

NO.50 ヴィンテージ・スタイルでいこう Beautiful VINTAGE STYLE

表紙デザイン



サイズ A4版(ブックレット)
ページ数 50p
発行年月日 2022.3.7
定価(税込み) 1,200 円

～ Message ～

ヴィンテージは、骨董として価値のあるものや、年代物で貴重な風合いを持つものを指す言葉で知られます。年月を重ねることで、複雑で深みのある味わいを醸す魅力が、ヴィンテージにはあるということです。

平均寿命は延び、新たなライフスタイルをみだして続いていく、長い年月があります。それはまさに第二の人生と言えます。しかし、いよいよシニアライフを迎えるも、イメージしがたく、意欲的に向きあえないところがあるかもしれません。

本著は、今の自分を肯定し、多くの経験や思いを熟成させ、好ましいシニアライフを送るために、うるわしきヴィンテージ世代をイメージしていくご提案です。

著者 阿知和 理子
発行者 一般社団法人
ユニバーサル・インテリジェンス

ヴィンテージ・スタイルでいこう Beautiful VINTAGE STYLE

Contents

はじめに

ⅴ 第二の人生：うるわしきヴィンテージ世代となる

Style1 ヴィンテージ・スタイルのすすめ

ⅴ1 暮れる美学

ⅴ2 醸成されて至る領域

ⅴ3 新たな自分と本物の自分

ⅴ4 自分らしさの表現

Style2 ヴィンテージ世代として生きる姿勢

ⅴ1 精神的余裕と覚悟を持って

ⅴ2 ゆるぎない自信

ⅴ3 大人としての誇り

ⅴ4 あこがれの存在となる

Style3 歳を取る美德

ⅴ1 人生を鳥瞰してみる

ⅴ2 若さに執着しない

ⅴ3 快適な世界に仕上げる

ⅴ4 自分からのごほうびを活かす

ⅴ5 自分で奏でるエピローグ

Style4 大切な人を亡くしてともに生きる

ⅴ1 人の生死を見送る

ⅴ2 大切な人の死を包容する

ⅴ3 たましいを感じる

ⅴ4 たましいとともに生きる

ⅴ5 大切な人に思いを馳せる

Style5 自分という存在にフォーカス

ⅴ1 一人の人間として

ⅴ2 人生のブラッシュアップ

ⅴ3 本質に還る支度

Style6 ヴィンテージ・スタイルへ暮らしの転換

ⅴ1 早めのスタイルチェンジ

ⅴ2 最後のチャレンジを楽しむ

ⅴ3 最終章のための暮らし方を追求

ⅴ4 満足するラストステージに

Style7 ヴィンテージ・スタイルを開拓する

ⅴ1 クリエイターの意識

ⅴ2 より自由に心のままに

ⅴ3 オリジナルのスタイルを楽しむ

ⅴ4 素敵な自分を演じ切る

Style8 いかした人生の仕舞い方

ⅴ1 素敵にさようなら

ⅴ2 世界に乾杯して

おわりに