

<10 月新刊>

青春出版社

『島耕作』シリーズ弘兼憲史 最新刊！人生後半戦を楽しむヒント

# 60 歳からの前向き人生のすすめ 『弘兼流 やめる！生き方』

このたび、青春出版社（東京都新宿区）は、『弘兼流 やめる！生き方』（著・弘兼憲史）を 10 月 2 日に刊行いたします。



『島耕作』シリーズ、『黄昏流星群』など数々の大ヒット漫画を生み出した弘兼憲史氏の最新刊！今回のテーマは「60 歳からの“やめる”生き方」。体力的にも精神的にも制約が出てくる 60 代からの人生を楽しむポイントは、これまでの考え方や生き方を、思い切って「やめる」ことだといえます。

たとえば、「いい人をやめる」、「老後のお金の心配をやめる」、「無駄な人づきあいをやめる」など、人生後半戦を楽しく生きるためのヒントが満載！

「50 代、60 代よりも 70 代の現在が一番楽しい」という弘兼氏。そんな弘兼氏が実践してきた“やめる”生き方は説得力抜群です。不安やあきらめといったネガティブなイメージがある人生後半戦を、前向きに明るく捉えることができるようになる一冊です。

## 【書籍情報】

書名：『弘兼流 やめる！生き方』 著者：弘兼憲史  
定価：1078 円（税込） 発売日：10 月 2 日  
仕様：新書判／192 ページ ISBN：978-4-413-04602-2

## 【著者プロフィール】

### 弘兼憲史（ひろかね・けんし）

1947 年、山口県生まれ。早稲田大学法学部卒業。松下電器産業（現パナソニック）に勤務後、74 年に『風薫る』で漫画家デビュー。『島耕作』シリーズや『ハロー張りネズミ』『加治隆介の議』など数々の話題作を世に出す。『課長 島耕作』で講談社漫画賞（91 年）、講談社漫画賞特別賞（2019 年）、『黄昏流星群』で文化庁メディア芸術祭マンガ部門優秀賞（00 年）、日本漫画家協会賞大賞（03 年）を受賞。07 年には紫綬褒章を受章。人生や生き方に関するエッセイも多く手がけ、『弘兼流 60 歳からの手ぶら人生』（海竜社）、『弘兼流 60 歳からの楽々男メシ』（マガジンハウス）、『一人暮らしパラダイス』（大和書房）などの著書がある。



## 【本件に関するお問い合わせ先】

株式会社青春出版社 プロモーション部：西尾 春香

〒162-0056 東京都新宿区若松町 12-1

TEL：03-3202-1212 / FAX：03-3203-5130 / MAIL：[h-nishio@seishun.co.jp](mailto:h-nishio@seishun.co.jp)