目次

はじめに――2

小手調べ――7

春はあけぼの――21

子どもとふるさと――35

夏は夜――45

色と芸事――59

秋は夕暮――69

やまとことばと歴史――83

冬はつとめて――99

平成新語――115

住まいと暮らし――123

異国ことば――137

慶弔――151

もの忘れと認知症の違い――19

「脳の活性化」で早期・初期認知症の進行を遅らせる――113

あとがき――159

監修　高室成幸（ケアタウン総合研究所　所長）