

介護という生き方
に強くなるために

我が家の介護備忘録
ファイナンシャルプランナー
AFP 水越信男

三つの問題、あなたは どうしますか？

1. 認知症問題
2. 介護問題
3. 老後破産問題



介護という生き方 に強くなるために

我が家の介護備忘録

水越信男著 (ファイナンシャルプランナー・AFP)

A5判 110頁 定価 1000円 (税8%込) ISBN978-4-938296-74-2

三つの問題、あなたは どうしますか？

認知症問題・介護問題・老後破産問題

超高齢社会が直面する課題に
対処するには

ご注文は当財団へ
Amazonでも発売中

公益財団法人
富士社会教育センター

電話 03-5835-3335 FAX03-5835-3336
http://www.e-fuji.or.jp

介護という生き方
に強くなるために

我が家の介護備忘録

ファイナンシャルプランナー
AFP 水越信男

三つの問題、あなたは どうしますか？

1. 認知症問題
2. 介護問題
3. 老後破産問題



介護という生き方
に強くなるために

我が家の介護備忘録
ファイナンシャルプランナー
AFP 水越信男

三つの問題、あなたは どうしますか？

1. 認知症問題
2. 介護問題
3. 老後破産問題



介護という生き方 に強くなるために

我が家の介護備忘録

水越信男著 (ファイナンシャルプランナー・AFP)

A5判 110頁 定価 1000円 (税8%込) ISBN978-4-938296-74-2

三つの問題、あなたは どうしますか？

認知症問題・介護問題・老後破産問題

ご注文は当財団へ
Amazonでも発売中

公益財団法人
富士社会教育センター

電話 03-5835-3335 FAX03-5835-3336
http://www.e-fuji.or.jp

超高齢社会が直面する課題に対処するには

* 認知症予防は生活習慣病対策が大切

自分で出来るワークライフバランスの開発

* やがて自分が辿る老後への学習

1. 誰に介護をしてもらうのか
2. 在宅で介護するための知識の習得
3. 自分の地域の特養や老健の確認
4. 有料老人ホームの実態把握

* 老後破産のリスクをどう防ぐのか

1. 国民年金で働く人は、早めの資金対策が必要
2. 一人暮らしの老後はリスクが高くなることを自覚
3. 厚生年金の老後生活も老後破産の可能性

第一章 介護という生き方に強くなるために
(介護に関して参考になった本)

介護の問題に関して、著者が読んだ多くの本の中から、印象に残る文章とともに、多くのヒントを紹介します。

第二章 我が家の介護備忘録

両親の介護、介助の実体験から著者が学んだ生活の知恵と対策を披露します。