



# 「どう生きてきたか」が未来をつくる 記憶を記録に残す 書き込み式ノート

2026年  
**3月**  
発売

## 「わたし」を書き残す 人生ノート (仮)

[監修] 和田秀樹

定価1,200円+税／B5判  
2色／120ページ予定

### 家族に残しておきたい 「これまで」と「これから」

自分史年表をつくりながら、これまでの人生の「棚卸し」ができる、「人生ノート」。今までの歩みを振り返ることで、これからの夢や生き方が見えてきます。記憶を掘り起こし、書き込むことで、脳のトレーニングにも最適! 家族に残しておきたい情報の整理にも役立ちます。

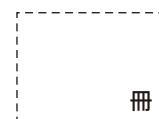
〔著者〕 老年医学・精神科医 **和田秀樹**

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神経科助手、米国カール・メンガー精神医学学校国際フェロー、浴風会病院精神科医師を経て、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。『コロナの副作用!』(ビジネス社)、『70歳が老化の分かれ道』(詩想社)、『ストレスの9割は「脳の錯覚」』(青春出版社)、『60代から心と体がラクになる生き方』(朝日新聞出版)など、著書多数。

新刊との  
併売が  
オススメAmazon 相続税・贈与税の本の売れ筋ランキング ベストセラー 1位  
こんなエンディングノートが欲しかった!!

### 一番わかりやすい エンディングノート

監修:東優 定価:1,080円+税 (※2025年12月1日より価格改定) / B5判 / 2色・64ページ ISBN:978-4-434-26579-2



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	「わたし」を書き残す 人生ノート (仮) [著] 和田秀樹	冊	A3 パネル ( )枚希望	POP (ハガキ1/2サイズ) ( )枚希望	5冊 以上
書籍	定価1,200円+税／B5判／2色／120ページ予定 発行:リベラル社 発売:星雲社 ISBN 978-4-434-37401-2	冊	A4 パネル ( )枚希望	テーブル (40cm×50cm) 希望(する・しない)	30冊 以上

ご注文日: 年 月 日 ご担当者様名: 様

※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

**FAX 078-958-5581****MAIL order@liberalsya.com**

リベラル社

〒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