

実用書 ご担当者様へ

K&Bパブリッシャーズ 既刊補充のお願い

My Life これまでとこれから

# 自分史年表+エンディングノート 令和版

好評  
発売中

B5判(182×257mm) 128ページ 2色  
本体1,200円+税 ※返品フリー入帳

With コロナの時代だからこそ。

「これまでとこれから」に思いを馳せ準備する

ブログや評価サイトに高評価をいただいている「自分史年表」と「エンディングノート」をまとめた前書を、新時代令和に対応して再発売。読者からの要望に応え自分史年表を1926年(昭和元年)～2045年まで拡大。またノドまで開く最新のPUR製本を使い、書きやすさも向上し、より丈夫になりました。これまでの自分の人生を振り返り、これからの夢や生き方、もしもの時の備えと意思を書き記す1冊として長年活用していただけます。

## ～自分史年表～

年号	出来事	世相・流行	年齢
1956年 昭和31年	日本テレビ放送局、日曜への朝の人気番組 モナコ公国「エニエ」第3期、アメリカの女優ブレンダ・スター上野 読者雑誌「文芸春秋」創刊 日ノ関関機長同僚 大塚で東洋館の再建完成 は、同業者の閉鎖	歌 「サモラウ」(笠置シズ子) 「若いドレスの女」 本 「五臓の奇蹟」(石原信子)、「命の神」 二宮和久「輪舞曲」(石原信子) 80歳 「ヒューの奇蹟」(早稲) テレビ NHK「お笑」(三人) 流行 日本放送協会「国民新聞」創刊	
1957年 昭和32年	東京・谷中の文芸春秋、読者により閉鎖 九州の福岡で中野実により死者多数 少歳、世界初の人工衛星スプートニク1号の打ち上げ 読者、読者雑誌編集長理事就任 日ノ通機長同僚 流行 国民新聞発行	歌 「東京の朝」(笠置シズ子) 「有楽町でいっしょ」 本 「水鏡」(井上靖)、「映夜」(原田淑子) テレビ「お笑」(三人)、「自由劇場」 80歳 「お笑」(三人)、「映夜」 流行 「映夜」(原田淑子)	
1958年 昭和33年	長崎の暴動 テレビ放送局が100万回を突破 日清食品「豚肉チキナーメン」を発売 一方札を初めて発行(自衛隊は聖徳太子) 東京タワー完成 読者雑誌編集長就任	歌 「からたち日記」(藤原ヒロシ) 「ローレライ」(藤原ヒロシ) 本 「恋と戦」(石原信子) 「闇のあたる夜」(石原信子) テレビ「お笑」(三人)、「自由劇場」 80歳 「お笑」(三人)、「自由劇場」 流行 国民新聞、ならぬ	
1959年 昭和34年	キューバ革命 メキシコ反乱が起り、ダライ 皇太子明仁、正田美智子さんと 小澤征爾、ブザンソン国際指揮 位入賞 伊勢湾台風 第1回日本レコード大賞「黒い	歌 「黒い雨」(藤原ヒロシ) 「黄色い雨」(藤原ヒロシ) 本 「人間の条件」(辰野栄三) テレビ「お笑」(三人)、「自由劇場」 80歳 「お笑」(三人)、「自由劇場」 流行 国民新聞、ならぬ	
1960年 昭和35年	新日米安保条約調印 東京五輪開催 読者雑誌編集長就任 読者雑誌編集長就任 読者雑誌編集長就任	歌 「黒い雨」(藤原ヒロシ) 「黄色い雨」(藤原ヒロシ) 本 「人間の条件」(辰野栄三) テレビ「お笑」(三人)、「自由劇場」 80歳 「お笑」(三人)、「自由劇場」 流行 国民新聞、ならぬ	

私の歩み(出来事、出会い、思い出など)

自分史年表をまとめられる記入スペース。方眼で書きやすい

◎任意後見契約とは

認知症などで判断能力が低下したとき「成年後見制度」といいます。成年後見制度がある時期に代行人(=後見人)を。公正証書の作成によって契約が成立

◎委任契約とは

財産管理や生活上の

法律用語についてのわかりやすい解説付き

## 2つのノートが1冊に!!

もしもの時を考えて自分の意思を書き込める

### 介護の希望

- 自宅で、介護サービスなどを利用
- 介護施設などで暮らしたい
- 家族・親族の判断に任せる
- その他( )

私の介護・看護について

入院したとき看護をお願いしたい人

第一希望 名前 性別・関係  
連絡先

第二希望 名前 性別・関係  
連絡先

介護が必要になったときをお願いしたい人

第一希望 名前 性別・関係  
連絡先

第二希望 名前 性別・関係  
連絡先

介護の希望

自宅で、介護サービスなどを利用しない、家族にお願いしたい

介護施設などで暮らしたい

家族・親族の判断に任せる

その他( )

看護・介護をしてくれる人に伝えたいこと

希望はここに記述しておりませんが、可能な範囲でかまいません

希望を記述しましたが、判断は任せます。あなたの今の暮らしと将来を優先してください

その他( )

介護・看護などの費用

自分の貯蓄や、年金などから

追加している保険を役立てる

家族・親族の判断に任せたい

その他( )

病気で判断ができません

第一希望 名前  
第二希望 名前  
連絡先

任意後見契約、委任契約

名前  
内容

◎任意後見契約とは  
認知症などで判断能力が低下したとき「成年後見制度」といいます。成年後見制度がある時期に代行人(=後見人)を。公正証書の作成によって契約が成立

◎委任契約とは  
財産管理や生活上の事務手続きなどによって成立し、内容は自由に

## ～エンディングノート～

【PUR製本とは?】

新世代のPUR糊を使った製本で、従来の無線綴じと比べ、「ページの開きが良い」「開きの耐久性が高い」「温度変化に強く保管に向く」などの利点があります。長年にわたり使用・保存する本書に最適な製本です。

### ◆おもな内容◆

Part.1 人生を振り返る 自分史年表

私について/家族について/自分史年表 など

Part.2 エンディングノート1 これからのために

私の好きなもの/旅の思い出/伝えたいこと/お金のこと/私の資産 など

Part.3 エンディングノート2 もしものに備える

健康の基本情報/介護・看護/告知・終末医療/葬儀/お墓・納骨・供養/連絡先リスト/デジタル遺品

付録 100年カレンダー

ご注文はFAX:03(3294)2772まで

取次:日販、トーハン、楽天BN、中央社

貴店名・番線印

My Life これまでとこれから

# 自分史年表+エンディングノート 令和版

定価:1,200円(税別) ISBN978-4-902800-31-9 C0077

※本書はISBN978-4-902800-27-2「自分史年表+エンディングノート」の改訂版です