

～岡山市立図書館～

「生き方・逝き方を考える「人生会議」」ブックリスト

■ 11月30日は「人生会議の日」です。「人生会議」とは、大切にしたいことや望んでいること、どこでどのような医療やケアを望むかを前もって考え、信頼する人たちと話し合い、共有することです。

「人生会議」や「在宅ケア・医療」、「終末期や終活」など、参考になる本を紹介します。



■ こちらの本は岡山市立図書館に所蔵しています。読みたい本がありましたら、岡山市立図書館の

予約サービスをご利用ください。 岡山市立図書館ホームページ<<https://www.ocl.city.okayama.jp>>

作成：中央図書室 2025.10改訂

| テーマ | 書名 | 著者 | 出版社 | 出版年月 |
|------|--|-------------------------------|-----------------------------|----------|
| 人生会議 | 後悔しないお別れのために33の大切なこと | 永井 康徳／著 | 主婦の友社 | 2025. 7 |
| | 死が怖い人へ | 久坂部 羊／著 | S Bクリエイティブ | 2025. 2 |
| | ちょっと死について考えてみたら怖くなかった | 村田 ますみ／著 | ブックダム | 2025. 2 |
| | いのちのそばで 野の花診療所からの最終便 | 徳永 進／著 | 朝日新聞出版 | 2024. 2 |
| | これから必要となる 人生会議 実践BOOK Ver. 2 「私らしい」人生を考えるために (岡山市版ACP(アドバンス・ケア・プランニング) | 岡山市保健福祉局医療政策推進課地域ケア総合推進センター／編 | 岡山市保健福祉局医療政策推進課地域ケア総合推進センター | 2023. 3 |
| | わたしたちの暮らしにある人生会議 | 西 智弘／編著 紅谷 浩之ほか／著 | 金芳堂 | 2022. 11 |
| | ACPと切っても切れないお金の話 | 福村 雄一ほか／著 | 日経BPマーケティング | 2022. 10 |
| | “もしも”的に子どもに迷惑をかけないための準備ブック これで安心 | 永峰 英太郎／著 | 永岡書店 | 2021. 8 |
| | 人生を自分らしく生き抜くための意思決定 | 森岡 広美・片山 知美ほか／監修 | 金芳堂 | 2021. 4 |
| | 死に方改革 「死」に備えることで豊かに生きられる | 川嶋 朗／著 | ワニ・プラス | 2020. 10 |
| | ACPアドバンス・ケア・プランニング実践ガイド | | 中央法規出版 | 2020. 7 |
| | ACP入門 人生会議の始め方ガイド | 西川 満則／著 大城 京子／著 | 日経BPマーケティング | 2020. 4 |
| | QOLって何だろう 医療とケアの生命倫理 | 小林 亜津子／著 | 筑摩書房 | 2018. 2 |
| 逝き方 | いえに戻って、最期まで。 退院・在宅支援13人のプロに聞くその「叶え方」 | 中澤 まゆみ／著 宇都宮 宏子／協力 | 築地書館 | 2024. 10 |
| | 死を生きる 訪問診療医がみた709人の生老病死 | 小堀 鷗一郎／著 | 朝日新聞出版 | 2024. 4 |
| | 「最期は自宅で」30の逝き方 在宅緩和ケア医が出会った | 高橋 浩一／著 | 光文社 | 2024. 1 |
| | さいごまで自宅で診てくれるいいお医者さん 2024年版 | | 朝日新聞出版 | 2023. 11 |

| テーマ | 書名 | 著者 | 出版社 | 出版年月 |
|----------------------|--|-------------------------------|--|----------|
| 在宅医療 在宅ケア 訪問看護 | 遠距離介護の幸せなカタチ 要介護の母を持つ私が専門家とたどり着いたみんなが笑顔になる方法 | 柴田 理恵／著 | 祥伝社 | 2023. 11 |
| | 医療や介護が必要になっても住み慣れた地域で暮らすためのガイドブック | | 岡山市保健福祉局 保健福祉部医療政策推進課地域ケア 総合推進センター | 2023. 9 |
| | 認知症ポジティブおばあちゃん 在宅介護のしあわせナビ | だんだん・えむ／著 | フォレスト出版 | 2023. 1 |
| | おうちに帰ろう ねこマンガ (在宅医たんぽぽ先生物語) | 永井 康徳／著 | 主婦の友社 | 2022. 9 |
| | さいごはおうちで (在宅医たんぽぽ先生物語) | 永井 康徳／著 | 主婦の友社 | 2021. 7 |
| | 終活！ 送る人送られる人もホッと満足できる本 | 後閑 愛実／著 | まこといちオフィス | 2022. 7 |
| | 自宅で死を待つ老人たち | 大城 堅一／著 | 幻冬舎メディアコンサルティング | 2022. 6 |
| | 穏やかな死に医療はいらない | 萬田 緑平／著 | 河出書房新社 | 2022. 6 |
| | <みんなで支える>在宅医療 「その人らしさ」に寄り添い、地域での暮らしを支援 | 桜新町アーバンクリニック 在宅医療部／編著 | 技術評論社 | 2021. 10 |
| | 在宅医療と「笑い」 大切な今をより前向きに生きる | 宮本 謙一／著 | 幻冬舎メディアコンサルティング | 2021. 6 |
| | 在宅医療の真実 | 小豆畠 丈夫／著 | 光文社 | 2021. 5 |
| | 生きること終うこと寄り添うこと | 矢野 博文／著 | 幻冬舎メディアコンサルティング | 2021. 1 |
| | 理学療法士・作業療法士・言語聴覚士等のための在宅リハビリ実務テキスト | L E 在宅・施設訪問看護 リハビリステーション／著 | B A B ジャパン | 2020. 11 |
| | おひとりさまでも最期まで在宅 平穏に生きて死ぬための医療と在宅ケア | 中澤 まゆみ／著 | 築地書館 | 2020. 6 |
| | 認知症の人と家族のための「地元で暮らす」ガイドブックQ&A | 新里 和弘／監修 | メディカ出版 | 2018. 8 |
| | 在宅復帰支援 思いのほか自宅に帰れます | 和田 忠志／編 | 南山堂 | 2018. 4 |
| 終末期や 終活 | うまいように死ぬ | 鎌田 實／著 | 扶桑社 | 2025. 6 |
| | 自分で自分の介護をする本 11の成功例でわかる | 小山 朝子／著 | 河出書房新社 | 2025. 4 |
| | 93歳、嵐ちゃんのハツラツ幸齢期 | 大村 崑／著 | 中央公論新社 | 2025. 3 |
| | 磯野家の家じまい 相続・終活の専門家が教える幸せな実家のたたみ方 | 長谷川 裕雅／著 | リベラル社 | 2025. 2 |
| | ひとりぼっ死の後始末 マンガでわかる孤独死対策 | 高良 実／監修 浅田 アーサー／マンガ | 家の光協会 | 2025. 1 |
| | 亡くなった人が教えてくれること 残された人は、いかにして生きるべきか | 川村 隆枝／著 | アスコム | 2025. 1 |
| | タモリさんに学ぶ「人生のたたみ方」 70歳からの「しばられない生き方」のすすめ | 内藤 誠人／著 | 廣済堂出版 | 2024. 11 |
| | 老後六法 50代～終活ど真ん中世代のためのイラスト&図解でわかりやすい | 佐藤 省吾ほか／監修 | 電波社 | 2024. 8 |

| テーマ | 書名 | 著者 | 出版社 | 出版年月 |
|------------|---|-------------------|-----------------|----------|
| 終末期や 終活 | 「おふたりさまの老後」は準備が10割 元気なうちに読んでおきたい！68の疑問と答え | 松尾 拓也／著 | 東洋経済新報社 | 2024. 7 |
| | 子どもがいない人の生前の備えと手続き 自分らしい最期を迎えるための終活ガイド | 明石 久美／監修 | メイツユニバーサルコンテンツ | 2024. 6 |
| | 終活大全 相続・遺言・介護の悩み解決 | 福村 雄一／編著 | メディカル・ケア・サービス | 2024. 6 |
| | 終活1年目の教科書 後悔のない人生を送るための新しい終活法 | 黒田 尚子／著 | アスコム | 2024. 5 |
| | おひとりさまの後始末 マンション・ペット、貯金・遺品、葬儀・お墓 私が死んだらどうなるの？ | なとみ みわ／漫画 | 小学館 | 2024. 4 |
| | じつは「終活」ってこんなに大切なんです！ まだまだ“先の話”と考えている方へ | 中村 圭一／著 | ごま書房新社 | 2023. 12 |
| | 在宅医が伝えたい「幸せな最期」を過ごすために大切な21のこと | 中村 明澄／〔著〕 | 講談社 | 2023. 8 |
| | 最期まで家で笑って生きたいあなたへ なんとめでたいご臨終 2 | 小笠原 文雄／著 | 小学館 | 2023. 3 |
| | 幸せな人生のしまい方 送られる側・送る側が読む終活の本 | ニチリョク／著 | 主婦の友社 | 2022. 9 |
| | 死にゆくあなたへ 緩和ケア医が教える生き方・死に方・看取り方 | アナ・アランチス／著 | 飛鳥新社 | 2022. 8 |
| | 在宅死のすすめ方 完全版 | 世界文化ブックス 編集部／編 | 世界文化社 | 2021. 11 |
| | 85歳からのセンチネリアン・ライフ 人生100年時代の健康と終末期への心構え | 宮崎 雄二／著 | 幻冬舎メディアコンサルティング | 2021. 9 |
| | 施設に入らず「自宅」を終の住処にする方法 最期まで暮らせる安心老後住宅のつくり方 | 田中 聰／著 | 詩想社 | 2021. 8 |
| | 自宅で最期を迎える準備のすべて 本人と家族のための | 大軒 愛美／著 | 自由国民社 | 2021. 8 |
| | 「在宅死」という選択 納得できる最後のために | 中村 明澄／著 | 大和書房 | 2021. 4 |
| | うらやましい孤独死 自分はどう死ぬ？家族をどう看取る？ | 森田 洋之／著 | 三五館 シンシャ | 2021. 3 |
| | 緩和ケア医から、ひとりで死ぬのだって大丈夫 | 奥野 滋子／著 | 朝日新聞出版 | 2021. 2 |
| | マンガでわかる後悔しない！わが家の看取り 自宅看取りの時代に備えるリアルな実例と現場の情報 | 千場 純／監修 | 主婦の友社 | 2020. 11 |
| | たんぽぽ先生のおうち看取り 在宅医が伝える、よりよく生ききるためのメッセージ | 永井 康徳／著 | 幻冬舎メディアコンサルティング | 2020. 10 |
| | 畳の上で死にたい 「悔いなき看取り」を実現した8家族のストーリー | 中村 幸伸／著 | 幻冬舎メディアコンサルティング | 2020. 9 |
| | 自宅で最期を迎える 在宅医療の現場から | 栗岡 宏彰／著 | 合同フォレスト | 2020. 7 |
| | エンド・オブ・ライフ | 佐々 涼子／著 | 集英社インターナショナル | 2020. 2 |
| | ラクゆる介護 大切な親を家で看取る | 井上 雅樹／著 | 幻冬舎メディアコンサルティング | 2020. 2 |

| | 書名 | 著者 | 出版社 | 出版年月 |
|--------------|--|-----------------------|---------------------|----------|
| 終末期や 終活 | いのちの終いかた 「在宅看取り」一年の記録 | 下村 幸子／著 | NHK出版 | 2019. 9 |
| | 入門！自宅で大往生 あなたもなれる「家逝き」達人・看取り名人 | 中村 伸一／著 | 中央公論新社 | 2019. 3 |
| 地域包括 支援 | 看護の現場ですぐに役立つ地域包括ケアのキホン 患者さんの地域での「安心」をサポートする！ 令和6年診療報酬改定対応第4版 | 荒神 裕之ほか／著 雜賀 智也／編著 | 秀和システム | 2024. 9 |
| | 最新図解スッキリわかる！介護保険 基本としくみ、制度の今とこれから 第3版 | 本間 清文／編著 | ナツメ社 | 2024. 8 |
| | 岡山市第9期高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画 [2024] (地域包括ケア計画) | 岡山市保健福祉局地域包括ケア推進課／編 | 岡山市 | 2024. 3 |
| | Q&A地域包括支援センターのシゴト 押さえておきたい基本と実務対策 | 田中 明美ほか／編著 | ぎょうせい | 2023. 5 |
| | 地域包括ケア時代の地域包括支援センター 地域包括支援の実践と理論が体系的にわかる | 高橋 純士／共編 | オーム社 | 2021. 5 |
| | 認知症になってもひとりで暮らせる みんなでつくる「地域包括ケア社会」 | 協同福祉会／編 | クリエイツ かもがわ | 2019. 11 |
| | ケアするまちのデザイン 対話で探る超長寿時代のまちづくり | 山崎 亮／編集 | 医学書院 | 2019. 4 |
| | 「地域包括ケア」とは何か 住み慣れた地域で暮らし続けるために必要なこととは | 金子 努／著 | 幻冬舎メディア コンサルティング | 2018. 12 |
| 社会福祉 健康など | 最新医療費の仕組みと基本がよくわかる本 複雑な医療費の仕組みをすっきり解説！ 第5版 | 伊藤 哲雄／編著 森田 仁計／編著 | 秀和システム | 2024. 5 |
| | 最新70歳からの栄養の基本と食べ方のコツ | 新開 省二／監修 | ナツメ社 | 2023. 4 |
| | 認知症にやさしい健康まちづくりガイドブック 地域共生社会に向けた15の視点 | 今中 雄一ほか／ 編著 | 学芸出版社 | 2023. 3 |
| | 高齢期を楽しむ脳と体づくり | 後藤 文夫／著 | 中央公論新社 | 2022. 12 |
| | 完全図解介護に必要な医療と薬の全知識 | 長尾 和宏ほか／ 編著 | 講談社 | 2022. 4 |
| | 現場で役立つ！ケアマネ、ソーシャルワーカーのための記録の書き方＆実用文例集 | 榎原 宏昌ほか／著 | ナツメ社 | 2022. 2 |
| | 年をとったら食べなさい 在宅医療のエキスパートが教える | 佐々木 淳／著 | 飛鳥新社 | 2021. 12 |
| | 「お口のリハビリ」がよくわかる本 摂食嚥下障害でもう悩まない | 日本訪問歯科協会／ 監修 | 現代書林 | 2019. 12 |

岡山市ホームページ 「岡山市在宅医療・介護資源情報」

<https://www.city.okayama.jp/kurashi/0000007664.html>

在宅医療や介護に関する医療機関の情報や相談窓口が掲載されています。



ホームページ

岡山市ホームページ 「人生会議してみませんか？」

<https://www.city.okayama.jp/kurashi/0000047363.html>

人生会議についての説明や講座などの案内が掲載されています。



<発行>岡山市立図書館（中央図書館）岡山市北区二日市町56