

『敬老の日 読書のすすめ』

開催期間: 平成23年9月10日(土)～10月9日(日)

“心ゆたかに生涯読書”を目標に、中・高齢者の方々に読書を
楽しんでいただけるよう、おすすめの本を紹介します。

*** 資料リスト目次 ****

- ◆読書推進運動協議会 おすすめ本 P1
- ◆人生をゆたかに P2-P5 ◆人生(生き方)あれこれ P6-P7
- ◆長寿の秘訣は… P8-P9 ◆老後を考える P10



読書推進運動協議会 おすすめ本

No.	請求記号	書名	著者	出版者	出版年	区分
1	188.72/イツ/	親鸞と道元	五木 寛之/著	祥伝社	2010.11	一般和書
2	289.1/カネ/	わたくしが旅から学んだこと	兼高 かおる/著	小学館	2010.9	一般和書
3	304/フジ/	日本人の誇り (文春新書)	藤原 正彦/著	文藝春秋	2011.4	一般和書
4	367.7/ソノ/	老いの才覚 (ベスト新書)	曾野 綾子/著	ベストセラーズ	2010.9	一般和書
5	367.7/タケ/	美しき身辺整理	竹田 真砂子/著	新潮社	2010.12	一般和書
6	367.75/シブ/	気がつけばドッキョロージン	澁澤 幸子/著	じゃこめてい出版	2010.10	一般和書
7	493.758/ワダ/	「がまん」するから老化する (PHP新書)	和田 秀樹/著	PHP研究所	2011.2	一般和書
8	726.6/クマ/	花の国・虫の国	熊田 千佳慕/著	求龍堂	2011.5	一般和書
9	767.4/オン/	老人クラブ、カーネギーで歌う	小島 修/著	岩波書店	2011.4	一般和書
10	783.7/オウ/	野球にときめいて	王 貞治/著	中央公論新社	2011.3	一般和書
11	913.6/ワタ/	孤舟	渡辺 淳一/著	集英社	2010.9	一般和書
12	913.68/キタ/	とっておき名短篇 (ちくま文庫)	北村 薫/編	筑摩書房	2011.1	一般和書
13	914.6/イジ/	大人の流儀	伊集院 静/著	講談社	2011.3	一般和書
14	914.6/クロ/	時代の果実	黒井 千次/著	河出書房新社	2010.12	一般和書
15	914.6/コホ/	のれんのぞき (大人の本棚)	小堀 杏奴/[著]	みすず書房	2010.9	一般和書
16	914.6/トヤ/	ゆっくり急ぐ	外山 滋比古/著	毎日新聞社	2010.12	一般和書
17	914.6/ヒサ/	明るい老後のための一人で生きる練習帳	久田 恵/著	産経新聞出版	2011.5	一般和書
18	914.6/ヒノ/	たっぷり生きる	日野原 重明/著	角川学芸出版	2010.8	一般和書
19	914.6/マト/	百歳日記 (生活人新書)	まど みちお/著	日本放送出版協会	2010.11	一般和書
20	Y914.6/マル/	あいさつは一仕事	丸谷 オー/著	朝日新聞出版	2010.9	一般和書
21	914.6/ミウ/	老年の品格	三浦 朱門/著	海竜社	2010.12	一般和書
22	914.6/ムラ/	ゲゲゲの女房と品格の母が語る知足安分	武良 布枝/著	学研パブリッシング	2011.4	一般和書
23	Z933.7/シル/	おおきな木	シエル・シルヴァスタイン/作	あすなる書房	2010.9	児童和書
24	Z933.7/ベツ/	シカゴよりとんでもない町	リチャード・ベック/著	東京創元社	2010.11	児童和書

[TOP](#)

No.	請求記号	書名	著者	出版者	出版年	区分
1	019/サイ/	読書のチカラ	齋藤 孝/著	大和書房	2011.6	一般和書
2	019.53/ヤナ/	雨の降る日は考える日にしよう (絵本は人生に三度)手帖	柳田 邦男/著	平凡社	2011.3	一般和書
3	019.9/クラ/	おかしな本棚	クラフト・エヴィング商會/著	朝日新聞出版	2011.4	一般和書
4	019.9/チヨ/	本に寄り添う	張 競/著	PILAR PRESS	2011.5	一般和書
5	114.2/ヤマ/	絆	山折 哲雄/著	ポプラ社	2011.6	一般和書
6	123.83/シブ/	「論語」人間、一生の心得	渋沢 栄一/著	三笠書房	2011.6	一般和書
7	141.6/ヒロ/	怒るヒント (青春新書INTELLIGENCE)	ひろ さちや/著	青春出版社	2011.5	一般和書
8	143.7/カス/	老いへの不安	春日 武彦/著	朝日新聞出版	2011.4	一般和書
9	176.5/ナン/	神饌	南里 空海/著	世界文化社	2011.3	一般和書
10	180.4/イツ/	仏の発見	五木 寛之/著	平凡社	2011.2	一般和書
11	180.9/ダラ/	ダライ・ラマ希望のことば	ダライ・ラマ14世テンジン・ギャツォ/著	春秋社	2011.3	一般和書
12	188.54/ヤス/	ほっとする空海の言葉	安元 剛/文	二玄社	2011.3	一般和書
13	188.74/ツチ/	老いよドンと来い!	土屋 昭之/著	法蔵館	2010.11	一般和書
14	188.84/ヒロ/	人間の生き方を道元に学ぶ	ひろ さちや/著	春秋社	2011.6	一般和書
15	202.5/スタ/	世界石巡礼	須田 郡司/著	日本経済新聞出版社	2011.5	一般和書
16	210.029/タカ/	三くだり半からはじめる古文書入門	高木 侃/著	柏書房	2011.4	一般和書
17	210.48/ヤマ/	消された秀吉の真実	山本 博文/編	柏書房	2011.6	一般和書
18	210.5/トリ/	江戸時代の古文書を読む 徳川の明治維新	徳川黎明会徳川林政史研究所/監修	東京堂出版	2011.6	一般和書
19	210.6/イマ/	地図で読む戦争の時代	今尾 恵介/著	白水社	2011.4	一般和書
20	213.61/クロ/	江戸の大名屋敷を歩く (祥伝社新書)	黒田 涼/[著]	祥伝社	2011.6	一般和書
21	222.043/ハヤ/	図説三国志の世界 (ふくろうの本)	林田 慎之助/著	河出書房新社	2011.5	一般和書
22	288.2/タカ/	ご先祖様はどちら様	高橋 秀実/著	新潮社	2011.4	一般和書
23	288.4/ヨネ/	明治宮殿のさんざめき	米窪 明美/著	文藝春秋	2011.3	一般和書
24	290.87/ヒビ/	地球一周空の旅	PPS通信社/写真	パイインターナショナル	2011.5	一般和書
25	291.087/シブ/	日本ふしぎワンダーランドspot50	渋川 育由/編	河出書房新社	2011.6	一般和書
26	291.09/サカ/	鉄道旅へ行ってきました	酒井 順子/著	講談社	2010.12	一般和書
27	291.09/ホツ/	国宝建築巡り日記	堀田 潔/著	文芸社	2011.6	一般和書
28	291.361/ツル/1	池波正太郎が愛した江戸をゆく パート1 (アサヒオリジナル)	鶴松 房治/案内人	朝日新聞出版	2011.4	一般和書
29	291.361/ツル/2	池波正太郎が愛した江戸をゆく パート2 (アサヒオリジナル)	鶴松 房治/案内人	朝日新聞出版	2011.4	一般和書
30	291.361/ナカ/	徹底皇居花めぐり	中野 正皓/写真・文	講談社	2011.3	一般和書
31	291.62/ヨシ/	京都和の色の歳時記 (楽学ボックス 文学歴史)	吉岡 幸雄/監修	JTBパブリッシング	2011.4	一般和書
32	367.21/タナ/	「オバサン」はなぜ嫌われるか (集英社新書)	田中 ひかる/著	集英社	2011.5	一般和書
33	367.3/アサ/	家族新聞	浅田 政志/写真	幻冬舎	2010.12	一般和書
34	367.3/オヤ/	親が死ぬまでに一緒に食べたい35のごはん	親孝行ごはん研究会/著	芸文社	2010.12	一般和書
35	367.3/カト/	うまいく夫婦、ダメになる夫婦の心理学	加藤 諦三/著	PHP研究所	2011.5	一般和書
36	367.3/ニシ/3	妻と夫の定年塾 3	西田 小夜子/著	中日新聞社	2011.6	一般和書
37	367.7/ホサ/	老いを愉しむ言葉 (朝日新書)	保坂 隆/編著	朝日新聞出版	2010.7	一般和書
38	367.7/マツ/	地域デビュー指南術	松本 すみ子/著	東京法令出版	2010.7	一般和書

39	367.7/ミツ/	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	三笠書房	2010.3	一般和書
40	369.26/シノ/	介護旅行にでかけませんか (介護Library)	篠塚 恭一/著	講談社	2011.1	一般和書
41	383.81/セオ/	昭和ごはん	瀬尾 幸子/著	講談社	2011.6	一般和書
42	470.4/ヨシ/	みちくさの名前。	吉本 由美/著	NHK出版	2011.4	一般和書
43	493.18/キリ/	ホルモンを制すれば男が蘇る (講談社+α新書)	桐山 秀樹/[著]	講談社	2011.5	一般和書
44	493.18/ワタ/	男も更年期で老化する (小学館101新書)	和田 秀樹/著	小学館	2011.6	一般和書
45	498.04/エイ/	いい医者いい患者いい老後	永 六輔/著	佼成出版社	2010.6	一般和書
46	498.3/タカ/	清貧を楽しむ。	高橋 聰典/著	東洋経済新報社	2011.6	一般和書
47	499.87/カン/	アロマテラピー外来が教えるメディカルアロマ&ハーブのセルフケア事典	菅野 おおひ/著	アスペクト	2011.6	一般和書
48	521.823/カン/	刻印石で楽しむ三大名城の石垣物語 (新人物ブックス)	菅野 良男/著	新人物往来社	2011.3	一般和書
49	527/コウ/	古民家遊々	講談社/編	講談社	2011.2	一般和書
50	536/ナタ/	旅が10倍面白くなる観光列車 (平凡社新書)	野田 隆/著	平凡社	2011.5	一般和書
51	582.33/オサ/	大きな字ですぐわかるはじめてのワード	尾崎 裕子/著	アスキー・メディアワークス	2011.5	一般和書
52	588.52/マツ/	あなたの好みで味わうおいしい日本酒ガイド	松崎 晴雄/監修	有楽出版社	2011.6	一般和書
53	589.73/オオ/	利他のすすめ	大山 泰弘/著	WAVE出版	2011.4	一般和書
54	590/ムラ/	簡素な暮らしの家事手帖	村川 協子/著	大和書房	2011.4	一般和書
55	593.8/キム/	九十歳和の躰	木村 孝/著	朝日新聞出版	2010.11	一般和書
56	594/シモ/	作って楽しむつるし雛	下田 美知子/監修	誠文堂新光社	2010.12	一般和書
57	594.3/シマ/	裏も楽しい手編みのマフラー	嶋田 俊之/著	文化学園文化出版局	2010.10	一般和書
58	594.9/モリ/	押し花コラージュブック	森野 美紗子/著	誠文堂新光社	2011.2	一般和書
59	595.4/トウ/	大人の上品美爪塾 (講談社の実用BOOK)	東條 汀留/著	講談社	2011.4	一般和書
60	596/セカ/	日本の美味遺産 (別冊家庭画報)		世界文化社	2011.4	一般和書
61	596/タカ/	塩麴と甘酒のおいしいレシピ	タカコ・ナカムラ/著	農山漁村文化協会	2011.2	一般和書
62	596.37/カオ/	干し野菜手帖	KAORU/著	誠文堂新光社	2010.10	一般和書
63	596.37/ツル/	庭の恵みを楽しむ料理	鶴田 静/著	朝日新聞出版	2011.3	一般和書
64	597/ニシ/	二畳で豊かに住む (集英社新書)	西 和夫/著	集英社	2011.3	一般和書
65	599/イノ/	じいじ、ばあばのための孫育ての教科書	井上 淳子/著	PHP研究所	2011.5	一般和書
66	617.6/キリ/	香りを楽しむやさしいハーブの育て方145種	桐原 春子/監修	成美堂出版	2011.3	一般和書
67	619.8/キク/	中国茶巡礼	菊地 和男/執筆・写真	小学館	2011.5	一般和書
68	626.9/フジ/	藤田智の野菜づくり徹底Q&A (生活実用シリーズ NHK趣味の園芸やさいの時間)	藤田 智/著	日本放送出版協会	2010.10	一般和書
69	627.8/イシ/	盆栽生活	石川 治子/監修	淡交社	2011.4	一般和書
70	627.8/モリ/	盆栽との対話	森前 誠二/著	亜紀書房	2011.7	一般和書
71	627/メテ/	ターシャが愛した花の名前	メディアファクトリー/編	メディアファクトリー	2011.4	一般和書
72	629.75/ヒキ/	雑草と楽しむ庭づくり (オーガニック・ガーデン・ハンドブック)	ひきちガーデンサービス/著	築地書館	2011.6	一般和書
73	653.2/ハヤ/	葉っぱで気になる木がわかる	林 将之/著	廣済堂あかつき株式会社出版事業部	2011.6	一般和書
74	686.21/イマ/	全国鉄道旅行繪圖	今尾 恵介/解説	けやき出版	2011.4	一般和書
75	689.81/ワタ/	一度は泊まりたい日本の宿	渡辺 淳一/著	集英社	2011.2	一般和書
76	693.8/ナイ/	切手百撰昭和戦後	内藤 陽介/著	平凡社	2011.4	一般和書
77	706.9/セカ/	作家名でわかる逆引き美術館手帖 (家庭画報BOOKS)		世界文化社	2011.6	一般和書
78	706.9/マガ/	日本の美術館ベスト100ガイド (マガジンハウスムック)		マガジンハウス	2011.6	一般和書
79	718/フタ/	仏像とお寺がわかる本 (双葉社スーパームック)		双葉社	2011.5	一般和書
80	721.2/シン/	源氏物語繪巻 (ビジュアル選書)	新人物往来社/編	新人物往来社	2011.4	一般和書
81	721.8/アサ/	ストーリーで楽しむ「写楽」大歌舞伎 (広げてわくわくシリーズ)	浅野 秀剛/監修	東京美術	2011.4	一般和書
82	721.8/カツ/	葛飾北斎百人一首姫がゑるとき (謎解き浮世繪叢書)	葛飾 北斎/[画]	二玄社	2011.4	一般和書

83	723.0087/ヤマ/	花の本	山内 浩史／編	角川書店	2010.11	一般和書
84	726.501/フジ/	藤田ミラノ (らんぷの本 mascot)	藤田 ミラノ／著	河出書房新社	2011.3	一般和書
85	728/サト/	筆文字で季節のカード	さとだて ゆめこ／著	日貿出版社	2011.2	一般和書
86	728.9/タノ/	知識ゼロからのつづけ字・くずし字の書き方	田中 鳴舟／著	幻冬舎	2011.4	一般和書
87	751.4/カワ/	粘土でつくる里山の小さな花と生きもの	川口 紀子／著	NHK出版	2011.5	一般和書
88	753.8/ヘイ/	染色の挑戦 芹沢銈介 (別冊太陽 日本のこころ)		平凡社	2011.7	一般和書
89	756.6/カツ/	日本刀・松田次泰の世界	かつき せつこ／作・ 画	雄山閣	2011.5	一般和書
90	756.8/ヤマ/	戯れの骨董うたかたの仏教美術	山本 野人／著	淡交社	2011.6	一般和書
91	778.8/エヌ/	NHK大河ドラマ大全 (教養・文化シリーズ)		NHK出版	2011.3	一般和書
92	778.8/オカ/	おひさま (NHKドラマ・ガイド)	岡田 恵和／作	NHK出版	2011.4	一般和書
93	779.13/オサ/	上方落語のネタ帳	小佐田 定雄／著	PHP研究所	2011.6	一般和書
94	779.13/ノグ/	落語こわい、こわい落語 (学びやぶっく げいじゅつ)	野口 卓／著	明治書院	2011.5	一般和書
95	783.8/アサ/	よくわかる! グラウンド・ゴルフ基本	朝井 正教／著	ベースボール・マガジン社	2011.4	一般和書
96	786.1/タヘ/	田部井淳子の楽しい! 山登り入門 (PHPビジュアル実用BOOKS)	田部井 淳子／監修	PHP研究所	2011.5	一般和書
97	788.1/タマ/	「大相撲八百長批判」を嘆う	玉木 正之／著	飛鳥新社	2011.6	一般和書
98	790/アガ/	咲くも咲かぬも花嫁修業	阿川 佐和子／著	東京書籍	2011.5	一般和書
99	795/ヨダ/	はじめての囲碁入門	依田 紀基／著	池田書店	2011.3	一般和書
100	796/ハブ/	名人戦道場 即詰み編	羽生 善治／著	日本将棋連盟	2011.5	一般和書
101	810.4/モリ/	残したい日本語	森 朝男／著	青灯社	2011.3	一般和書
102	902.3/ハヤ/2011	ミステリが読みたい! 2011年版	ミステリマガジン編集部／編	早川書房	2010.11	一般和書
103	910.2/タノ/1	田辺聖子の古典まんだら 上	田辺 聖子／著	新潮社	2011.1	一般和書
104	910.2/タノ/2	田辺聖子の古典まんだら 下	田辺 聖子／著	新潮社	2011.1	一般和書
105	910.26/アラ/	文士の舌	嵐山 光三郎／著	新潮社	2010.12	一般和書
106	910.26/ウサ/	作家と温泉 (らんぷの本)	草【ナギ】 洋平／編	河出書房新社	2011.1	一般和書
107	910.26/スエ/	時代小説で読む日本史	末國 善己／著	文藝春秋	2011.3	一般和書
108	910.263/オオ/	荷風 百間 夏彦がいた	大村 彦次郎／著	筑摩書房	2010.8	一般和書
109	910.263/カワ/	小説家たちの休日	川本 三郎／文	文藝春秋	2010.8	一般和書
110	910.264/カク/	時代小説「熱烈」読書ガイド	加来 耕三／編著	講談社	2011.6	一般和書
111	910.268/イケ/	池波正太郎と歩く京都 (とんぼの本)	池波 正太郎／著	新潮社	2010.4	一般和書
112	K910.268/フジ/	藤沢周平を読む	『歴史読本』編集部／編	新人物往来社	2010.9	郷土資料
113	911.307/カネ/	金子兜太の俳句塾	金子 兜太／著	毎日新聞社	2011.5	一般和書
114	911.307/カネ/	美しい季節の花	金子 兜太／監修	誠文堂新光社	2011.3	一般和書
115	911.4/スキ/	今日から始める現代川柳入門	杉山 昌善／著	有楽出版社	2011.5	一般和書
116	911.468/タグ/	アート川柳への誘い	田口 麦彦／著	飯塚書店	2011.6	一般和書
117	911.56/サカ/	きつねうどん	阪田 寛夫／詩	童話屋	2011.2	一般和書
118	912.7/サヌ/	向田邦子のかくれんぼ	佐賀賀 三夫／著	NHK出版	2011.6	一般和書
119	913.6/アサ/	夏目家順路	朝倉 かすみ／著	文藝春秋	2010.10	一般和書
120	913.6/アラ/	友を選ばば	荒山 徹／著	講談社	2010.11	一般和書
121	913.6/イケ/	統べる島	池上 永一／著	ポプラ社	2011.3	一般和書
122	913.6/イト/	北天蒼星	伊東 潤／著	角川書店	2011.4	一般和書
123	Y913.6/イノ/	グロウプ号の冒険	井上 ひさし／著	岩波書店	2011.4	一般和書
124	913.6/ウエ/	お江の方と春日局	植松 三十里／著	日本放送出版協会	2010.11	一般和書
125	913.6/オカ/	信長の影	岡田 秀文／著	双葉社	2011.3	一般和書
126	913.6/オカ/1	おひさま 上 (NHK連続テレビ小説)	岡田 恵和／作	NHK出版	2011.3	一般和書

127	913.6/オウ/	びいどろの火	奥山 景布子／著	文藝春秋	2011.5	一般和書
128	913.6/サイ/	四色の藍	西條 奈加／著	PHP研究所	2011.5	一般和書
129	913.6/ササ/	春を背負って	笹本 稜平／著	文藝春秋	2011.5	一般和書
130	913.6/サト/	坂物語	佐藤 洋二郎／著	講談社	2011.2	一般和書
131	913.6/シノ/	浅井三姉妹江姫織乱	篠 綾子／著	日本放送出版協会	2010.11	一般和書
132	913.6/シマ/	追憶のカシュガル	島田 荘司／著	新潮社	2011.4	一般和書
133	913.6/スキ/	願わくは、鳩のごとくに	杉田 成道／著	扶桑社	2010.12	一般和書
134	913.6/タイ/	しょうがない人	平 安寿子／著	中央公論新社	2011.5	一般和書
135	913.6/ツジ/	蠢く吉原	辻井 南青紀／著	幻冬舎	2011.5	一般和書
136	913.6/トベ/	冬のサクラ	戸部 真里香／原案	角川書店	2011.3	一般和書
137	913.6/フジ/	天狗の剣	藤本 ひとみ／著	中央公論新社	2011.3	一般和書
138	913.6/フジ/	ヒコベエ	藤原 正彦／著	講談社	2010.7	一般和書
139	913.6/フジ/	還暦探偵	藤田 宜永／著	新潮社	2010.10	一般和書
140	913.6/ミタ/	道鏡	三田 誠広／著	河出書房新社	2011.5	一般和書
141	913.6/ヤマ/	たまゆらに	山本 一力／著	潮出版社	2011.4	一般和書
142	913.6/ヨシ/	神楽坂の仇討ち	好村 兼一／著	廣済堂あかつき株式会社出版事業部	2011.4	一般和書
143	914.6/アオ/	いのちの旅	青木 新門／著	時鐘舎	2011.4	一般和書
144	914.6/ヒノ/	百歳は次のスタートライン	日野原 重明／著	光文社	2010.10	一般和書
145	915.5/マツ/	写真で歩く奥の細道	久富 哲雄／著	三省堂	2011.3	一般和書
146	915.68/エヌ/10	60歳のラブレター 10	日本放送出版協会／編	日本放送出版協会	2010.10	一般和書
147	917/スキ/	粹に暮らす言葉	杉浦 日向子／著	イースト・プレス	2011.5	一般和書
148	917/スキ/	颯う言葉	杉浦 日向子／著	イースト・プレス	2011.5	一般和書
149	934.7/チュウ/5	最期のときを見つめて (ターシャ・テューダーの言葉)	ターシャ・テューダー／文	メディアファクトリー	2010.11	一般和書



[TOP](#)

 人生（生き方）あれこれ

No.	請求記号	書名	著者	出版者	出版年	区分
1	159/カヤ/	私はのんびり生きてきた。	香山 リカ／著	扶桑社	2011.4	一般和書
2	159/カワ/	ひとりの品格	川北 義則／著	青萌堂	2011.3	一般和書
3	159/カワ/	男の生き方	川北 義則／著	PHP研究所	2011.2	一般和書
4	159.79/オオ/	快老力	太田 典生／著	イースト・プレス	2010.10	一般和書
5	159.79/カワ/	50歳からの男の磨き方	川北 義則／著	PHP研究所	2010.12	一般和書
6	159.79/ヒノ/	老いて、若返る（サライブックス）	日野原 重明／著	小学館	2011.4	一般和書
7	159.79/フル/	あたりまえだけどなかなかできない51歳からのルール	古川 裕倫／著	明日香出版社	2010.5	一般和書
8	159.79/ヤス/	長寿力（幻冬舎ルネッサンス新書）	安井 智人／著	幻冬舎ルネッサンス	2010.12	一般和書
9	159.79/ヨシ/	定年が楽しみになる生き方（WAG BUNKO）	吉越 浩一郎／著	ワック	2011.4	一般和書
10	281.04/オイ/2	老いのレッスン 2		佼成出版社	2010.11	一般和書
11	289.1/キム/	ミドリさんとカラクリ屋敷	鈴木 遙／著	集英社	2011.5	一般和書
12	289.1/コシ/	糸とはさみと大阪と	小篠 綾子／著	文園社	2011.5	一般和書
13	366.38/ヒゲ/	女、一生の働き方	樋口 恵子／著	海竜社	2010.10	一般和書
14	367.1/ハン/	女は後半からがおもしろい	坂東 眞理子／著	潮出版社	2011.5	一般和書
15	367.7/マサ/	団塊のジジババが日本をダメにする	正高 信男／著	潮出版社	2011.7	一般和書
16	367.7/ヨシ/	老いも孤独も踏み越えて	吉永 みち子／著	主婦の友社	2011.4	一般和書
17	369.04/オカ/	あなたは輝いて生きていますか	岡田 みどり／著	カナリア書房	2010.12	一般和書
18	498.39/ウミ/	大人の生き方大人の死に方	海原 純子／著	毎日新聞社	2011.2	一般和書
19	514.9/ササ/	おれたちは地球の開拓者（大事にしたい日本人の生き方）	笹島 信義／著	ベストブック	2010.10	一般和書
20	767.8/サダ/	さだのはなし	さだ まさし／著	ユーキャン学び出版	2011.5	一般和書
21	772.1/クロ/	徹子ザ・ベスト	黒柳 徹子／著	講談社	2011.2	一般和書
22	772.1/シバ/	台風かあちゃん	柴田 理恵／著	潮出版社	2011.5	一般和書
23	772.1/モリ/	女優森光子	長谷川 正人／著	本の泉社	2011.2	一般和書
24	772.1/モリ/	あきらめなかったいつだって（100年インタビュー）	森 光子／著	PHP研究所	2011.6	一般和書
25	774.28/オリ/	芸と人	織田 紘二／著	演劇出版社	2011.4	一般和書
26	775.1/オサ/	思えばいとしや“出たとこ勝負”	小沢 昭一／著	東京新聞	2011.5	一般和書
27	775.1/オサ/	小沢昭一僕のハーモニカ昭和史	小沢 昭一／著	朝日新聞出版	2011.2	一般和書
28	778.21/サイ/1	高峰秀子との仕事 1	斎藤 明美／著	新潮社	2011.4	一般和書
29	778.21/サイ/2	高峰秀子との仕事 2	斎藤 明美／著	新潮社	2011.4	一般和書
30	778.21/シン/	挫折する力	新藤 兼人／[述]	新潮社	2011.4	一般和書
31	779.13/カツ/	座布団一枚!	桂 歌丸／著	小学館	2010.9	一般和書
32	786.1/シミ/	生きるために登ってきた	志水 哲也／[著]	みすず書房	2011.5	一般和書
33	786.1/タヘ/	田部井淳子の人生は8合目からがおもしろい	田部井 淳子／著	主婦と生活社	2011.5	一般和書
34	789.3/モト/	剣豪という生き方	本山 賢司／文・画	東京書籍	2010.9	一般和書
35	Y910.268/イノ/	ふかいことをおもしろく（100年インタビュー）	井上 ひさし／著	PHP研究所	2011.4	一般和書
36	910.268/タノ/	一生、女の子	田辺 聖子／著	講談社	2011.5	一般和書
37	910.268/タノ/	われにやさしき人多かりき	田辺 聖子／著	集英社	2011.3	一般和書
38	914.45/キヨ/	兼好さんの遺言	清川 妙／著	小学館	2011.4	一般和書

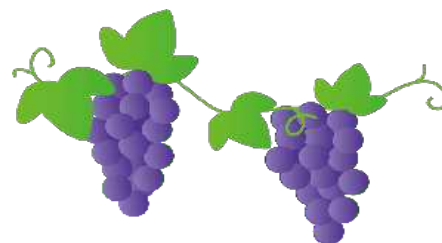
39	914.6/アマ/	隠居大学	天野 祐吉／編[著]	朝日新聞出版	2011.6	一般和書
40	914.6/アラ/	道楽人生東奔西走	嵐山 光三郎／著	新講社	2011.4	一般和書
41	914.6/イケ/	一升枰の度量	池波 正太郎／著	幻戯書房	2011.5	一般和書
42	914.6/イジ/	作家の遊び方	伊集院 静／著	双葉社	2011.5	一般和書
43	914.6/オチ/	積極的その日暮らし	落合 恵子／著	朝日新聞出版	2011.5	一般和書
44	914.6/キオ/	おひとりさまの愉しみ	木岡 悦子／著	ミネルヴァ書房	2011.5	一般和書
45	914.6/キム/	木村治美エッセイ集	木村 治美／著	海竜社	2011.1	一般和書
46	914.6/キリ/	聡明な女たちへ	桐島 洋子／著	大和書房	2010.12	一般和書
47	914.6/サカ/	老いも楽し	酒見 綾子／著	新宿書房	2011.6	一般和書
48	914.6/セト/2	わくわくどきどき 2	瀬戸内 寂聴／著	日本音声保存	2011.2	一般和書
49	914.6/タテ/	いい人生 (立松和平エッセイ集)	立松 和平／著	野草社	2011.4	一般和書
50	914.6/ネジ/	母と息子の老いじたく	ねじめ 正一／著	中央公論新社	2011.4	一般和書
51	914.6/ハン/	おしんの遺言	橋田 壽賀子／著	小学館	2010.8	一般和書
52	914.6/ハヤ/	やんちゃな時代	林 真理子／著	文藝春秋	2011.4	一般和書
53	914.6/フク/	福縁伝授	福原 義春／著	集英社	2011.2	一般和書
54	Y914.6/フジ/	藤沢周平とっておき十話	藤沢 周平／著	大月書店	2011.4	一般和書
55	Y914.6/フジ/	乳のごとき故郷	藤沢 周平／著	文藝春秋	2010.4	一般和書
56	914.6/ホン/	セピア色の昭和	本間 千枝子／著	岩波書店	2011.3	一般和書
57	914.6/マユ/	しょーもない、コキ	眉村 卓／著	出版芸術社	2011.5	一般和書
58	914.6/ミウ/	老年のぜいたく	三浦 朱門／著	青萌堂	2011.6	一般和書
59	914.6/ヨシ/	93歳。ひとりごとでも声に出して	吉沢 久子／著	海竜社	2011.3	一般和書
60	914.6/ヨシ/	92歳。小さなしあわせを集めて生きる	吉沢 久子／著	海竜社	2010.6	一般和書
61	915.6/ナギ/	山行記	南木 佳士／著	山と溪谷社	2011.4	一般和書
62	916/ヒラ/	人生は五十からでも変えられる	平岩 正樹／著	海竜社	2011.6	一般和書



[TOP](#)

No.	請求記号	書名	著者	出版者	出版年	区分
1	387/セイ/	ポックリ往生パワースポット全国寺社完全ガイド	青志社文芸部/編	青志社	2011.6	一般和書
2	492/イト/	オトコの病気新常識	伊藤 隼也/編著	講談社	2011.5	一般和書
3	493.123/オオ/	血糖値が高い人と家族のための大満足レシピ! (にちぶん健康食堂)	大柳 珠美/著	日本文芸社	2010.7	一般和書
4	493.123/ニツ/	ガッテン流!脱・糖尿病の新ワザ (アスコムBOOKS NHKためしてガッテン)	NHK科学・環境番組部/編	アスコム	2011.3	一般和書
5	493.185/オオ/	高齢者の毎日できる転倒予防運動 (亀は万年ブックス)	大石 亜由美/著	いかだ社	2010.8	一般和書
6	493.2/オオ/	コレステロールが高い人と家族のための大満足レシピ! (にちぶん健康食堂)	大沼 奈保子/著	日本文芸社	2010.7	一般和書
7	493.24/モリ/	動脈硬化を防ぐ!かんたん健康料理 (別冊NHKきょうの健康)	森野 真由美/監修・料理	NHK出版	2011.4	一般和書
8	493.25/カリ/	高血圧の食事術 (生活シリーズ すぐに役立つ健康レシピシリーズ)	苅尾 七臣/監修	主婦と生活社	2010.9	一般和書
9	493.25/シマ/	健康診断で血圧値が高めの人が読む本	島田 和幸/著	幻冬舎	2011.3	一般和書
10	493.46/オカ/	長生きしたければ腸をストレスから守りなさい (KAWADE夢新書)	岡田 研吉/著	河出書房新社	2010.10	一般和書
11	493.6/シユ/	腰・ひざ・肩・くびを楽にする本 (主婦の友新実用BOOKS Clinic)	主婦の友社/編	主婦の友社	2011.5	一般和書
12	493.6/ナカ/	寝たきりを防ぐ!ロコモ体操 (生活実用シリーズ NHKきょうの健康)	中村 耕三/監修	日本放送出版協会	2010.10	一般和書
13	493.6/ヨシ/	腰痛は「たった1つの動き」で治る! (講談社の実用BOOK)	吉田 始史/著	講談社	2011.4	一般和書
14	493.758/オビ/	自分で防ぐ・治す認知症・アルツハイマー病	帯津 良一/監修	法研	2011.3	一般和書
15	494.5/フナ/	ガン検診は受けてはいけない!?	船瀬 俊介/著	徳間書店	2010.10	一般和書
16	496/ワカ/	健康は<眼>にきけ	若倉 雅登/著	春秋社	2011.4	一般和書
17	497.6/ヤマ/	歯のかみ合わせを正せば健康になれる (KAWADE夢新書)	山田 敏輔/著	河出書房新社	2011.5	一般和書
18	497.9/カワ/	歯の「四大不安」解消読本 (R60の教科書)	川畑 著洋/著	講談社	2010.10	一般和書
19	498.3/アホ/	人が病気になるたった2つの原因	安保 徹/著	講談社	2010.7	一般和書
20	498.3/オビ/	今日から始める養生訓	帯津 良一/著	ベストセラーズ	2011.6	一般和書
21	498.3/コハ/	なぜ、「これ」は健康にいいのか?	小林 弘幸/著	サンマーク出版	2011.4	一般和書
22	498.3/シン/	自然免疫力をぐんぐん高める200%の基本ワザ	新谷 弘実/監修	日東書院本社	2011.6	一般和書
23	498.3/ハル/	春山茂雄の不老革命 (bio books)	春山 茂雄/著	ビオ・マガジン	2010.7	一般和書
24	498.3/マチ/	「ありがとうを言う」と超健康になる	町田 宗鳳/著	マキノ出版	2011.5	一般和書
25	498.3/ミツ/	40歳から病気にならない人の習慣	満尾 正/著	PHP研究所	2011.5	一般和書
26	Y498.3/ワタ/	健康と長寿の極意	渡部 昇一/著	PHP研究所	2010.8	一般和書
27	498.34/タツ/	龍村式ゆがみ解消法	龍村 修/著	日貿出版社	2010.12	一般和書
28	498.38/サイ/	「食べる力」を鍛えてピンピン元気	斎藤 一郎/著	東洋経済新報社	2010.7	一般和書
29	498.38/シヨ/	100歳時代を生きぬく力	昇地 三郎/著	東洋経済新報社	2010.9	一般和書
30	498.38/シラ/	老いに克つ百歳の生き方 (ベスト新書)	白澤 卓二/著	ベストセラーズ	2011.6	一般和書
31	498.38/ビユ/	ブルーゾーン	ダン・ビュイトナー/[著]	ディスカヴァー・トゥエンティワン	2010.12	一般和書
32	498.38/ヨシ/	100歳、元気、あたりまえ!	吉川 敏一/著	朝日新聞出版	2011.3	一般和書
33	498.38/ヨネ/	親を長生きさせる31のこと (EARTH STAR Books)	米山 公啓/著	アース・スターエンターテインメント	2010.9	一般和書
34	498.39/シラ/	100歳までボケない101の方法 (文春新書)	白澤 卓二/著	文藝春秋	2010.9	一般和書
35	498.5/ハヤ/	老いない食事力 (ベスト新書)	林 泰史/著	ベストセラーズ	2011.4	一般和書
36	498.583/イト/	ロージュース・レシピ (地球丸からだブックス)	いとう ゆき/著	地球丸	2011.5	一般和書
37	498.583/エヌ/	NHKためしてガッテン50代から備える健康寿命をのばすおかずの「超」基本 (生活シリーズ)	NHK科学・環境番組部/編	主婦と生活社	2011.6	一般和書
38	498.583/ツル/	病気にならない腹6分目健康法 (中経の文庫)	鶴見 隆史/著	中経出版	2010.8	一般和書

39	498.583/ナガ/	長寿の食卓 (角川学芸ブックス)	永山 久夫/著	角川学芸出版	2009.6	一般和書
40	498.583/フク/	35歳を過ぎたら、上手に肉を食べなさい (晋遊舎ムック)	福島 力/監修	晋遊舎	2010.7	一般和書
41	498.583/フナ/	「長生き」したければ、食べてはいけない!?	船瀬 俊介/著	徳間書店	2011.1	一般和書
42	498.583/マキ/	効能別体にいいものレシピ87 (コレカラBOOKS)	牧野 直子/著	メディアファクトリー	2010.9	一般和書
43	498.583/ヤモ/	ついに突きとめた究極の長寿食	家森 幸男/著	洋泉社	2011.2	一般和書
44	498.59/シン/	50歳を過ぎたら「粗食」はやめなさい!	新開 省二/著	草思社	2011.3	一般和書
45	596.21/タイ/	沖縄おばあ健康レシピと長寿の知恵袋 (エクснаレッジムック)	平良 一彦/監修	エクснаレッジ	2010.7	一般和書
46	596.21/ホフ/	世界一の長寿村のレシピ	ポプラ社編集部/編	ポプラ社	2011.6	一般和書
47	596.35/エタ/	骨に効く小魚レシピ (体においしい健康ごはん)	枝元 なほみ/著	高橋書店	2011.4	一般和書
48	782/タナ/	スロージョギング健康法	田中 宏暁/著	朝日新聞出版	2010.10	一般和書
49	916/ヨシ/	万病息災	吉武 輝子/著	講談社	2011.2	一般和書



No.	請求記号	書名	著者	出版者	出版年	区分
1	159.79/カワ/	みっともない老い方 (PHP新書)	川北 義則/著	PHP研究所	2011.6	一般和書
2	186/フジ/	日本人なら知っておきたいお葬式の才覚	藤本 晃/著	新人物往来社	2011.5	一般和書
3	324.7/ハセ/	磯野家の相続	長谷川 裕雅/著	すばる舎	2010.9	一般和書
4	324.77/トダ/	妻が幸せになる夫の遺言状	戸田 智弘/著	主婦の友社	2010.9	一般和書
5	324.77/ワカ/	すぐに役立つ一人になっても大丈夫!遺言書の書き方と生前契約書のしくみ	若林 美佳/監修	三修社	2011.6	一般和書
6	338.18/オケ/	めざそう!年金+5万円定年前後の資産運用 (人生設計応援mook Jiyu Kokumin LifePlan Series)	桶谷 浩/監修	自由国民社	2011.1	一般和書
7	339.4/ミタ/	個人年金を考えるならこの1冊 (はじめの一步)	三田村 京/著	自由国民社	2010.7	一般和書
8	364.3/ナカ/2011	図解わかる定年前後の手続きのすべて 2011-2012年版	中尾 幸村/著	新星出版社	2011.6	一般和書
9	364.6/タナ/2011	新しい「年金」まるわかり・早わかり 2011年-2012年版	田中 章二/著	税務研究会出版局	2011.5	一般和書
10	365.3/サイ/	定年後のリフォーム・住みかえ・田舎&海外暮らし (人生設計応援mook Jiyu Kokumin LifePlan Series)	齋藤 信義/執筆代表	自由国民社	2011.7	一般和書
11	366.46/イワ/	退職金は、動かすな (宝島社新書)	岩崎 博充/著	宝島社	2011.1	一般和書
12	367.7/イワ/	定年後年金前 (祥伝社新書)	岩崎 日出俊/[著]	祥伝社	2011.2	一般和書
13	367.7/カト/	年金生活の便利帖 (角川SSCムック 毎日が発見ボックス)		角川SSCコミュニケーションズ	2010.11	一般和書
14	367.7/カミ/	定年、そして10万時間	上鶴瀬 孝志/著	角川学芸出版角川出版企画センター	2010.4	一般和書
15	367.7/セカ/2011	これだけは知っておきたい定年前後の生活設計 2011年版 (人生設計応援mook Jiyu Kokumin LifePlan Series)	セカンドライフ設計委員会/編著	自由国民社	2010.9	一般和書
16	367.7/セコ/	定年後のリアル	勢古 浩爾/著	草思社	2010.1	一般和書
17	367.7/ツシ/	生前に書く「死去のご挨拶状」	津城 寛文/著	春秋社	2010.11	一般和書
18	367.7/ツタ/	老後のカネ老後の生き方心配はいらない!	津田 倫男/著	講談社	2010.11	一般和書
19	367.7/ニシ/	60歳からの暮らしの処方箋 (幻冬舎ルネッサンス新書)	西 和彦/著	幻冬舎ルネッサンス	2010.8	一般和書
20	367.7/ハヤ/	老後はお金で買えますか?	早川 裕子/著	主婦の友社	2010.4	一般和書
21	367.7/ヒロ/	脱力系シニアライフのすすめ。	ヒロN/著	無双舎	2010.7	一般和書
22	367.7/ホサ/	人生の整理術 (朝日新書)	保坂 隆/著	朝日新聞出版	2011.4	一般和書
23	367.7/ムラ/	親が70歳を過ぎたら読む本	村田 裕之/著	ダイヤモンド社	2011.2	一般和書
24	367.7/ヨネ/	親が死ぬまでに聞いておきたい45のこと	米山 公啓/著	中経出版	2010.12	一般和書
25	367.7/ロウ/	60歳からの現実(リアル)	60歳からの未来を考える会/著	ポプラ社	2010.4	一般和書
26	367.75/ホサ/	ひとり老後は「友活」で決まる (ベスト新書)	保坂 隆/編著	ベストセラーズ	2010.11	一般和書
27	367.75/マツ/	おひとり死	松原 惇子/著	河出書房新社	2010.10	一般和書
28	367.75/ヨシ/	ひとりの老後は大丈夫?	吉沢 久子/著	清流出版	2011.3	一般和書
29	385.6/シュ/	お葬式もお墓もなしで人生を満足に締めくくる方法	主婦の友社/編	主婦の友社	2010.12	一般和書
30	490.14/コフ/	大切な人の看取り方	デニー・コープ/著	飛鳥新社	2011.6	一般和書
31	491.358/タナ/	女の老い・男の老い (NHKブックス)	田中 富久子/著	NHK出版	2011.4	一般和書
32	493.185/セブ/	親の老いを感じたとき読む本 (saita mook)		セブン&アイ出版	2010.4	一般和書
33	493.758/サイ/	ポケは40代に始まっていた	西道 隆臣/編著	かんき出版	2011.6	一般和書
34	527/アマ/	転ばぬ先の家づくり	天野 彰/著	祥伝社	2011.3	一般和書
35	590/アベ/	今日からはじめる男の家事 (R60の教科書)	阿部 絢子/監修	講談社	2010.11	一般和書
36	590/オチ/	一人でもだいじょうぶ	おち とよこ/著	日本評論社	2010.7	一般和書
37	591/アベ/	老いのシンプル節約生活	阿部 絢子/著	大和書房	2011.2	一般和書
38	591/ニツ/	定年ですよ (集英社文庫)	日経ヴェリタス編集部/著	集英社	2010.7	一般和書
39	596/カメ/	いくつになっても始められる男の料理入門塾	亀渕 昭信/著	学研パブリッシング	2010.11	一般和書
40	914.6/ミタ/	哲学で解くニッポンの難問	三田 誠広/著	講談社	2011.3	一般和書