

図書館で調べよう！

～実践編～



老後の計画



誰もがいずれ迎える「老後」。老後の暮らしは人によって様々です。理想の老後を迎えるために必要な準備は何でしょう。老後のマネープラン、介護や住まい、相続対策など不安や問題も人によってそれぞれ違います。自分にあった老後生活を送るために必要な情報を探してみませんか？ここでは老後の計画に関する資料の探し方についてご紹介します。ご活用ください。

【凡例】

- ★ () 内は本の背についているラベル。置いてある場所を示しています。
- ★ ラベルに“R”がついている、または“館内”というシールが貼られている本は貸出できません。館内をご利用ください。
- ★ 貸出できない本でも、必要な部分のコピーはできます (1枚…10円)。

1 テーマについて調べるキーワード

手がかりとなるキーワードを集めることが、情報検索のポイントです。「あつ太君」(館内検索端末)でこれらのキーワードを使って検索していきます。一覧の中から見たい資料を選ぶと、場所や背ラベル、状態などがわかります。

定年・マネープラン・年金・保険・介護・高齢者福祉・介護福祉・相続・相続税・贈与税・節税・遺言・エンディングノート・葬儀・お墓・・・など

2 入門的な情報源・テーマの理解

百科事典、専門事典、年鑑、白書などの参考資料を見て、本を探す前にテーマの基本的な情報を得ることで、より探しやすいになります。参考資料コーナーは2階にあります。

- * 『現代用語の基礎知識』自由国民社 (R031/ケ)
- * 『税法用語辞典』大蔵財務協会 (R345/セ)
- * 『社会保障・社会福祉大事典』旬報社 (R364/シ)
- * 『現代社会福祉辞典』有斐閣 (R369/ケ)
- * 『実用介護事典』講談社 (R369/シ)

3 キーワードにあった図書を探す

図書館の資料は、原則としてテーマごとに分類されて書架に並べてあります。
長野図書館の蔵書の中から、テーマに関係する資料の一部を紹介します。

【年金について調べる】

- 『図解年金のしくみ』東洋経済新報社 (364/ス)
- 『図解わかる年金』新星出版社 (364/ナ)
- 『最新医療保険・年金・介護保険のしくみ』三修社 (364/サ)
- 『図解わかる定年前後の手続きのすべて』新星出版社 (364/ナ)

【マネープランについて調べる】

- 『老後破産しないためのお金の本』河出書房新社 (591/ス)
- 『定年に備えるお金の教科書』学研パブリッシング (591/ノ)
- 『老後に破産する人、しない人』KADOKAWA (591/ナ)
- 『「定年」前後の手続きと生活プラン』日本実業出版社 (364/テ)

【介護について調べる】

- 『身近な人の介護で「損したくない!」と思ったら読む本』実務教育出版 (369.26/カ)
- 『最新介護保険の基本と仕組みがよ〜くわかる本』秀和システム (364/サ)
- 『すぐに役立つイザというときに困らない最新親の入院・介護・財産管理・遺言の法律入門』
三修社 (369.26/ス)
- 『親の介護と自分の老後ガイドブック』ビジネス教育出版社 (369.26/オ)

【住まいについて調べる】

- 『自分で選ぶ老後の住まい方・暮らし方』彩流社 (365/シ)
- 『後悔しない高齢者施設・住宅の選び方』日本実業出版社 (369.26/オ)
- 『長野の介護がよくわかる 2014』MJ (N/369/ナ)
- 『おひとりさまの終の住みか』築地書館 (365/ナ)

【相続について調べる】

*平成27年1月1日より相続税・贈与税が改正されました。本によって情報が古い場合があります。
ご利用の際は本の出版年月にご注意ください。ここで紹介する本は税制改正に対応しています。

- 『終活にまつわる法律相談』日本加除出版 (324/ア)
- 『わかりやすい相続税・贈与税と相続対策』成美堂出版 (345/ワ)
- 『相続・贈与知らないと損する得ガイド』アニモ出版 (345/ユ)
- 『相続の諸手続きと届出がすべてわかる本』成美堂出版 (324/ソ)
- 『新しい相続・遺産分割のしくみ』三省堂 (324/ア)
- 『デジタル遺品の探しかた・しまいかた、残しかた+隠しかた』日本加除出版 (007.6/イ)

※パスファインダーNO.26「相続」も参考にして下さい。

【遺言について調べる】

- 『相続対策の9割は遺言書で決まる』家の光協会 (324/ホ)
- 『親に気持ちよく遺言書を準備してもらう本』日本実業出版社 (324/タ)
- 『思いをかなえる「遺言」の書き方と文例集』自由国民社 (324/オ)
- 『遺言の書き方と相続・贈与』主婦の友社 (324/ユ)

【エンディングノートについて調べる】

- 『失敗しないエンディングノートの書き方』法研 (324/イ)
- 『60歳からのエンディングノート入門』東京堂出版 (367/フ)
- 『エンディングノートのすすめ』講談社 (367/ホ)

【お墓について調べる】

- 『お墓ハンドブック』主婦の友社 (385/オ)
- 『はじめてのお墓の買い方』講談社 (385/コ)
- 『お墓の建て方・祀り方、墓じまいまで』主婦の友社 (385/オ)

【葬儀について調べる】

- 『葬儀・墓地のトラブル相談Q&A』民事法研究会 (385/ソ)
- 『配偶者が亡くなったときの手続き・葬儀・相続のすべて』PHP研究所 (385/ハ)
- 『葬儀社だから言えるお葬式の話』日本経済新聞出版社 (385/カ)
- 『ぜんぶわかる葬儀・法要・相続の手続きとマナー』成美堂出版 (385/セ)

4 新聞記事から探す

新聞記事は図書に比べ新しい情報を提供してくれる資料です。長野図書館で所蔵している主な新聞は以下の通りです。棚にない分は書庫に入っています。ご覧になりたい年月日を指定の上、カウンターまでお問い合わせください。

- * 信濃毎日新聞朝刊 (昭和 55 年～)・夕刊 (昭和 58 年～)
- * 朝日新聞 * 産経新聞 * 中日新聞 * 日本経済新聞
- * 毎日新聞 * 読売新聞 * THE JAPAN TIMES …各 3 年分
- * 長野市民新聞 (1996 年～) * 週刊長野 (1985 年 5 月～) …など

例) 『信濃毎日新聞』

2020 年 5 月 30 日 3 面「年金改革 課題と不安残し」

2021 年 3 月 23 日 17 面「老後、おひとりさまも幸せ」

…など

5 雑誌記事

雑誌記事にも様々な情報があります。以下に老後についての雑誌記事をいくつか紹介します。

「老後に困らない人生設計」 / 『プレジデント』 2020 年 11 月 13 日号
「今から考える「老後の備え」」 / 『ゆうゆう』 2021 年 10 月号
「年収 180 万円老後はなぜ、リッチなのか」 / 『プレジデント』 2021 年 7 月 16 日号
「ひとり老後」を機嫌よく / 『婦人公論』 2021 年 6 月 22 日号

これはほんの一例です。雑誌の保存期間は概ね 3 年なので、今後除籍されることがあります。古い記事をご覧になりたいときや、記事を検索したい場合には、カウンターまでご相談ください。

6 視聴覚資料 (CD、カセット、DVD など)

『最高の人生の見つけ方』 ジャック・ニコルソン、モーガン・フリーマンほか / 出演 DVD (778/サ)
『モリー先生との火曜日』 アルボム, ミッチ / 原作 レモン, ジャックほか / 出演 DVD (778/モ)

* DVD は 1 階カウンター奥にあり、**館内閲覧**のみです。(あつ太君からは検索できません)
また、視聴の際には利用券が必要です。

7 インターネット

インターネットでも、新しい情報を得ることができます。ただし、あらゆる情報が氾濫しているので、信頼できる情報かどうか見極める必要があります。いくつか見比べて判断するのがよいと思います。

- * 日本年金機構 : <https://www.nenkin.go.jp/>
- * WAM NET : <https://www.wam.go.jp/>
- * 国税庁 : <https://www.nta.go.jp/>
- * 日本公証人連合会 : <https://www.koshonin.gr.jp/>
- * 長野市高齢者福祉課 : <https://www.city.nagano.nagano.jp/soshiki/kourei/>
- * 長野市介護保険課 : <https://www.city.nagano.nagano.jp/soshiki/kaigo/>

8 最後に

私たちは、みなさんが求めている資料にたどり着くための手助けをしています。探し方がわからない等、お困りの事がございましたら、カウンターまでお気軽にご相談ください。