があるのはあたりまえ。でも、ひとりになるまでは、ふたりなのです。60 歳以上の男女 924 人へのアンケートを参考に、ふたりで過ごす老後を快適に暮らす方法について考えます。

- 40 **50歳からの楽しい楽しい「ひとり時間」 人生、「嬉しいこと」が益々ふえる生き方のヒント** 三津田/富左子著
 東京 三笠書房 2014.6 206p 18cm 1111712665 367.7/G
 【内容紹介】夫を亡くし、ひとり娘を嫁がせて以来、40年余り、ずっとひとり暮らし。計画的に、合理的に「ひとりの時間」を大いに楽しみながら生きてきた。そんな著者が、人生への取り組み方、考え方、生き方を綴る。
- 41 **はじめて読む「老いじたく」の本 エンディングノートにも使える これで安心！老前・老後の準備と手続き** 馬場/敏彰著
 東京 明石書店 2011.9 225p 21cm 1110892229 367.7/HA
 【内容紹介】遺言や相続などの財産管理から、認知症に備えるための権利擁護制度、エンディングノートによる意思表示の仕方、死後事務まで、書式を掲載してわかりやすく解説。一部書き込み式。
- 42 **ひとりの老後は大丈夫？** 吉沢/久子著 岸本/葉子著
 東京 清流出版 2011.3 221p 19cm 1110452461 367.7/HI
 【内容紹介】不安は尽きないけれど、おだやかな老後を迎えたい！ひとり暮らしの達人・吉沢久子と老後の準備を考え始めた岸本葉子が、老いをめぐるあれこれを語り尽くします。高齢者のための住まいなど、お役立ちコラム付き。
- 43 **下流老人 一億総老後崩壊の衝撃** 藤田/孝典著
 東京 朝日新聞出版 2015.6 221p 18cm(朝日新書) 1111841670 S367.7/KA
 【内容紹介】「生活保護基準相当で暮らす高齢者、およびその恐れがある高齢者」である「下流老人」が今、日本に大量に生まれている。下流老人の実状とその社会的な背景、貧困に対する自己防衛策などを提示する。
- 44 **65歳定年制の罨** 岩崎/日出俊著
 東京 ベストセラーズ 2013.3 206p 18cm(ベスト新書) 1111456479 S367.7/R
 【内容紹介】定年後のお金の問題、再就職や起業、社会と関わり続けるための方法と具体的な成功例・失敗例…。日本や外資の金融機関で勤務した体験をもつ著者が、経営コンサルティング活動で得たことを踏まえ、定年後の生き方について綴る。
- 45 **みんな「おひとりさま」** 上野/千鶴子著
 東京 青灯社 2012.10 270p 19cm 1111235683 1111428940 367.7/MI 367.75/MI
 【内容紹介】女の友情、遠距離介護の経験…。自身を語った「婦人公論」掲載のインタビューをはじめ、「おひとりさま」の老いと死をテーマにした講演録、「おひとりさま」のセックスについて語った北原みのり・大川玲子との対談などを収録。
- 46 **「長生き時代」を生きる 老・病・死の不安をどう乗り越えるか** 小澤/利男,加賀/乙彦,落合/恵子著
 東京 集英社 2014.7 214p 19cm 1111726590 367.7/NA
 【内容紹介】超高齢社会を迎えた現代の問題点、現代の高齢者医療に関する不安、親しい人を見送る心…。長年老年医学に取り組んできた小澤利男や、小説家で精神科医の加賀乙彦、作家の落合恵子が、それぞれの立場から存分に語る。

- 47 **70歳を過ぎた親がひとりになったら「その日」のためにあなたが知っておくべきこと** 河合/千恵子
監修
東京 河出書房新社 2014.1 251p 19cm 1111580385 367.7/NA
【内容紹介】高齢の親がひとりになったら、だれが世話をする？同居、別居？病気や事故、犯罪からどう守る？介護費用の負担、相続問題、高齢者住宅・施設の選び方…。さまざまな角度から知っておきたい知識と対策をまとめる。
- 48 **2030年超高齢未来 破綻を防ぐ10のプラン** ジェロントロジーが描く理想の長寿社会 東京大学ジェロントロジー・コンソーシアム著
東京 東洋経済新報社 2012.9 213p 19cm 1111227243 367.7/NI
【内容紹介】日本人の4割が高齢者になる時代がやってくる。5年後、10年後、15年後に向け、具体的に何をどうすればいいのか？東京大学とトップ企業45社による画期的な10の処方箋を示す。
- 49 **老い方上手** 上野/千鶴子ほか著
東京 WAVE出版 2014.12 238p 19cm 1111803464 367.7/O
【内容紹介】お金、介護、終末期医療、在宅ひとり死、葬送スタイル…。老いや死に、当事者の立場に立って取り組んできた著者陣が、「これから」を自分で決めるための知恵を伝授する。
- 50 **男おひとりさま術** 中澤/まゆみ著
東京 法研 2010.6 236p 19cm 1109887701 367.7/O
【内容紹介】知っているといないとでは大違い！男性たちへのアンケートをもとに取材し、男おひとりさまの老後の経済的自立、精神的自立、生活的自立、身体的自立に役立つスキルの数々を紹介。
- 51 **おひとりシニアのよろず人生相談** 樋口/恵子著
東京 主婦の友社 2014.2 190p 19cm (ゆうゆうBOOKS) 1111590913 367.7/O
【内容紹介】ひとり暮らしシニアを襲う盗難、詐欺、親の介護、結婚しない子ども、自分の末期医療、終の住み処、墓…。おひとりシニアのお悩み相談に、自身もおひとりシニアの樋口恵子がやさしく寄り添い、解決します。
- 52 **親が70歳になったら知っておきたい80のこと** 宮崎/牧子著
東京 家の光協会 2011.12 175p 21cm 1110934716 367.7/O
【内容紹介】離れて暮らす老いた親を持つ子どもが知っておきたいこととは？買い物や通院、防犯、事故の予防から、介護、相続、終末期医療、葬式まで、親の老後への具体的な対応を80のトピックにまとめて紹介。
- 53 **「親と子年表」で始める老いの段取り** 水木/楊著
東京 文藝春秋 2012.5 286p 18cm (文春新書) 1111161491 S367.7/O
【内容紹介】病歴、定年後、夫婦の関係、資金…。父母と自分の人生データを重ねると、老いの段取りが見えてくる。日本経済新聞の元記者が自らの体験や見聞をもとに、「親と子年表」の作り方や爽やかに老いる方法などを提案する。

- 54 **老後の生活破綻 身近に潜むリスクと解決策** 西垣/千春著
 東京 中央公論新社 2011.7 6, 200p 18cm (中公新書) 1110442553 S367.7/R
 【内容紹介】認知症、病気、詐欺、事故、子どもの失業。老後の生活にはさまざまなリスクが潜んでいる。苦しむ高齢者を 1 人でも減らすため、また、自分や家族がそうした事態に陥らないために、何が必要なのか。豊富な実例とともに考える。
- 55 **老害 子ども世代は逃れられない** グループわいふ著 佐藤/ゆかり著
 京都 ミネルヴァ書房 2011.9 10, 176p 19cm 1110896675 367.7/R
 【内容紹介】経験・知識・財産、そして人格。時間をかけて個性が強くなった高齢者たちによる「老害」が、すでに多くの家庭を襲っている。もはやよそごとではない「老害」の諸相を、インタビューで得た 8 つのエピソードから描く。
- 56 **老後破産 長寿という悪夢** NHKスペシャル取材班著
 東京 新潮社 2015.7 231p 20cm 1111839872 367.7/R
 【内容紹介】「老後破産」はなぜ起きるのか。その予防策は？ 2014 年 9 月放送の NHK スペシャル「老人漂流社会～“老後破産”の現実～」ベースに、番組で紹介しきれなかった高齢者の現実も含めて描き直したルポ。
- 57 **老後はお金で買えますか？ 14 の実例全てが教訓** 早川/裕子著 新版
 東京 主婦の友社 2010.4 287p 19cm 1109760130 367.7/R
 【内容紹介】「持ち腐れの 20 億円」「田園生活の誤算」「回り持ち介護を支えたもの」など、お金の遣い方ひとつで老後の明暗を分けた実例を掲載。身近な問題でありながら、なかなか表に出てこない重要なお金の問題から老後を考える。
- 58 **60 歳からの生前整理 モノと心の整理の本**
 東京 宝島社 2011.5 111p 26cm (home)(別冊宝島) 1110448220 367.7/R
 【内容紹介】多すぎるモノを整理して、第二の人生をもっとゆたかに！ 子どもの独立、定年といった「人生の節目」にモノ、心、お金を整理する方法をわかりやすく紹介。鳥越俊太郎、中村メイコなどのインタビューも収録。
- 59 **最期まで自分らしく生きる終活のすすめ** 丸山/学著
 東京 同文館出版 2011.10 238p 19cm (Do BOOKS) 1110445713 367.7/SA
 【内容紹介】老後資金、介護・老人ホーム、財産管理、遺言書、尊厳死の宣言書、葬儀・お墓…。気力・体力があるうちに始める「自分始末」の準備の方法を紹介。書き込み式「エンディングノート」も収録。
- 60 **終活の教科書 迷惑をかけない死に方・終わり方の準備** 終活カウンセラー協会監修 クラブツーリズム編
 東京 辰巳出版 2013.8 159p 29cm (タツミムック) 1111511620 367.7/SH
 【内容紹介】モノや思い出・思い出の整理、財産の管理、終末期の意思表示、供養や葬儀のスタイル、遺言書の作成など、人生の最期を自分の理想的なものとするための事前準備を紹介します。相談例や実例データも多数掲載。

- 61 **終活ハンドブック これだけ知っておけば安心！** 本田/桂子監修
東京 PHP 研究所 2011.8 174p 18cm 1110442272 367.7/SH
【内容紹介】お金のこと、葬儀のこと、遺産分けのこと、介護サービスのこと…。自分らしく人生を締めくくるために必要な書類や手続き、お役立ち情報を詳細に解説。
- 62 **知らないと損するシニア割引徹底活用ガイド** 造事務所編
東京 双葉社 2014.12 190p 19cm 1111798441 367.7/SH
【内容紹介】「JR ジパング倶楽部/大人の休日倶楽部」から「大相撲ファミリー/シニア桝席」、さらに「ネットでの株取引」まで、シニア割引・優待サービスを一挙紹介。その活用法を徹底的にガイドする。
- 63 **相続・遺言・葬儀・墓準備の事典 遺された人も安心・納得！ 今から決めておきたい自分の後始末 終の棲家探しから相続・遺言、自分の葬儀・墓選びまで** 黒澤/計男著
東京 法研 2012.1 263p 21cm 1110958574 367.7/SO
【内容紹介】終の棲家探しから、相続・遺言、終末期の医療、親しかった人への挨拶、葬儀・墓選びまで、人生の最終局面を他人任せにせず、自分らしい最期を迎えるための準備の方法を紹介。自分の思いを記す「エンディングノート」付き。
- 64 **退職シニアと社会参加** 片桐/恵子著
東京 東京大学出版会 2012.2 8, 260p 22cm 1111141261 367.7/TA
【内容紹介】主として会社の定年年齢を迎えた後の人たちを指す「退職シニア」の社会参加について、科学的な手法に則って客観的なデータを掘りだし、効用等を考察。さらに、社会参加を容易にする要因あるいは妨げている要因の検討も行う。
- 65 **定年後を豊かに生きる生活設計講座** 森本/幸人著
東京 中央経済社 2012.7 4, 6, 189p 21cm 1111203491 367.7/TE
- 66 **低所得高齢者の生活と尊厳軽視の実態 死にゆきかたを選べない人びと** 大友/芳恵著
京都 法律文化社 2013.5 4, 202p 22cm 1111592083 367.7/TE
【内容紹介】低所得高齢者の生活の実態に着目し、その生活やその先にある死にゆきかたが、「尊厳」の観点から捉えたときどのような課題を示すのかについて研究する。
- 67 **東大がつくった確かな未来視点を持つための高齢社会の教科書 GERONTOLOGY LITERACY TEST OFFICIAL TEXT** 東京大学高齢社会総合研究機構編著
多摩 ベネッセコーポレーション 2013.3 311p 26cm 1111481394 367.7/TO
【内容紹介】第1回「高齢社会検定試験」公式テキスト。東京大学を中心にジェロントロジーに精通した研究者が、超高齢未来の課題、長寿社会の理想の生き方・老い方、年金政策の現状と改革視点などを解説する。
- 68 **トクするオトナ生活のすすめ シニア向け優待&ポイントの徹底活用術** 櫻井/雅英著
松伏町(埼玉県) USE 2014.8 191p 19cm 1111744395 367.7/TO
【内容紹介】シニアには飛行機、鉄道、スーパー、飲食、宿泊、文化施設など、割引優待がいっぱい！シニア向けの優待サービスやポイント、マイルージなどを上手に活用して、シニア生活を「おトク」に楽しむためのノウハウを伝授する。

- 69 **40歳から考えるセカンドライフマニュアル 現役世代の基本書 マネープラン 介護 年金 起業トータルセカンドライフ研究会著**
 東京 労働新聞社 2012.1 195p 26cm 1110961875 367.7/Y
 【内容紹介】40代から考える退職後のマネープランや介護に関する基礎や事例、助成金に加え、公的年金や国内・海外の移住、自然農園など、セカンドライフに関する総合的な情報を紹介。自然災害や事故・事件に関する対応も解説する。
- 70 **孤独死のリアル 結城/康博著**
 東京 講談社 2014.5 209p 18cm (講談社現代新書) 1111758528 S367.75/KO
 【内容紹介】遺体が発見されたらどうなるか？ 孤独死の場合の葬儀は？ 独り暮らしで認知症になったら？ 地方自治体の高齢者福祉担当職を経て研究者になった著者が、経験や現場の本音をふまえて、「孤独死」の現状をありのままに綴る。
- 71 **おひとりさまの終活 自分らしい老後と最後の準備 中澤/まゆみ著**
 東京 三省堂 2011.9 239p 19cm 1110900014 367.75/O
 【内容紹介】「終活」の前の就活情報から、オーダーメイドの「見守り」、介護対策、防災対策、お金、医療、終の住処、葬送まで、自分仕様の“いい日旅立ち”を準備するための知恵を紹介する。
- 72 **おひとりさまの「法律」と「お金」 中澤/まゆみ著 小西/輝子法律監修**
 東京 WAVE出版 2013.12 239p 19cm 1111553812 367.75/O
 【内容紹介】葬儀と相続、離婚、お金、病気、終わり方…。ある日、突然「おひとりさま」になっても、「おひとりさま」のまま年を重ねても、明るく自由に、安心して、生きていくための知恵を紹介します。
- 73 **老人漂流社会 他人事ではない“老後の現実” NHK スペシャル取材班著**
 東京 主婦と生活社 2013.12 235p 20cm 1111507966 367.75/R
 【内容紹介】どうすれば「自分らしい“終の住処”」を見つけ出せるのか。NHK スペシャル「終の住処はどこに 老人漂流社会」では伝えきれなかった「自らの老後を、自らで選ぶ」ということの難しさと大切さについて詳しく伝える。
- 74 **シングルライフの古い支度 そろそろ考えたい 50 の準備 箕輪和秀ほか著**
 東京 実務教育出版 2008.9 221p 21cm 1110705108 367.75/SH
 【内容紹介】老後の生活に不安を抱き始める 40～50代シングルのために、急病への対処、資金、お墓の問題などを網羅。元気なうちに考えておきたい、準備しておきたいセカンドライフへの「セーフティネット読本」。
- 75 **50歳からの1頁読むだけでもっと元気が出る言葉 三津田/富左子著**
 東京 三笠書房 2010.3 181p 19cm 1110084314 367.9/G
- 76 **北海道終活がわかる本 福田/淳一編**
 札幌 北海道新聞社 2015.4 259, 10p 19cm H367.9/HO(北方資料室図書)
 【内容紹介】生前整理やお金との付き合い方、孤立死の防ぎ方、葬儀やお墓の形態、認知症や悪質商法への対処法…。残りの人生をいきいきと過ごす方法を、北海道の地域事情を盛り込んで解説する。『北海道新聞』連載をもとに書籍化。

- 77 **おひとり死 誰にも迷惑をかけない最期を迎えるために** 松原/惇子著
 東京 河出書房新社 2010.10 213p 19cm 1110051321 367.9/0
 【内容紹介】家族がいてもいなくても、誰もが“最期はひとり”の時代に、「孤独死」「無縁死」しないためにはどうするべきか？ ネットワークづくりから終の住処選びまで、安心してひとりで死を迎えるための準備を具体例を交えて紹介する。
- 78 **親が死ぬまでに聞いておきたい 45 のこと** 米山/公啓著
 東京 中経出版 2010.12 158p 19cm 1110080205 367.9/0
 【内容紹介】親せき付き合いや友人関係、どんな介護や延命治療を望むか、預金や借金の有無、理想の葬式や遺品整理、親の意志を示す遺言書…。「聞いておけばよかった」と後悔しないための45のことを著者の実体験を交えてアドバイスする。
- 79 **老後難民 50 代夫婦の生き残り術** 野尻/哲史[著]
 東京 講談社 2010.6 204p 18cm (講談社+α新書) 1110069851 S367.9/R
 【内容紹介】超高齢社会で現在なにが起きているのか、そして近い将来になにが起きようとしているのかを、より具体的に、多くの数字を以て説明。資産運用と地方移住についても言及する。
- 80 **老後に本当はいくら必要か** 津田/倫男[著]
 東京 祥伝社 2010.2 210p 18cm (祥伝社新書) 1109753044 S367.9/R
 【内容紹介】老後の不安が世の中を被い、大金の用意や保険への加入などの情報が飛び交うが、本当に必要なのだろうか。年金プラス月に数万円もあれば十分に自足できることを、さまざまな角度から検証する。
- 81 **老後のカネ老後の生き方心配はいらない！** 津田/倫男著
 東京 講談社 2010.11 215p 19cm 1110078209 367.9/R
 【内容紹介】「定年後には 5000 万円必要」に騙されるな。おカネは確かに必要だが、心配するほど沢山はいらない。おカネより大切な「共感」や「つながり」、そして「社会貢献」に注目し、老後の安心や新しい社会のあり方を考える。
- 82 **退職生活応援団 あなたも会社もこれで安心 退職の際のテキストブック** 本間/邦弘他著 第2版
 東京 労働新聞社 2010.10 175p 26cm 1110052956 367.9/TA
 【内容紹介】定年退職する人に向け、退職の際やセカンドライフについて知っておきたい情報を提供。年金や雇用保険の基本と注意点から、起業の基礎、株式・投資信託・国債や税金、移住・ボランティアといった生き方までを紹介する。
- 83 **定年生活の達人 超図解！どうなる、定年後の手続きから年金・保険まで Q&Aでわかりやすい**
 グループSR編
 東京 一ツ橋書店 2007.1 206p 21cm 1108872027 367.9/TE
 【内容紹介】豊かで幸せなセカンドライフを過ごすためには、どのような生き方があるのか、その生活を支えるためにはどのような手段があるのか。定年後の資金計画や年金の仕組み、相続の準備などについて、図解を用いて解説する。

- 84 **定年の不安解消ブック 2007年あなたの生活が変わる!** 日経ビジネス編
 東京 日経BP 社 日経 BP 出版センター(発売) 2007.1 178p 28cm (日経 BP ムック)
 1108858059 367.9/TE
 【内容紹介】これだけで準備は万全! 定年準備から、お金、年金、住まい、夫婦関係、健康など、定年の不安にズバリ答える 100 の知恵を紹介。知りたい項目がすぐにわかる逆引きキーワード付き。
- 85 **ゼロから始める老後の備え まだ間に合う!** 北村/庄吾著
 東京 阪急コミュニケーションズ 2006.5 246p 21cm 1108693324 367.9/Z
 【内容紹介】今までゆとりがなく、定年後のことについて考えてもいなかった、という人に向けて、年金、医療保険、介護保険、退職金、再就職、遺産相続などについて、「これだけは知っておきたい」情報を、Q&A 方式でわかりやすく解説。
- 86 **ケチケチしないで 1000 万円貯金しました 三十路OLのゆるゆる節約ライフ 2**
 ハイシマ/カオリ画 横山/光昭監修
 東京 宝島社 2014.3 127p 21cm 1111712707 591.04/KE
 【内容紹介】34 歳・年収 370 万円・独身・ひとり暮らし・彼氏なしの OL が、1000 万円貯金しました。お金も時間も無理なく「ゆるゆる節約」で楽しく暮らす秘けつをマンガで紹介。ファイナンシャルプランナーによるコラムも収録。
- 87 **ねんきん生活。月 15 万円で幸せに暮らす 入門編 お金と暮らしの実例大特集**
 東京 主婦と生活社 2010.3 111p 30cm (別冊すてきな奥さん) 1109877991 591.9/NE
 【内容紹介】ねんきん生活の夫婦やひとり暮らし、また年金受給前の暮らしの実例を取り上げ、備えや心構え、年金の使い方や管理のコツ、失敗や成功などを紹介。専門家からのアドバイス、料理レシピ、介護入門なども盛り込む。
- 88 **ねんきん生活。月 15 万円で幸せに暮らす お金編 赤字を出さない秘訣を教えます**
 東京 主婦と生活社 2010.8 111p 30cm (別冊すてきな奥さん) 1110422258 591.9/NE
 【内容紹介】ねんきん世代の人たちの知恵と工夫を紹介する第 3 弾。赤字を出さない秘訣を公開するほか、お金が増える日々のワザ、家庭菜園の楽しみ方などを掲載する。専門家のアドバイスも満載。
- 89 **ねんきん生活。月 15 万円で幸せに暮らす 生きがい編 生きがいがあれば今日も明日も楽しい!**
 東京 主婦と生活社 2011.1 111p 30cm (別冊すてきな奥さん) 1110422266 591.9/NE
 【内容紹介】ねんきん世代の人たちの知恵と工夫を紹介する第 4 弾。生きがいを持って暮らす人たちの姿を紹介するほか、相続の実際や介護施設の選び方などを掲載。専門家のアドバイスも満載。
- 90 **明日が心配になったら読むお金の話 マネー美人になるための節約★貯金★投資で知っておきたい 20 のこと** まがい/まさこ原作 やまもと/妹子マンガ
 東京 中経出版 2012.4 207p 21cm 1111235071 591/A
 【内容紹介】結婚、出産、仕事と分かれ道の多い女性にとって、お金ときちんと向き合うことが充実した人生を送るためのカギ。貯金や節約、投資、保険、不動産など、これからのお金との付き合い方をマンガで紹介します。

- 91 **あなたの財布には穴があいていませんか？ 無理のない貯蓄のノウハウ** 泉/正人著
 東京 PHP 研究所 2010.9 219p 19cm 1109927945 591/A
 【内容紹介】財布にあいている「支出」という大きな穴をどのようにふさいで、お金の貯まる財布に変えていくか、そのための必要なお金の考え方や、正しい使い方、貯め方、増やし方を、具体例を挙げながら紹介する。
- 92 **どっちがお得？ 定年後のお金 働き方、年金、保険、住まい…etc.人生後半の分岐点徹底ガイド** 畠中/雅子著 高齢期のお金を考える会[著]
 東京 高橋書店 2015.6 191p 21cm 1111874267 591/D
 【内容紹介】働き方、年金、保険、住まい、相続…。定年前後に迷いやすい40のテーマを取り上げ、「どっちがお得？」という視点でまとめた本。どっちがお得か断定できないケースでは、メリット・デメリットを明示する。
- 93 **誰も教えてくれないお金の話** うだ/ひろえ著 泉/正人監修
 東京 サンクチュアリ・パブリッシング 2010.12 223p 21cm 1110077896 591/D
 【内容紹介】お金ってなんで貯まらないの？ 老後の生活はどうしよう？ 保険には入ったほうがいいの？ お金のことを知らない主婦が、お金のことを知る旅に出ます。お金に関する不安をスッキリ解消するコミックブック。
- 94 **50歳から老後資金を作る！ お金の知恵袋 最新版** 紀平/正幸著
 東京 宝島社 2013.6 111p 26cm (別冊宝島) 1111473136 591/G
 【内容紹介】公的年金は繰り下げ受給するべき？ いまはローン借り換えのチャンス？ 「増やす」「見直す」「使う」「守る」をテーマに、50歳から知っておきたいお金の貯め方をわかりやすく解説する。
- 95 **発達障がいの子もお金のこと親が亡くなった後のこと** 平野/厚雄著
 東京 パブラボ 東京 星雲社(発売) 2013.8 227p 21cm 1111530638 591/HA
 【内容紹介】ライフプランの立て方から、お金、教育、住宅、保険、相続まで。発達障がい(自閉症)の子の父親である、ライフプランニングの専門家が、障がい児の親にとって人生設計する上で必要な知識をアドバイスする。
- 96 **ジェンダーで学ぶ生活経済論 福祉社会における生活経営主体** 伊藤/セツ,伊藤/純編著
 京都 ミネルヴァ書房 2010.4 7, 211p 21cm (新・MINERVA 福祉ライブラリー 8)
 1110866801 591/J
 【内容紹介】現在の新しい個人、家族、世帯のあり方を十分に踏まえ、生活経済における課題に、福祉社会における主体的生活経営という視点を入れ鋭く迫る。アンペイドワーク、貧困、多重債務、ESDと生活経済の関連にも着目する。
- 97 **家族のお金が増えるのは、どっち！？ 銀行支店長が教える、お金に好かれる「親子」と「夫婦」の法則** 菅井/敏之著
 東京 アスコム 2015.4 214p 19cm 1111814123 591/KA
 【内容紹介】家族みんなが安心して暮らすために知っておきたい「お金の話」を一冊に。親子が幸せになる「得する相続」の極意や、毎月黒字になる、夫婦の「通帳マル秘活用術」などを紹介します。書き込み式ライフプラン表つき。

- 98 **かわいい節約 お金をかけない暮らしのアイデア 278**
 東京 主婦と生活社 2010.11 82p 26cm (別冊すてきな奥さん) 1109955078 591/KA
 【内容紹介】がっちり貯金。なのに、いつでも笑顔。そんな奥様たちの小さな工夫やルールってなに？
 食事、インテリア、おしゃれ、エコなど、お金をかけない暮らしのアイデアを紹介します。
- 99 **子どもにお金をかけるのは、やめなさい 子育てとお金のバランスを考え直す本**
 横山/光昭著
 東京 すばる舎 2011.9 206p 19cm 1110960299 591/KO
 【内容紹介】「豊かな子育て」は、お金がなくてもできます！ 家計再生コンサルタントが、子どもの存在
 を「負債」にしないための、家族全員がハッピーになるお金の使い方を紹介します。
- 100 **高校生と親の「お金の教科書」** 飯島/健二著
 東京 セルバ出版 創英社,三省堂書店(発売) 2012.10 143p 19cm
 1111166623 591/KO
 【内容紹介】高校生が一人暮らしを始める局面を想定し、毎日毎月のお金の管理法を説明。具体的
 ノハウとして、現金で全額払う=お金にきれいな生き方ができる「封筒口座」メソッドを紹介する。ギ
 ャンプルや援助交際の危険性にも言及する。
- 101 **暮らしをつくりかえる生活経営力** 日本家政学会生活経営学部会編
 東京 朝倉書店 2010.3 7, 172p 21cm 1109774065 591/KU
 【内容紹介】個人や家族が生活経営の主体にふさわしい生活経営力を獲得していくためには何をす
 ればいいのか。生活の価値・規範、生活資源といったコア概念を取り上げて生活経営を枠づけるとと
 もに、それらに関連した様々な活動事例を紹介。
- 102 **暮らしに役立つマネーの話** 須藤/臣著
 札幌 北海道新聞社 2011.9 214p 19cm 1110788278 H591/KU(北方資料室図書)
 【内容紹介】投資に大金を注ぎ込み損する人、過剰な保険を契約する人、無謀な資金計画で住宅
 を持つ人、年金未納で老後不安を抱える人…。さまざまな事例を紹介しながら、暮らしの中のお金
 の不安と疑問に答えます。
- 103 **マネーお得技ベストセレクション 儲かる&得する裏ワザ 183 集めました！**
 東京 晋遊舎 2015.5 98p 29cm (お得技シリーズ 晋遊舎ムック)
 1111832059 591/MA
 【内容紹介】長〜く株を保有して優待のグレードを上げる。狙いうちした店舗でカンタンにお宝仕入
 れ。医療保険は定期を選んで見直すのもアリ！ 183 のお得技を、株&投資、クレカ&ポイント、副業、
 保険、節約の5ジャンルに分けて紹介。
- 104 **年収 300 万円時代、子どもの教育費はこうなさい！ 後悔しない、教育費の貯め方と使い方 0
 歳〜小学生までの子どもを持つ、お父さん&お母さんへ** 大竹/のり子著
 東京 ダイヤモンド社 2010.5 214p 19cm 1109727063 591/NE
- 105 **お金が貯まる全技術 「1 万 5000 家計分析」の結論！** プレジデント編集部
 東京 プレジデント社 2013.12 80p 29cm 1111588651 591/O

- 106 **お役所が本当は教えたくないサラリーマンお金の裏技** 大村/大次郎著
 東京 アース・スターエンターテイメント 東京 泰文堂(発売) 2013.9 223p 19cm
 1111543235 591/0
 【内容紹介】温泉に行って税金を安くする、助成金をもらって家を建てる、未払い賃金を国に支払ってもらおう…。元国税調査官が、お役所からお金を引き出す裏ワザを教えます。生活が潤うテクニックが満載。
- 107 **お金が貯まるのは、どっち！？ お金に好かれる人、嫌われる人の法則** 菅井/敏之著
 東京 アスコム 2014.3 223p 19cm 1111739452 591/0
 【内容紹介】お金が増えるのは持ち家派、賃貸派？ 口座をつくるならメガバンク、信用金庫？ クレジットカードを持つなら2枚、4枚？ 元銀行支店長の著者が、お金を増やす25の法則を伝授する。
- 108 **老後資金はこれで安心！BOOK 50代から準備する 2003年版**
 東京 主婦の友社 2003.1 130p 29cm (主婦の友生活シリーズ) 1106808247 591/R
 【内容紹介】定年前後からの生活費・年金・保険・ライフプランなど50代からの金銭学総まとめ。保存版・記入式わが家のライフプランシート付き。
- 109 **老後貧乏は避けられる あなたの定年後、見える化しなさい** 大江/英樹著
 東京 文化学園文化出版局 2015.3 207p 19cm 1111875033 591/R
 【内容紹介】年金だけで暮らせる？ 60歳以降の収入を増やすには？ お金の問題をテーマに「老後不安の正体」をわかりやすく解説するとともに、具体的にどんな対策を考えればいいのかを探る。「老後貧乏」の危険度チェックリストあり。
- 110 **「老後に実際はいくら必要か？」がわかる本** 横川/由理編著
 東京 宝島社 2010.11 111p 26cm (ホーム 別冊宝島) 1110071055 591/R
 【内容紹介】自分のもらえる年金の金額はいくら？ 安定した暮らしに生活費や貯蓄はどれくらい必要？ 老後の生活をシミュレーションし、退職金や雇用保険の受け取り方、老後に有効な保険の見直しなど、資産を守る方法を提案する。
- 111 **節約夫の超ドケチ伝説 笑えて貯まる！お金の増やし方 1年で200万円貯まった！！** すぎうら/ゆう著
 東京 主婦の友社 2010.1 127p 21cm 1109753002 591/SE
 【内容紹介】1年で200万円貯めた超ドケチ節約夫とムダづかい妻の、笑えて役に立つ節約ネタをマンガで紹介。「ふりかけの袋でミニおにぎり」「ティッシュの再利用法」など、ドケチな節約方法が満載！
- 112 **正しい家計管理 将来への不安が消える、自動的にお金が貯まる** 林/總著
 東京 WAVE出版 2014.3 207p 19cm 1111698278 591/TA
 【内容紹介】家計の経営は一生の仕事です。絶対に倒産は許されません。管理会計の専門家が、「節約ではなく、価値あるものにお金を使う」という考え方を土台にして、お金のことを気にせず暮らすための「正しいしくみ」作りを教えます。
- 113 **定年GO！ 40代・50代で考えるセカンドライフ 定年後の生活設計は、経済力と健康とヤル気で決まります。** 2013年2月改訂
 [東京] 生命保険文化センター [2013] 57p 26cm 1111692503 591/TE

- 114 **貯め込むな！お金は死ぬ前に使え。** 荻原/博子著
東京 マガジンハウス 2014.8 206p 19cm 1111747992 591/TA
【内容紹介】お金を楽しく使い切って、死ぬとき後悔しない幸せな人生とは？貯めたお金を有意義に使うべき理由、年金・医療・介護にかかるお金とお金がかからない制度、使えるお金の目安を知る方法などを紹介します。
- 115 **定年までに知らないとヤバイお金の話** 岡崎/充輝著
東京 彩図社 2012.5 191p 19cm 1111539217 591/TE
【内容紹介】定年してからの人生が一生の 4 分の 1 を占めている現代で、人生のテーマとなる「老後」の攻略法を紹介する。「お金を貯める」ことを中心として、定年後に必要なお金、定年後の収入の把握の仕方、お金の準備、相続などを解説。
- 116 **共働き夫婦のための「お金の教科書」 やらないと絶対ソンをする「貯め方」「使い方」のルール** 深田/晶恵著
東京 講談社 2013.11 189p 19cm (講談社の実用 BOOK) 1111569966 591/TO
【内容紹介】手間をかけずにお金が貯まる銀行口座の活用術を紹介するほか、共働き夫婦の事情に合わせた保険の入り方から、住宅ローンの組み方、子どもの教育費や老後のお金まで、共働き夫婦のお金の貯め方・使い方を解説する。
- 117 **やってはいけないお金の習慣 今のままでは年収 800 万円でも家計は破綻する！** 荻原/博子著
東京 青春出版社 2011.3 189p 19cm 1110450770 591/Y
【内容紹介】「特売やセールの日に買い物に行く」「金利が低いからローンを利用する」「病気やケガをしたときのために医療保険を増やす」はやってはいけない？収入ダウン・年金先細り時代の逆転発想を公開します。
- 118 **読んで 500 万円得する本 徹底的に探した最強お得情報 300！**
東京 宝島社 2011.7 127p 26cm (home 別冊宝島) 1110716402 591/Y
【内容紹介】不景気でも知恵があれば、人生は豊かになる！保険・税金から、交通、通信、ショッピング、旅行・レジャー、食事、公共料金まで、最強お得情報 300 を紹介。