

定年後の人生は30万時間。幸せに過ごすヒントとは？

『人生100年の時代を楽しむ技術』

麗澤大学特任教授 中山理教授 著書 2021年3月2日出版

麗澤大学(千葉県柏市/学長：徳永澄憲) 大学院学校教育研究科特任教授 中山理(なかやま おさむ)教授は「人生100年の時代を楽しむ技術」を2021年3月2日(火)に出版します。

2017年に内閣にて人生100年時代構想会議が設置されて以降、高齢者の活躍が益々注目されています。

本書では中山教授が定年後をどう過ごすかをテーマに、主体的に学び続けるための「知的座標軸」の見つけ方、老いとともに深まる喪失感や人生の苦悩との向き合い方など、これからの時代に合った新しいセカンドライフの楽しみ方について述べています。

中山教授は「本書が学ぶことを生涯の楽しみとし、定年後の30万時間を充実させ、幸福な人生を過ごすきっかけとなれば嬉しいです。」とコメントしています。

本書の概要は下記を御確認ください。

【著書の概要】

- ◆タイトル：人生100年の時代を楽しむ技術
- ◆発売日：2021年3月2日
- ◆著者：中山理 (麗澤大学大学院特任教授・前学長)
- ◆出版社：発行 育鵬社、発売 扶桑社
- ◆価格：1,600円(税抜)

【目次】

- 第1章 人生100年の時代と幸福
- 第2章 ライフ・シフトの時代
- 第3章 レクリエーションからリ・クリエーション(再創造)へ
- 第4章 科学から見た幸せとは
- 第5章 苦難と幸福感——「涙の谷」を「泉わくところ」へ
- 第6章 幸せへのモラルを科学する



【著者プロフィール】



中山理(なかやま おさむ)

麗澤大学前学長・大学院学校教育研究科特任教授

1952年生まれ。麗澤大学外国語学部卒業。上智大学大学院文学研究科英米文学専攻博士後期課程修了。その後、上智大学にて博士(文学)学位取得。研究テーマは「文学とイコノロジー(視覚芸術)の関係」「ジョン・ミルトン研究」。主要経歴は麗澤大学学長、フィリピン・パーベチュアル大学院名誉教授など。著書に『日本人の博愛精神—知られざる感動の11話』、共著に『運命を開く 易経の知恵』『グローバル時代の幸福と社会的責任：日本のモラル、アメリカのモラル』等がある。

【麗澤大学について】

麗澤大学は昭和10年、創立者の廣池千九郎(法学博士)が「道徳科学専攻塾」を現在のキャンパス(千葉県柏市光ヶ丘)に開塾したことから始まります。心豊かな人間性を養い、国際社会に貢献できる人材の育成をめざし、今では大学・高校・中学・幼稚園を開設しています。また留学生の受け入れも積極的に行っており、キャンパスには世界約30の国・地域から留学生が集まり、さまざまな言語が飛び交っています。

【本件に関するお問合せ先】

麗澤大学 アドミッション&PRセンター URL: <https://www.reitaku-u.ac.jp/>

〒277-8686 千葉県柏市光ヶ丘2-1-1 担当：川原(かわはら)、阿部(あべ)

Email: pr@reitaku-u.ac.jp TEL: 04-7173-3136 FAX: 04-7173-3585