

丈人力のススメ ～未踏の「人生九〇年」を踏破する～

筆名 堀 亜起良 東洋哲学者

元『知恵蔵』編集長 堀内正範 著

目次

その一 「引退余生」でいいか「現役長生」がいいか	丈人力のススメその一
一 「人生六五年」から「人生九〇年」へ	3
二 「丈人力」を活かす成熟・円熟期	11
三 長寿を愛しむ三つの流儀	19
その二 「マイホームパパとママ」の憂鬱	丈人力のススメその二
一 「しあわせ家族」は外にある	31
二 マドギワに居場所をすえる	39
三 宙に浮いたままの「暮らしの知恵」	47
その三 生活感性を満たす国産・地産品	丈人力のススメその三
一 「MADE IN JAPAN」はどこへ行った	56
二 途上国産の日用品に囲まれて	67
三 アベノミクス+エイジノミクス	75
その四 「地域の四季」を探し求めて和風回帰	丈人力のススメその四
一 和風回帰のキイは「季節感」の共有	88
二 春秋のまわり舞台で衣食住を演出	99
三 中心街は「三代四季の情報源」	117
その五 高齢期二五年の居場所づくり	丈人力のススメその五
一 「エイジング・イン・プレイス」での日々	127
二 高齢社会活動の先行的事例	139
三 「新・地域ブランド品」で全国制覇へ	150
四 わがまちの「生活支援コーディネーター」	158
五 仲間+たまり場+まちづくり	167
その六 「人生の達人」としての八面玲瓏	丈人力のススメその六
一 まあ、いいか、でいいのか	176
二 ひとりの住民・市民として	190
三 ひとりの国民として	199
四 ちょっとばかり国際人	210
五 不戦不争の灯かりを伝えて	219
おわりに	
そして「寿終正寝」(天寿)を全うする	222