

書 名	著 者	出 版 社	出版年	請求記号
88歳、しあわせデジタル生活 ーもっと仲良くなるヒント、教えますー	若宮正子／著	中央公論 新社	2023	007 ヲ
老いて今日も上機嫌! ー病気知らず86歳名医の健康習慣77ー	石川恭三／著	河出書房 新社	2022	159 イ
ピンピン、ひらり。ー鎌田式しなやか老活術ー	鎌田 實／著	小学館	2022	159 カ
100歳の幸せなひとり暮らし ー穏やかな心と健康を保つ100のヒントー	鮫島純子／著	光文社	2022	159 サ
76歳。今日も良日 ー一年をとるほど楽しくなる70代の心得帖ー	中尾ミエ／著	アスコム	2022	159 ナ
幸齢者 ー幸せな老後のためのマインドリセットー	和田秀樹／著	プレジデ ント社	2023	159 ヲ
わたしの100歳地図 ー65歳を過ぎても幸せが続く鉄則ー	和田秀樹／著	主婦の友 社	2023	159 ヲ
鉄道ひとり旅のススメ	「旅と鉄道」編 集部／編	天夢人	2023	291.0 テ
にっぽんの花地図 ー四季の花々を訪ねていきたいー	はなまっぴ／著	KADOK AWA	2023	291.0 ニ
60歳からの山と温泉ー山歩きの後にはふもとの お湯と地酒が待っているー	山田 稔／著	世界書院	2022	291.0 ヤ
過疎の山里にいる普通なのに普通じゃないすご い90代	池谷啓／著	すばる舎	2022	367.7 イ
老いを楽しく手なずけよう ー軽やかに生きる55のヒントー	吉永みち子／著	中央公論 新社	2022	367.7 ヨ
読んで楽しむ草花の事典	小池安比古／植 物監修 さとう ひろみ／絵	成美堂出 版	2023	470 ヨ
70からはメリハリ元気で自然な暮らし	沖幸子／著	祥伝社	2022	590 オ
60歳ひとりぐらし毎日楽しい理由 ー家族がいてもいなくても、自分=ひとりで楽 しめるヒント	山本浩未／著	小学館	2023	590 ヤ
60歳からの疲れない家事	本間朝子／著	青春出版 社	2022	590 ホ
60歳からのほどよい暮らしー毎日を小さく豊 かに過ごす34の工夫と発見ー	石黒智子／著	PHPエディ ターズ・グ ループ	2022	590.4 イ

書 名	著 者	出 版 社	出版年	請求記号
85歳、「好きなこと」を続けるごきげん暮らし	小畑滋子／著	大和書房	2022	590.4 オ
87歳、古い団地で愉しむひとりの暮らし	多良美智子／著	すばる舎	2022	図・小・沼 590.4 ヲ
68歳、つつましくも贅沢な暮らし －年金3万+α、好きな場所で好きに生きる－	なかはらけい子 ／著	大和出版	2023	590.4 ナ
70歳からのおしゃれ生活 －5人の「カッコいい人」から学ぶ－	中山庸子／著	さくら舎	2022	590.4 ナ
得する年金生活 2024年最新版	畠中雅子／監修	宝島社	2023	591 ト 24
村上祥子さんの一生元気でいられるバランスごはん－60代からは「食べ力」－	村上祥子／著	扶桑社	2022	596 ム
梅おばあちゃんの贈りもの－82歳の現役職人が伝える梅仕事と暮らしの知恵－	乗松祥子／著	誠文堂新光社	2023	596.3 ノ
黒田健太郎のコンテナガーデン－みんなの憧れフローラ黒田園芸の寄せ植え－	黒田健太郎／著	主婦の友社	2023	627 ヲ
86歳の健康暮らし －だれにも言っていないひみつの健康法－	田村セツコ／著	興陽館	2023	726.5 ヲ
老後とピアノ	稲垣えみ子／著	ポプラ社	2022	図・小 763.2 イ
90歳現役声優－元気をつくる「声」の話－	羽佐間道夫／著	イマジカ インフォ ス	2023	772.1 ハ
落語に学ぶ老いのヒント －長い老後をいかに生きるか－	稲田和浩／著	平凡社	2023	779.1 イ
新しい登山の教科書－「安全に、楽に、登る」 登山スキルが“確実に”身につく－	栗山祐哉／監修	池田書店	2022	786.1 ア
70歳からのやり直し英会話 －えっ、ほんと？英語で脳が若返る！－	中島孝志／著	アルソス	2023	837 ナ
瓢箪から人生	夏井いつき／著	小学館	2022	911.3 ナ
102歳、一人暮らし。－哲代おばあちゃんの心 も体もさびない生き方－	石井哲代／著 中国新聞社／著	文藝春秋	2023	914.6 イ 1
60歳、ひとりを楽しむ準備 －人生を大切に生きる53のヒント－	岸本葉子／著	講談社	2022	914.6 キ
小さなひとり暮らしのものがたり	みつはしちかこ ／著	興陽館	2022	914.6 ミ

書 名	著 者	出 版 社	出版年	請求記号
ものがわかるということ	養老孟司／著	祥伝社	2023	図・沼 914.6 ヨ
祖母姫、ロンドンへ行く!	榎野道流／著	小学館	2023	図・小 915 7
大きな字でわかりやすいパソコン入門 ーウィンドウズ11対応版ー	AYURA／著	技術評論社	2023	CO 007 オ
最新LINE&Instagram & Twitter & Facebook & TikTokゼロからやさしくわかる 本	桑名由美／著 小木曾健／著	秀和シス テム	2022	CO 007 ク
御朱印でめぐる神奈川の神社 ー集めるごとに運氣アップ!ー改訂版	地球の歩き方編 集室／編集	地球の歩 き方	2023	県内 175 ジ
シニアのための一歩踏み出せ逗子散歩道	須田和男／著		2022	図・小・沼 県内 213.7 ス
半日の山ハイクー丹沢、箱根足柄、三浦湘南、 北相模、横浜川崎ー	樋口一郎／著	東京新聞	2023	県内 291.3 ヒ
神奈川カフェ日和ー森と水辺に訪ねるお店ー	エー・アール・ ティ／著	メイツユニ バーサルコ ンテンツ	2023	県内 596.7 カ
息をのむ絶景ドライブ東日本		TAC株式会 社出版事業 部	2023	旅行ガイ ド 291 タ
歴史ある美しい街並み		TAC株式会 社出版事業 部	2023	旅行ガイ ド 291 タ
東京から行く!日帰り絶景さんぽ 2025		JTBパプ リッシン グ	2024	旅行ガイ ド 291.3 ト 25
私はわたし、84歳のスタイルブック	木村真由美／著	KADOK AWA	2022	小坪分室 589.2 キ
宿根草のナチュラルガーデン ーおぎはら流がんばらなくても幸せな庭ー	荻原範雄／著	NHK出版	2023	小坪分室 629 オ
夏井いつき、俳句を旅する	夏井いつき／著	悟空出版	2022	小坪分室 911.3 ナ
老いてこそ生き甲斐	石原慎太郎／著	幻冬舎	2022	小坪分室 914.6 イ
一人暮らしー自分の時間を楽しむ。	曾野綾子／著	興陽館	2023	小坪分室 914.6 リ
知りたいことが丸わかり!LINEの教科書		扶桑社	2023	沼間分室 CO 007 ヲ
温泉百名山	飯出敏夫／著	集英社イン ターナ ショナル	2022	沼間分室 291.0 イ

書 名	著 者	出 版 社	出版年	請求記号
ひとり老後楽生き事典	辻川覚志／著	水曜社	2022	沼間分室 367.7 ッ
89歳、ひとり暮らし。 ーお金がなくても幸せな日々の作りかたー	大崎博子／著	宝島社	2022	沼間分室 590.4 ㍑
村上祥子80歳私がいつも食べている季節の保 存食	村上祥子／著	毎日が発 見	2022	沼間分室 596 ㍑
80歳のスパイス屋さんが伝えたい人生で大切 なこと	吉山武子／著	KADOK AWA	2022	沼間分室 596.0 ヨ
85歳現役、暮らしの中心は台所ー生活道具の 使い手として考えた、老いた身にちょうどいい 生き方と道具たちー	高森寛子／著	小学館	2022	沼間分室 596.9 ヲ
すごいトシヨリ散歩	池内紀／著 川本三郎／著	毎日新聞 出版	2021	沼間分室 914.6 ㍑
作家の老い方	草思社編集部／ 編	草思社	2022	沼間分室 914.6 サ

図：図書館 小：小坪分室 沼：沼間分室

逗子市立図書館
逗子市逗子4-2-10
電話046 (871) 5998

逗子市立図書館
高齢者サービス
ブックリスト
2025年改訂

