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

増刷決定!!

累計5刷!! ロングセラー

「これまでとこれから」に思いを馳せて 先行き不透明な時代に備える！

ブログや評価サイトにて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～

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

2つのノートが1冊に!!

1926～2019年の出来事や世相をまとめた年表で時代を懐かしむ。書き込み欄は2045年まで用意

1959年 昭和34年
キューバ革命
チベット反乱が起こり、ダライ・
皇太子明仁、正田美智子さんとご
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「黒い花
1960年
新日米安保条約調印

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（

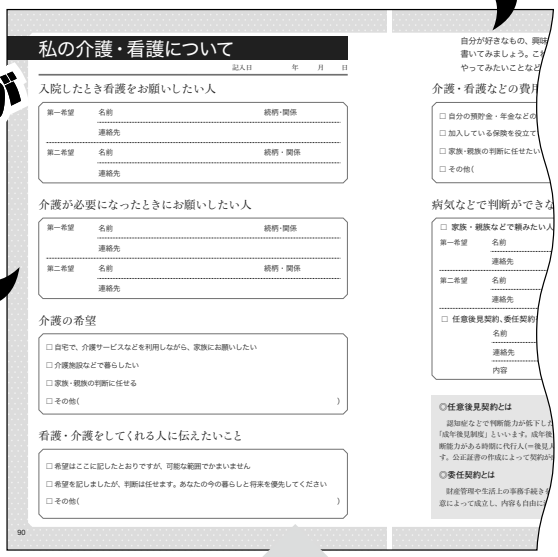
◎任意後見契約とは

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。成年後見制断能力がある時期に代行人（＝後見人）をす。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



～エンディングノート～

◆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 もしもに備える　健康の情報／告知・終末医療／葬儀／お墓・納骨・供養／連絡先／デジタル遺品　など

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

ご担当者名

冊

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：1,320円（税込）　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

B5判（182×257㎜）128ページ　2色　※返品フリー入帳

ハガキサイズのPOP希望　□希望する　（←ご希望の場合、□ 内に ✓ チェックお願いします　）

株式会社K&Bパブリッシャーズ　〒101-0054 東京都千代田区神田錦町2-7 戸田ビル3F　TEL:03(3294)2771 FAX:03(3294)2772