

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

2015年
4月14日
搬入

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

自分のために、家族のために
書いておきたい、伝えておきたい人生のかたち
懐かしい時代を思い出しながら自分の人生を記録できる
「自分史年表」と、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「エンディングノート」を使い
やすい1冊にまとめています。
自分史の作成や将来の人生設計に活用できる「100年
カレンダー」も付き、これまでとこれからのトータルに
考えられる内容です。自分の思いを記した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
1951年 昭和26年	NHK秋の白菊、放送開始(第1回はラジオ放送) 連合国軍最高司令官マッカーサー、帰米 日本郵政1円切手が発売 日本、国政選挙権拡大(目録と選挙権) サンフランシスコ講和条約調印 加藤武の「藤十郎」(国政選挙権拡大) 加藤武の「藤十郎」(国政選挙権拡大)	歌 「上海の朝風」(17日)の花園集 本 「伊豆の舞子」 「等閑院」(現代文) 「家族はみんな彼に似てる」 流行歌 若原は松平(たけなす)の、 利用集	
1952年 昭和27年	オーストラリア人の恋人、渡米 戦中最高賞格勲章 船のメーデー事件 ボクシングアポロ(韓国、自身義勇隊日本人船の乗 船キャンセル) 船政博物館設立 日本、国政選挙権拡大(MP)に選挙	歌 「サンゴ島」(ナカヨシワカ) 本 「二十歳の嵐」(現代文) 「夜明けの静けさ」 「目撃」(風と共に) 「僕の愛」 流行歌 若原は松平	
1953年 昭和28年	NHKがテレビ放送開始 朝鮮戦争、休戦協定調印 読売テレビ(日本テレビ)が放送開始 船政博物館設立 東京に配給局(日本郵政のセパレートサービス) バーマート開設	歌 「雪の降る夜」(若原は松平) 本 「伊豆の舞子」 「徳川家康」(現代文) 「東京物語」(現代文) 流行 直木三十五	
1954年 昭和29年	マリリン・モンロー、ジョー・ディ 集団就職の列車運行開始 第五福竜丸、ビキニ環礁の水爆 自衛隊発足 青函連絡船が台風15号の暴風 沈没 神武景気始まる(～1957年)	歌 「高家利根は行く」(若原は松平) 「伊豆の舞子」 本 「伊豆の舞子」 「女性に贈る」(二葉伊重) 「七人の侍」(若原は松平) テレビ NHK 初の朝野 流行歌 若原は松平	
1955年 昭和30年	高松沖で宇高連絡船が沈没し 船政博物館が開設し、藤十郎行きの多数 船政博物館が開設し、藤十郎行きの多数 船政博物館が開設し、藤十郎行きの多数 船政博物館が開設し、藤十郎行きの多数 船政博物館が開設し、藤十郎行きの多数	歌 「月がとっても青いから」 「この世の光」(若原は松平) 本 「伊豆の舞子」(若原は松平) 「大船再発」(若原は松平) テレビ NHK 初の朝野 流行歌 若原は松平	

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!!

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。成年後見制度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わかりやすい解説付き

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	続柄・関係
	連絡先	
第二希望	名前	続柄・関係
	連絡先	

介護が必要になったときにお願いしたい人

第一希望	名前	続柄・関係
	連絡先	
第二希望	名前	続柄・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がら、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()

1926～2035年の出来事や世相をまとめた年表で時代を懐かしむ

1954年 昭和29年	マリリン・モンロー、ジョー・ディ 集団就職の列車運行開始 第五福竜丸、ビキニ環礁の水爆 自衛隊発足 青函連絡船が台風15号の暴風 沈没 神武景気始まる(～1957年)
1955年	高松沖で宇高連絡船が沈没し

◆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 これからのこと
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・遺言書/連絡先リスト
付録 100年カレンダー

～エンディングノート～

ご注文はFAX:03(3294)2772まで

取引取扱:日販、トーハン、大阪屋、栗田、太洋社

貴店名

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

定価:1,200円(税別) ISBN978-4-902800-27-2 C0077