



「人生100年時代」。

私たちは、かつて想定していたよりも、長い人生を送ることになりそうです。

「老後」と言われていた期間を「後半人生」と捉え直し、

暮らしや仕事、健康の維持、

そして最期の迎え方などについて、

改めて考えてみる必要があるのではないのでしょうか。

今号のテーマは「長寿社会の歩き方」。

後半人生を前向きに進み、

充実した時間を過ごすための羅針盤となる

さまざまな分野の知見を学びました。