

将来



# 人生100年時代 ～しなやかに生きよう！～

## 人生後半におすすめの本、集めました

令和元年，男の平均寿命は 81.4 年，女の平均寿命は 87.4 年（厚生労働省／簡易生命表より）

長寿社会の到来により，人生後半の生き方を一人一人が，考える時代がやってきました。  
ともすれば不安になりがちな後半人生を，しなやかに生きるために参考になる本を  
2カ月ごとにテーマを決めて展示します。ぜひご利用ください。

## 「人生100年時代」コーナー 月ごとのテーマ

5月 6月…住居・暮らし(暮らし方・料理・おしゃれなど)

7月 8月…趣味でいきいき(音楽・絵画・写真・手芸・旅行など)

9月10月…お金・キャリアデザイン(仕事・ボランティアなど)

11月12月…心身の健康(医療・健康情報など)

1月 2月…おすすめの小説・エッセイ

3月…終活