

## 〈お詫びと訂正〉

### シニアNavi 2015年夏号 Vol.18

P43「Book Navi 4」についてご紹介の本の価格について「税込」とありますがすべて「税別」の間違いです。

謹んで訂正いたしますとともに、読者および関係者の皆様にご迷惑をおかけしたことを心よりお詫びいたします。

Book Navi 4 頭を鍛える本

シニア世代に  
おすすめ

Book  
Navi  
4

103歳に学ぶ人生の知恵  
生きがいを  
考える本

偶然だと思いますが、いま超元気なお年寄りを言い表すキーワードは「103歳」なのです。この本はまずその1冊目。天才とは、優れた特徴を持つ「変人」のことであると誰かが言っていたような気がしますが、92歳で陸上を始めた宮崎秀吉さんは103歳で「世界最高齢スプリンター」としてギネスに認定されました。超高齢でボケず、元気に走り、いつまでも健康でいられるその普段の生活に生きがいとは何でしょうか。

103歳世界最速の  
おじちゃん  
スプリンター

著 宮崎秀吉  
1400円税別  
日本文化出版社



103歳にして現役医師作家で、「いのちの授業」を教える教師でもある日野原先生を知らない人はいないのでないでしようか。日本で最初に人間ドックを開発した予防医の功労者で、「成人病」と呼ばれていた病気を、「生活習慣病」という名に改めた先生です。この本は子どもたちに向けて語られた先生からのメッセージですが、その考え方や生き方には読む者を癒し勇気づけてくれる生きがいを感じています。

明日をつくる  
103歳のわたしから

著 日野原重雄  
1100円税別  
福山房



おじちゃんスプリンターの宮崎さんは、「友だちが人生を豊かなものにしてくれる」と書かれ、日野原先生は「子どもたちが最高の友であり宝ものだと書かれています。3冊目の美術家・篠田さんは「二人こそが自由で気楽で平和だと書かれています。三者三様なようですが、どの側面も私達の中にあると思います。篠田さんの言う「自由は難題に思えますが、これを実現できたなら軽やかに清々しく生きられそうです。憧れますね。」

103歳になっても  
わかったこと  
人生は一人でも面白い

著 篠田雅正  
1000円税別  
幻冬舎



Book  
Navigator



掲載の本についてのお問い合わせは ▶ 啓文社 岡山本店 岡山市北区下中野377-1 TEL.086-805-1123



啓文社岡山本店 店長  
丸尾 英樹さん