

29 特集

人生を前向きに 元氣が出る雑誌

2020
東京オリンピック
パラリンピック
いよいよ開幕

エール



- 30 緊急特別インタビュー
馳浩・東京オリンピック・パラリンピック
競技大会組織委員会理事に聞く
- 33 メダルの期待される競技・選手
- 37 聖火リレーに込めた思い
- 40 パラリンピックのルールを知ろう
- 42 感動を世界へ。熱戦の舞台紹介
- 46 新しい競技にも興味を持ってみよう
- 49 本 — 心にのこるオリンピック・パラリンピックの読みもの

26 マイメモリー **内藤 剛志** さん

19 〈心の旅〉 さわやかな風、
広々とした空、湿原に咲く花々 **尾瀬**

- 2 ご長寿バンザーイ 埼玉県・庄司一男さん(100)
- 4 手作り作品展 千葉県千葉市／渡邊美子さん
- 8 アクティブにいきいき仲間 神奈川県川崎市・コグニダンス ゆりゆり
- 10 道義の会早川会長×具志堅幸司 オリンピック特別対談
- 16 逆立ち健康器具を広めて20年 鍋木康夫さん(95)

連載

- | | |
|------------------------------|---------------------|
| 50 島森哲男 漢詩ゆったり鑑賞塾 旧雨楼詩話 | 72 葉膳茶 夏の睡眠 |
| 52 童門冬二 困難な時代を生きる力 新井白石と川村瑞賢 | 74 人生とお金の物語 |
| 58 樋口恵子 人生百年の今を語る 13 | 76 私たちの思い出めぐり |
| 60 シニアに多い病気と治療法 高齢者の不眠症 | 78 趣味のコーナー 俳句・短歌・川柳 |
| 64 人生の達人 88歳、現役行政書士・畑 光さん | 81 読者投稿コーナー エールスクエア |
| 67 道辻 敏 浮世坊のそれぞれ草 | 86 脳トレタイム |
| 68 岩城裕子 エッセイ「老人ホームはドラマチック」 | 88 カルチャーインフォメーション |
| 70 相続を「争続」から「想続」へ 行政書士中村直人 | |