



「終活」について調べる



「終活」について調べるための資料とその探し方をご紹介します。

※医療・相続などについては、情報の変化が早いため、なるべく刊行年の新しい資料のご利用をお勧めします。

※各章で紹介している「キーワード」を、当館ウェブサイトの「蔵書検索（詳細検索）」や、館内の蔵書検索用端末で検索するときに入力すると、効率よく資料を探せます。

■ 「終活」を始める

・ 『終活の教科書』

（終活カウンセラー協会 監修、辰巳出版、2013.8、請求記号：367.7/P 3）

終活に関する資格や講座を実施する団体が監修した「教科書」的な本。持ち物や財産の整理、介護、葬儀の手続きなど、終活で知りたいことを幅広く解説。大版で比較的読みやすい。

・ 『失敗しないエンディングノートの書き方』

（石崎公子 著、法研、2013.12、請求記号：324.77/P 3）

早いうちに楽しみながらエンディングノートを書くことで、より人生を輝かせることを目的とした本。後にトラブルにならないよう、エンディングノートの選び方、書き方を解説。

同じテーマの本をもっと探すために

- ・ 類書を検索するときのキーワード：終活、エンディングノート
- ・ 類書が置いてある書棚：1階 暮らしA「セカンドライフ」

■ 「健康・暮らし」について知る

・ 『差がつく70歳からの病気』

（朝日新聞出版 編、朝日新聞出版、2018.5、請求記号：493.185/P 8）

70歳以降、特に注意すべき病気に的を絞って専門医が解説した本。それぞれの病気が疑われるサインと、その治療について分かりやすくまとめている。

・『おひとりさまでも最期まで在宅 第2版』

(中澤まゆみ 著, 築地書館, 2016.7, 請求記号: 498/P 6)

自宅で医療・介護を受けつつ平穏な看取りを迎えるための「在宅ケア」についてまとめた本。在宅で受けられる医療や、介護保険制度の活用法、本人と家族が気をつけるべきことなどを紹介。

同じテーマの本をもっと探すために

- 類書を検索するときのキーワード:

老年医学, ターミナルケア, 緩和ケア, 在宅医療, ホスピス, 介護保険, 老人ホーム, 高齢者専用住宅

- 類書が置いてある書棚: 1階 暮らしC「介護」「医療・健康」
- 調べ方案内「高齢者介護について調べる」もご利用ください。

■「お金」について知る**・『弁護士と考える快適なシニアライフと財産活用』**

(関東弁護士会連合会 編著, 日本加除出版, 2015.7, 請求記号: 367.7/P 5)

お金、医療・介護、葬儀やお墓など、老後に直面する様々な生活問題を挙げて、課題となることがらと、その法的な支援についてまとめた本。成年後見制度や信託についても解説。

・『改訂 終活にまつわる法律相談 一遺言 相続 相続税』

(安達敏男 著, 日本加除出版, 2017.4, 請求記号: 324.7/P 7)

遺言や相続、相続税など、終活にまつわる法律問題について、幅広くQ&A形式で解説した本。根拠となる法令や判例、出典が明示されている。平成28年までの法・制度改正に対応。索引あり。

・『遺言の書き方と相続・贈与』

(比留田薰 監修, 主婦の友社, 2015.5, 請求記号: 324.77/P 5)

遺言書の書き方を中心に、相続や贈与についても分かりやすく解説した本。ケース別の遺言書例を豊富に収録。

同じテーマの本をもっと探すために

- 類書を検索するときのキーワード:

相続法, 遺言, 相続税, 中高年齢者, 家庭経済



- ・類書が置いてある書棚：1階 暮らしA「相続・遺言」「セカンドライフ」
- ・調べ方案内「相続・遺言について調べる」もご利用ください。

■ 「死後（葬儀、お墓など）について知る

- ・『今から知っておきたいお葬式とお墓45のこと』

（小谷みどり 著、家の光協会、2013.3、請求記号：385.6/P 3）

葬儀とお墓のことを中心に、終末期から死後の手続きまで、45項目にわたって幅広く解説した本。

- ・『自然葬のススメ』

（島田裕巳 監修、徳間書店、2015.7、請求記号：385.6/P 5）

海洋散骨、樹木葬などのいわゆる自然葬を紹介した本。従来の葬儀について解説した上で、よりシンプルな葬儀や埋葬の方法を提示。

- ・『お墓のことを考えたらこの1冊 第2版』

（石原豊昭 著、自由国民社、2015.7、請求記号：385.6/P 5）

お墓の設置や管理・承継、埋葬に関する法的な問題をQ&A形式で解説した本。巻末資料として、関係法律、書式等を収録。

同じテーマの本をもっと探すために

- ・類書を検索するときのキーワード：葬式、自然葬、供養、墳墓
- ・類書が置いてある書棚：1階暮らしA「セカンドライフ」、暮らしB「冠婚葬祭」



■ 「思いの伝え方・遺し方」について知る

- ・『自分史の書き方』

（立花隆 著、講談社、2013.12、請求記号：280.7/P 3）

大学でのシニア向け講義「現代史の中の自分史」をまとめたもの。受講生の作例を紹介しつつ、本格的な自分史を書く方法を解説。

- ・『遺品整理士が教える「遺す技術」』

（木村榮治 著、メイツ出版、2016.1、請求記号：365/P 6）

遺品整理の民間資格「遺品整理士」による片付け方の本。遺される側のことを考えた、持ち物や家、部屋の片付け方を紹介。

同じテーマの本をもっと探すために

- 類書を検索するときのキーワード：自分史、遺品整理、生活問題
- 類書が置いてある書棚：1階 暮らしA「セカンドライフ」「相続・遺言」、2階人文と社会のフロア「伝記」(請求記号280.7)

■こんな探し方・情報もあります

- 新聞や雑誌の記事から、新しい情報を得る。(2階インターネットコーナーで、データベースや検索サイトを利用できる。)
 - 新聞記事データベース (2階インターネットコーナーで利用可)
→「聞蔵川ビジュアル (朝日)」、「ヨミダス歴史館 (読売)」など
 - 雑誌記事検索サイト
→国立国会図書館サーチ (国立国会図書館) など
- 無料で相談できる公的機関を利用する。
 - 法テラス山口 (法テラス (日本司法支援センター))
遺言など、法律問題の相談ができる公的機関
<https://www.houterasu.or.jp/chihoujimusho/yamaguchi/index.html>
 - 山口県消費生活センター (県県民生活課)
葬儀やお墓などの契約問題の相談ができる公的機関
<http://www.pref.yamaguchi.lg.jp/cms/a12100/syo-center/a12101top.html>
 - かいごへるぷやまぐち：介護保険の相談窓口 (県長寿社会課)
各市町の介護保険に関する相談窓口の一覧
<http://www.kaigo.pref.yamaguchi.lg.jp/cms/723.html>

※ウェブページの最終確認日：2018年10月31日

■お探しの資料が見つからないときは、当館職員へお尋ねください。

山口県立山口図書館 総合サービスグループ

TEL：083-924-2114 (調査・相談)

FAX：083-932-2817

ホームページ：<https://library.pref.yamaguchi.lg.jp>

