



ベストセラー精神科医、著者待望の最新作!

2023年
5月
発売

ボケずに大往生

和田秀樹 著

定価：1200円+税／四六判
1色・248ページ

ボケずに

大往生

和田秀樹

WADA HIDEKI

人生100年時代ですが、歳をとれば物忘れもするし、認知症の足音も聞こえてきます。ある統計によると、65歳以上の認知症の数は、2025年には700万人（高齢者の5人に1人）に達するそうです。本書では、ベストセラー精神科医である著者が、日頃の暮らし方や意識を少し変えるだけで、ボケずに、幸せな老後を過ごせる生き方を教えます。

著者 老年医学・精神科医
和田秀樹（わだ・ひでき）

1960年、大阪府生まれ。東京大学医学部卒。精神科医。東京大学医学部附属病院精神科助手、米国カール・メンガー精神医学学校国際フェロー、浴風会病院神経科医師を経て、現在、「和田秀樹こころと体のクリニック」院長、国際医療福祉大学大学院教授、川崎幸病院精神科顧問。高齢者専門の精神科医として、30年以上にわたって、高齢者医療の現場に携わっている。「70歳が老化の分かれ道」（詩想社）、「80歳の壁」（幻冬舎）、「70歳からの老けない生き方」（思秋期）の壁」「60歳から脳を整える」「ひとり老後を幸せに生きる」（以上、リベラル社）など、著書多数。



- 1章 あなたは本当に認知症のことを理解しているか
- 2章 「ボケる」を遠ざけるためにできることがこんなにある
- 3章 こんなに簡単！認知症対策メソッド
- 4章 高齢者の健康をスポイルし、生きにくくしている世の中
- 5章 ボケても、ボケなくてもニコニコ大往生

※現在制作中のため、内容やデザインが変わる場合がございます。

主な内容

- ★認知症とはいったいどういうものなのか
 - ★認知症の種類と対処法
 - ★認知症と「うつ」を見間違えるな
 - ★30代から脳は委縮をはじめている
 - ★80代の半分以上は認知症
- 認知症対策
- 「脳を悩ます」が認知症回避のキーワード
 - ITスキルを高めなさい
 - 「ひとりカラオケ」で発語力を高める
 - 「おむつ」を愛しなさい
 - 「最近の若者」との交流こそ、認知症回避のキーワード
 - 昔話は「ほどほど」でやる
 - 月初めに薬書を10枚買う

和 田 秀 樹 著	<p>70歳からの老けない生き方</p> <p>四六判 定価:1,200円+税 ISBN 978-4-434-29883-7</p>	<p>精神科医が教える ひとり老後を 幸せに 生きる</p> <p>和田秀樹</p>	<p>60歳から脳を整える</p> <p>文庫判 定価:720円+税 ISBN 978-4-434-30868-0</p>
	<p>「思秋期」の壁</p> <p>新書判 定価:900円+税 ISBN 978-4-434-31224-3</p>	<p>ひとり老後を幸せに生きる</p> <p>文庫判 定価:720円+税 ISBN 978-4-434-31810-8</p>	

手配の都合上、_____までにご返送いただきますようお願いいたします。

番線	<h2 style="font-size: 36px; margin: 0;">ボケずに大往生</h2> <p style="font-size: 18px; margin: 0;">和田秀樹 著</p> <p style="font-size: 14px; margin: 0;">定価：1200円+税／四六判／1色・248ページ 発行：リベラル社 発売：星雲社 ISBN 978-4-434-32009-5</p>	冊	<p>A3 パネル ()枚希望</p> <p>A4 パネル ()枚希望</p>	<p>15冊以上</p> <p>15冊以上</p>	<p>POP (ハガキサイズ) ()枚希望</p> <p>テーブル (40cm×50cm) 希望(する・しない)</p> <p>5冊以上</p> <p>30冊以上</p>
<p>ご注文日: _____年 _____月 _____日</p> <p>ご担当者様名: _____様</p>					

※弊社は取次委託配本を行っていないため、ご発注いただかなければ配本はございません。ご注意ください。
※冊数は減数させていただく場合がございます。あらかじめご了承ください。

ご注文はこちら

リベラル社 **FAX 078-958-5581**

〒460-0008 名古屋市中区栄3-7-9 新鏡栄ビル8F TEL.052-261-9101 <http://liberalsya.com> info@liberalsya.com

