目の見えない方・見えにくい方の情報誌

# 読書

2020年12月号

## (社福)日本ライトハウス情報文化センター

●電話(火~土曜日)

図書貸出 06-6441-0139

サービス全般 06-6441-0039

●休業日 日・月・祝日、第2木曜日、 年末年始・夏期

●その他(総務) 06-6441-0015

#### くもくじ>

◆ひごばしニュース 2頁

◆便利グッズ紹介 4頁

◆お役立ち本棚 5頁

◆情報カフェ6頁

◆今月の点字図書 7頁

◆今月の録音図書 12頁

◆図書特集 19頁

## ●新型コロナウイルスの感染予防 について

当館サービス部の開室時間は、 当分の間、午前10時から午後3 時とさせていただきます。用具・ 機器の相談・購入、対面リーディ ング等、サービスフロアへのご来 館は、事前に電話かメールでご予 約の上、当館5階へ直接お越し下 さい。 また、ご来館の際は以下の事項をお守り下さい。

- ①来館前に体温を測り、平熱よりも高い時や体調に不安のある時 は来館をお控え下さい。
- ②来館時は、こまめな手洗いと 手指消毒をお願いします。
  - ③マスクの着用をお願いします。
- ④出来るだけ少人数でのご来館と短時間の滞在をお願いします。 館内では他の方と1m以上距離を 空け、大きな声をお控え下さい。

#### ●12月~1月の休館について

12月10日(第2木曜) =図書 貸出と5階サービスフロアは書庫 ・在庫整理日のためサービス休止 12月24日(木) =サービス 年内最終日。図書貸出、用具・ 機器の相談・販売、対面リーディング、プライベート製作など、すべてのサービスが年内最終日となります。仕事納めは26日(土)です。

1月6日(水)=すべてのサービスを再開します。仕事始めは 5日(火)です。

## ひごばしニュース

## ●日本ライトハウス展「オンライントークイベント」に1,075人

サービス部長 林田 茂 当館では「日本ライトハウス展~ 全国ロービジョンフェア2020」 を10月1日からオンラインで開催。特設サイト「日ラ展ちゃんも」で、インターネットで動画が見られる YouTube (ユーチューブ) を使い、出展32社の製品紹介を3月末まで流しているほか、11月1日と3日には、出展者と利用者をでいるほかには、出展者と利用者によりイベント「どこまで言っても良(い)いん会」を行いました。

トークイベントは、出展者を6 グループにジャンル分けし、利用 者も発言できる Zoom (ズーム) ミーティングと、視聴のみの You Tube ライブで実施。全6回で、 延べ1,075人もの方にご参加 (ご視聴) いただき、Zoom では 参加者からの質問や要望を踏まえ た意見交換ができました。

各グループで、特に印象に残っ

た話題をお伝えすると・・・。

Aグループ(読書器・眼鏡・ルー ペ関連)=音声拡大読書器につい て盛り上がりました。文字をテキ ストに変換して、読み上げる精度 が上がったことから、現在では複 数の機器が登場しています。ただ し、文字の認識には、新聞やイラ スト入りのチラシ、本の構成など により上手く読み上げられないと いう課題も浮き彫りになりました。 当館でも体験していただく時は、 ご自分の読みたいモノを持参して いただくことをお勧めしています。 また、拡大読書器を見やすくする 方法として、遮光眼鏡を使用した り、部屋の明るさを調整する方法 なども話題になりました。

Bグループ(歩行関連)=白杖 を取り扱う出展 2 社の他、これの がいっかではないした。このでは、白杖に加した。 がいっなどの機能を追加しるいるな での機ががいるないのではないのではないのではががられる。 でいるな来のではないのではないのではないのではないのではないのではないがいないがいまれないではないがいまれない。 で見も出別できる機器の開発も 紹介されました。

Cグループ(ウエアラブル関連) =ウエアラブルメガネは、AI(人 工知能)を使い、文字認識ができ る上、シーンプレビュー(風景 認識)や色識別、顔認識も可能で、 精度が日々バージョンアップして います。今後話題になるであろう 新商品も目が離せません。一方、 映し出された映像を遠隔地のボラ ンティアと対話しながら情報確認 できるリモートアシストのサービ スも、安全性や人の温かみが感じ られるという意見が印象に残りま した。

Eグループ(PC・アプリ・音声 読書[デイジー]・サピエ関連)= 「これからはパソコンやデイジー 再生機などの専用機よりも iPhone やタブレットが主流になると思い ますか?」というテーマについて 話し合ったところ、どちらかに偏 るというよりも、それぞれの使い 方や用途によって選択できること が増えていく、もしくはスマホな どと組み合わせて使われていくと 思われるといった意見が多かった です。スマホの普及の方法も話題 になり、改めて当館が YouTube 上の「ニポラチャンネル」で、ス マホの操作や各種のアプリを紹介

## ●肥後橋駅ホームに赤白の警告 表示が設置

当館もよりの大阪メトロ四つ橋 線肥後橋駅ホームで、今年1月末、 当館のボランティアが乗降客と接 触・転落し、亡くなられたことは 本誌3月号でお伝えしました。続 いて6月初めには、当館の全盲の 利用者が転落し、大けがをすると いう事故がありました。

これを受けて、当館では大阪 メトロに対し、ホームドアの設置 など安全対策の徹底を求めて来せ した。その結果、11月初め、最低 限の対策として、肥後橋駅ホーム が設として、肥後橋駅ホータの ボームが狭くなる場所の両側に オームが設置され、すり減った点字 ブロックの貼替が行われました。

ホームドアについて、大阪メトロは2025年度までに全駅に設置する計画で、四つ橋線は2024年度までに完了する予定ですが、肥後橋駅の設置はなるべく早めるよう努力するとのことです。

また、駅員の取り組みとして、 ①視覚障害のお客様が単独で乗務 員のいる改札口を通る際は、これ まで以上に駅員の誘導を利用する よう案内する、②電車の乗務員が 駅ホームを単独歩行している視覚 障害者を見つけた時は、指令所に 連絡し、その駅の駅員に注意を伝 える、としています。

まだまだ安心安全には程遠い状態ですので、当館へのご来館など、地下鉄を利用される際は、駅員の誘導を積極的に依頼するなど、安全な移動に十分ご注意下さい。

## 便利グッズ紹介

お申し込み・お問い合わせは、 サービス部(電話06-6441 -0039)まで。

#### <<1. 商品情報 >>

## ●「音声電卓」新発売

加減乗除(+、・、10 ・ 10 ・ 1

#### ●入荷待ち商品のお知らせ

先般よりご案内している音声付き電子体温計「MC-174V けんおんくん」(発売元=オムロン)に加え、触知式腕時計「AC2200-55E」(発売元=シチズン)が入荷待ちとなっています。ご迷惑をおかけしますが、ご了承下さい。

## ●「ユニバーサルカレンダー」を 差し上げます

ご来館のお客様に限り、住友生命 提供の白黒反転「ユニバーサル カレンダー」を差し上げます。 ご希望の方は、ご来館時に5階 サービスフロアの受付でお申りま すので、ご希望に沿えない場合と あります。また、レジ袋は有料と なりますので、ご了承下さい。

#### ●販売終了のお知らせ

筆記幅約1.6mmで、白色に発 色する、だんだん濃くなるペンは、 在庫限りで販売終了となります。

#### <<2. 講習会·体験会情報 >>

参加ご希望の方は、事前にご予 約をお願いします。参加費は記載 がない限り無料です。

## ●1月のICTサロン~ NTTドコモ iPhone 体験会

日時 2021年1月30日 (土) 基本操作体験編=10時~ 12時30分、便利機能体験編= 13時30分~16時 場所 当館4階会議室 定員 各コース10人(先着順)

## ●パソコンや電子機器の操作方法 の個人講習のご案内

視覚障害スタッフによるパソコンやiPhone、iPadなど、情報というと、iPadなど、情報の操作方法の個人講習を行うの機能の操作方法の個人講習を100円です。音声ソフトのもからないがわからない。iPhone、iPadの機能を知りたいなどがおりたいない。一日のはいるのは、まびおけるのもののでは、まびおけるのでは、まびおけるがある。

## お役立ち本棚

お問い合わせ・お申し込みは、 貸出窓口(電話06-6441-0139)までご連絡下さい。

## ●お役立ち目録「クリスティと 本格ミステリの新鋭たち」

2020年はアガサ・クリスティのデビュー 100周年&生誕130周年。それを記念して映画「ナイル殺人事件」が公開されますので、クリスティ作品と、本格ミステリの新鋭作家の作品を集め

ました。目録は点字版、デイジー版、墨字版があります。ご希望の 方には無料でお送りします。

## ●「点字カレンダー」「ラジオ番組 表」を差し上げます

- ◆「ABCラジオ点字番組表 秋号」(点字1冊)
- ◆「MBSラジオ点字番組表 2020年10月~2021年3 月」(点字1冊)

## 情報カフェ

## ●大阪フィルハーモニー交響楽団 の定期演奏会にご招待

大阪フィルハーモニー交響楽団では、1月28日(木)19時から北区のフェスティバルホールで行われる定期演奏会に当館の利用者5組10人をご招待します。今回はエリアフ・インバルの指揮で、ショスタコーヴィチの「交響曲第10番ホ短調作品93」、プロ

コフィエフの「交響曲第1番(古典 交響曲)二長調作品25」他を 演奏。お申込みは必ず郵便で、位 所、氏名、電話番号、点字プロス ラム希望の有無を明記し、12月 11日(金)までに当館大フィト 係(〒550-002大阪市 西区江戸堀1-13-2)まで ご応募下さい。結果発表は招待を の発送(12月18日の予定)もって代えさせていただきます。

#### ●ビッグ・アイが特別優待プラン

堺市の国際障害者交流1月31月31日では、1月31日では

## ●関西電力からのご案内

いつもご愛顧いただきありがと うございます。

さて、近頃、関西電力を装い、 コロナウイルス感染症を理由に、 個人情報を聞き出そうとする事象 等が発生しております。十分にご 注意いただきますようお願いいたし ます。

#### 今月の点字図書

#### 40タイトル 110冊

\*タイトルの前に付けた番号だけでも申し込めます。 この番号は、発表後1年間だけ有効です。

#### 【情報科学】

12-1 いまさら聞けない I Tの 常識

おかじまゆ うし

岡嶋裕史 著 3冊

日本経済新聞出版社 2019 5G、ブロックチェーン、機械学習。 基礎用語から最新技術まで、知って おきたい知識をまとめて解説。

#### 【哲学】

12-2 「ひとりで頑張る自分」を 休ませる本

おおしまのぶより

大嶋信頼 著 2冊

大和書房 2019

「いい人」でいなきゃ、は思い込み。 今日から「自分中心」に生きるため の方法。

12-3 きみを変える50の名言 ~イチロー、樹木希林ほか 佐久間 博文 1冊

佐久间 博 又 「冊

汐文社 2019

いまを生き、各界で活躍する著名人 たちがつむいだ、「プラス思考」を 促す、50の名言。

しぶ さわ えい いち

12-4 渋沢栄一「運」を拓く 思考法

むかいだにただ し

向谷匡史 著 2冊

青志社 2019

人生に「遅すぎる」はない。「八方 塞がり」にならないための経営哲学 と人間関係。

#### 【歴史】

12-5 笑う日本史 伊藤賀一 著 3冊

KADOKAWA 2019

じつは戦に弱かった織田信長など、 オンライン予備校の人気講師が日本史 を「笑い」で斬る!

#### 【紀行】

12-6 恋が逝き旅がはじまり愛が 来る~旅がなければ死んでいた 番外編

> 坂田ミギー 著 3冊 こたつブックス 2019

失恋と過労。命からがら出発した 世界一周ひとり旅。シリアスな話題 から、抱腹絶倒の失敗談まで、人気 旅行記番外編。

12-7 日帰り温泉~関西版 3冊

京阪神エルマガジン社 2019 思い立ったらすぐ行ける関西エリアの 日帰り温泉ガイド。2019年11月 現在。

#### 点字図書

#### 【社会】

12-8 さいはての中国 安田峰俊 著 4冊 小学館 2018 ようこそ、ちょっと不思議で、心底 怖い中国の旅へ。現代中国を炙り出

す弾丸ルポルタージュ。

12-9 生きのびるマンション〜 〈二つの老い〉をこえて <sub>やまおか じゆんいちろう</sub> 山岡 淳一郎 著 3冊

マンションを直撃する、住民の高齢化と建物の老朽化。何が明暗を分けるのか。

岩波書店 2019

12-10 大江戸の飯と酒と女 安藤 優一郎 著 3冊 朝日新聞出版 2019 武士の食べ歩き、出会い茶屋。武士も 町人もこんなに楽しんでいた。百万 都市の秘密を明らかにする。

妖怪研究家が集大成として、最新の解釈、世界各国の妖怪のルーツを 語り尽くす。

#### 【数学】

12-12 中学校3年間の数学が 1冊でしっかりわかる本~苦手が 得意にかわる! 小杉拓也 著 5冊 かんき出版 2016 学ぶ順序にこだわって丁寧に解説。 大人の学び直しにも最適。

#### 【医学】

12-13 死にゆく人の心に 寄りそう~医療と宗教の間のケア <sup>たままきみようゆう</sup> 玉置妙憂 著 3冊 光文社 2019

現役看護師の女性僧侶が伝える、平穏で幸福な死を迎える方法と残される 家族に必要な心の準備。

12-14 本当に不思議!カラダのおもしろ雑学 川嶋 朗 監修 3冊 日東書院本社 2019 愛の告白は相手の左耳にささやいたほうがいい?頭から足先、ココロに至るまでの雑学ネタが満載。

12-15 がまんしない医者の食卓 内海 聡 著 3冊 フォレスト出版 2020 本能が求める食事を楽しみながら、 健康を維持するための内海式食事法。

12-16 コロナのせいにして みよう。~シャムズの話 國松淳和 著 2冊 金原出版 2020 コロナに感染してないのになんだか 具合が悪い。コロナとともにある社会

を生きるための優しい処方箋。

12-17 ココロとカラダに効く ハーブ便利帳

真木文絵 著 池上文雄 監修 3冊 NHK出版 2017 あなたのココロとカラダを整えてくれる、使える・使いたいハーブが、 必ず見つかる一冊。

## 【美容・料理】。。しき

12-18 吉野式「空腹睡眠」 ダイエット~寝る子は痩せる。

吉野達彦 著 2冊 辰巳出版2020

無理な食事制限、非効率な運動、 そして根性は厳禁。一緒に楽しく、 ダイエット迷子から卒業!

12-19 忙しくて余裕ない日は、 豆腐にしよう。~1~2人分で 作れて、メインにもなる

今泉久美 著

女子栄養大学栄養クリニック

監修 1冊

山と溪谷社 2020

「体にいいものが食べたいけど時間がない」そんなときは豆腐に頼ろう! 知っておくと心強いレシピ67!

12-20 ひとりぶんのスパイス カレー

印度カリー子 著 1冊 山と渓谷社 2019

3 つのパウダースパイス(ターメリック、コリアンダー、クミン)だけで本格的!ひとりぶんレシピ集。

#### 【コーヒー】

12-21 コーヒー豆を追いかけて ~地球が抱える問題が熱帯林で 見えてくる

原田一宏 著 2冊

くもん出版 2018

熱帯林に何度も足を運び、そこに生きる人たちの暮らしを研究してきた著者が、地球上のさまざまな問題を解説。

#### 【動物】

12-22 犬の愛と人の愛~涙が あふれる25の物語

石川利昭 著 2冊

緑書房 2019

「ムツゴロウ動物王国」で数多くの 動物と暮らしてきた著者が綴る感動 の実話。

#### 【水産業】

12-23 結局、ウナギは食べて いいのか問題

かい ふ けんぞう 海部健三 著 2 冊

岩波書店 2019

絶滅するの?どうすれば住む環境を 守れる?ウナギという野生動物と、 美味しく共存する道を探る。

#### 【漫画・映画】

12-24 漫画家と猫 Vol. 1 萩尾望都 ほか著 佐藤健寿 写真 2冊 河出書房新社 2019 猫を愛する漫画家が、創作を支える 愛猫との暮らしをたっぷり語る。

#### 点字図書

#### 【言語】

12-26 話すチカラ 斎藤 孝・安住 紳一郎 著 2冊 ダイヤモンド社 2020 明治大学時代の先生と教え子という 師弟関係のふたりが「話し方の本質」 を縦横無尽に語りつくす。

#### 【俳句】

12-27 俳句は入門できる 長嶋 有 著 2冊 朝日新聞出版 2019 俳句ビフォーアフターで、こんなに 人生が変わるなんて。小説家で俳人の 著者によるスリリングな俳句入門書。

#### 【小説】

12-28 葵の若様腕貸し稼業 工藤 堅太郎 著 4冊 祥伝社 2020 様々な厄介ごとを請け負う浪人・ 水川敬之助は、実は徳川の血を引く 正真正銘の若様だった!





12-29 あなたのゼイ肉、落とし ます

ゕ゙゚゠ゃ゙ゕ゙ぅ゙ 垣谷美雨 著 4冊

双葉社 2019 ダイエットはどうやら「心のゼイ肉」 を落とすことも大事なようで…。身 も心も軽くなるダイエット小説。

現在と過去を行き来することに。

1 2 - 3 1 大店の暖簾~下り酒 一番 1

> きのたかし 千野隆司 著 4冊 講談社 2018

先代亡きあと傾いた大店を命を懸けて 建て直す!高級酒を扱う武蔵屋の 手代、卯吉の奮闘記。

12-32 奥様は金メダル 葉月奏太 著 3冊 双葉社 2016 官能小説。

ひよう ご ひめ

12-33 おとぼけ兵庫と姫将軍 1 聖 竜人 著 3冊 コスミック出版 2019 春の江戸に突如としてあらわれた、 謎の娘と侍が、身分を隠して悪党を 成敗する!痛快時代小説。 12-34 三兄弟の僕らは 小路幸也 著 3冊 PHP研究所 2020

両親がいなくなったその日から、僕らは「普通」じゃなくなった。兄弟達が手に入れた家族の絆を描いた感動作。

12-35 ダメ社員が草野球を 始めたら、なぜか仕事で評価された ~草野球×ビジネス小説 高橋 晶 著 三国大吾 監修 3冊 現代書林 2018 あるダメ社員の人生が大きく動く。 リーダーシップ、組織づくり、人材 育成のヒントが詰まったビジネス小説。

12-36 任侠シネマ 今野 敏 著 4冊 中央公論新社 2020 義理人情に厚い親分のもとにきた経営 再建の話。ヤクザも生きにくい世の中 で、街の小さな映画館をどう守る!?

12-37 犯罪心理分析班・八木 小春 2~アイアンウルフの箱 佐藤青南 著 3冊 KADOKAWA 2019 姿なき爆弾魔。テロリストの狙いは、 小春の相棒の天才プロファイラー。 その衝撃の動機とは?

2019

当て身一発で追っ手を黙らす。元武士 すごうで の凄腕用心棒、小宮山一之臣の活躍 を描く。

#### 【外国文学】

徳間書店

12-39 アキンボとマントヒヒ アレグザンダー・マコール・スミス 作 もりうち すみこ 訳 1冊 文研出版 2016 アキンボは、足を怪我した子どもの マントヒヒを助けてやるために、ある 作戦を考えつく。

12-40 コクルおばあさんとねこフィリパ・ピアス 作前田 三恵子 訳 1冊 徳間書店 2018 家出した黒猫が心配な風船売りのおばあさんは、ある風の強い日、風船にひっぱられて空に舞い上がり・・・。



#### 今月の録音図書

デイジー図書 50タイトルシネマ・デイジー 5タイトル

- \* 著者名・映画名の後の数字は時間です。
- \*「他館」とあるのは、他館製作の貸出です。
- \*タイトルの前に付けた番号だけでも申し込めます。 この番号は、発表後1年間だけ有効です。

#### 【情報科学】

12-1 老いてこそデジタルを。 <sup>ħħħħやままこ</sup> 若宮正子 著(2:57)

1万年堂出版 2019 他館 高齢者をとりまく事柄は、デジタル でプラスに変えられる!何歳からで も輝けるデジタル活用法。

#### 【哲学】

しぶさわえいいち

12-2 君から、動け。~渋沢栄一 に学ぶ「働く」とは何か

佐々木 常夫 著(5:06)

幻冬舎 2020 他館 史上最大の経営者が残した仕事と人 生のヒント24!

さ さ い しゆうれい

12-3 佐々井秀 嶺、インドに笑う ~世界が驚くニッポンのお坊さん 白石 あづさ 著(8:24)

文芸春秋 2019

インドで仏教徒1億5千万人を率いる 伝説のカリスマ坊主・佐々井さんの 正体とは?涙と笑いの密着同行記。

#### 【歴史・伝記】

12-4 軍事の日本史~鎌倉・ 南北朝・室町・戦国時代のリアル 本郷和人 著(7:45)

朝日新聞出版 2018 他館物語性(ロマン)に左右されない史料分析と科学的思考で戦国のリアルを読み解く!

12-5 戦国武将に学ぶ「必勝 マネー術」

講談社 2019

「負け」が即ち死を意味した戦国時代。 名将たちはどのようにしてマネーと 向き合い、稼いだのか。

ばんせつ

12-6 晩節の研究~偉人・賢人の 「その後」

かゎぃ あつし 河合 敦 著(9:55)

幻冬舎 2019

有能な成功者である彼らはなぜ「晩節を汚す」ことになったのか。偉人たちの意外すぎるリタイヤ後の人生の末路。

12-7 アフリカ出身サコ学長、 日本を語る

ウスビ・サコ 著(5:15)

朝日新聞出版 2020 他館 京都精華大学長ウスビ・サコが、 波瀾万丈な人生をコミカルにふり 返りつつ、日本のあり方、日本人の 生き方を鋭く問う。

> むたぐちれんや ぐしよう

12-8 牟田口廉也~「愚将」は いかにして生み出されたのか

広中一成 著(9:24)

星海社 2018

不健全な人事、不可解な決裁。「愚将」 を生み出した原因は、昭和陸軍の 組織体質にあった。

#### 【社会】

たいしよくだいこう

12 - 9退職代行~「辞める」を 許さない職場の真実 おざわ

亜季子 著(3:40) 小沢 SBクリエイティブ 2019 他館

死ぬくらいなら逃げていい。辞めて いい。最後の手段「退職代行」を事例 を踏まえ、詳しく紹介する。

Going 婆ぁ Way 12 - 10

~昭和を生きた女たち かどのはるこ

門野晴子 著(8:03)

静岡新聞社 2019

嫁として、母として、祖母として、 女として心に刻んだ喜怒哀楽。未来へ バトンをつなぐ痛快エッセイ。

12-11 どうして、もっと怒ら ないの?~生きづらい「いま」を 生き延びる術は障害者運動が 教えてくれる 荒井裕樹対談集

荒井裕樹 編著(8:26)

現代書館 2019

世の中の理不尽さと本気で闘った 障害者がいた。その事実に、あなた はきっと励まされる。

12-12 〈超・多国籍学校〉は 今日もにぎやか!~多文化共生って 何だろう

菊池 聡 著(3:28)

岩波書店 2018

外国に関係のある児童が多く学ぶ 小学校の、国際教室担当が語る、 多文化共生教育の実践。

12-13 歩く江戸の旅人たち~ スポーツ史から見た「お伊勢参り」 たにがまひろのり

谷釜尋徳 著(4:34)

晃洋書房 2020 他館 もはやアスリート!?総歩行距離 2 千キロ以上の伊勢神宮への旅を、 マナーや家計簿などからひも解く。

#### 【自然科学】

12-14 植物はなぜ毒があるのか

~草・木・花のしたたかな生存戦略 おさむ たなか

修 ほか著(6:29) 田中

他館 幻冬舎 2020

植物だって食べられたくない!生き 残るために植物がつくり出す様々な 毒と特徴を紹介。

#### 録音図書

12-15 蜂と蟻に刺されてみた ~「痛さ」からわかった毒針昆虫 のヒミツ

> ジャスティン・O. シュミット 著 ウ西康子 訳 (16:56)

白揚社 2018

虫刺されの痛さを数値化した「シュミット指数」の生みの親が、自分の体で実験してわかったこと。

#### 【医学】

12-16 1型糖尿病をご存知ですか?~「1型はひとつの個性」といえる社会をめざして

宮川高一 著 (6:40)

ミネルヴァ書房 2018

1型糖尿病を通して考える「難病」。 その現実を専門医が分かりやすく語る。

12-17介護職・介護家族に役立つやさしい医学知識カ だ ただし

和田忠志 著(7:22)

技術評論社 2017

高齢者の急変に備え、これだけは押さ えておきたい基本の6項目を収録。

12-18 1分足裏ほぐし~座った ままぜんぶできる 股関節・ひざ ・太もも・ふくらはぎ・足首・足裏 をしぼってほぐす

久野秀隆 著(1:49)

主婦の友社 2019 他館 いくつになっても動ける身体はつくれる。イスに座ったままできる奇跡の体操。

12-19 「キレイになりたい」 「健康でいたい」「やせたい」を 一度に叶える

> <sup>なかむら り え</sup> 中村利恵 著(3:17)

海竜社 2018

低体温、運動不足、でも食べるのは やめられない。脱・「冬眠女子」の すすめ。

#### 【技術】

12-20 日本プラモデル六〇年史

小林 昇 著(5:37)

文芸春秋 2018

誕生から60年。プラモデルは常に 少年の夢であり続けた。プラモデル のすべてが詰まったおもちゃ箱。

#### 【料理】

12-21 弾丸メシ

堂場瞬一 著(4:58)

集英社 2019 他館 どんなに忙しくても、食べたいメシがある。食と旅の魅力が詰まった、 堂場瞬一、初のエッセイ集。

#### 【動物】

12-22 犬と人はなぜ惹かれ あうか

つじゃあきひと

辻谷秋人 著(6:40)

三賢社 2019

ぼくらは犬を誤解している。人類の もっとも古い友人と言われる「犬」 を本気で理解する。

#### 【観光】

12-23 中国「草食セレブ」は なぜ日本が好きか

袁 静 著 (6:13)

日本経済新聞出版社 2019 他館

訪日中国人の過半数は20代~30代。 健康やグルメ旅行にお金を惜しまない 中国の若者の消費意識とは。

#### 【文化・演芸】

12-25 ビジネスエリートが なぜか身につけている教養として の落語

たてかわだんけい

立川談慶 著(5:16)

サンマーク出版 2020 他館 慶応義塾大卒で元ビジネスマンの 落語家が教える、日本人として知って おきたい日本の伝統芸能から世界の 笑いまで。



#### 【スポーツ】

12-26 科学的に正しい筋トレ ~最強の教科書

> <sup>あんのたくまさ</sup> 庵野拓将 著(8:32)

KADOKAWA 2019 他館 たるんだカラダをムリなく、最短で 理想の姿に変える。研究論文に基づ いた「最強の筋トレ法」。

#### 【将棋】

> <sup>すぎもとまさたか</sup> 杉本昌降 著(6:01)

PHP研究所 2020 他館 藤井七段の集中力の源泉。AI活用 法。弟子から学び、能力以上の成果 を出す心得とは?

#### 【言語】

中央公論新社 2020 他館「おおきに」「あきまへん」「そこそこやな」。味わい深い大阪弁を通して、上方文化を考察する。

#### 【小説】

1 2 - 2 9 A C T 3 ~ 警視庁特別 潜入捜査班 掠奪

矢月秀作 著(7:12)

講談社 2019 他館

未来を担う夢の先端技術の研究者が 次々に失踪。国境を越えた巨悪への 決死の捜査が始まる。

#### 録音図書

12-30 明智光秀~真の天下太平を願った武将

しまづよしただ

嶋津義忠 著(9:39)

PHP研究所 2019

本当の「信念の在り方」とは何なのか? 天下万民の幸福を心から願い続けた 孤高の智将の生涯。

ていしやじよう

12-31 いのちの停車場 南 杏子 著 (9:43)

幻冬舎 2020 他館

「お父さんを楽にさせてくれ」父から の安楽死の懇願に、医師である娘が 出した答えとは。

うえさま だいえいだん おにわり

12-32 上様の大英断~御庭番の二代目 10

ゕヮヮ゠ ゕぉぃ 氷月 葵 著(6:29)

二見書房 2019 他館

老中の飛駕籠に百姓衆が直訴したのを 目撃した御庭番は、将軍の御用取次・ たぬままきつぐ 田沼意次を訪ねる。

12-33 栄光へのノーサイド 増田久雄 著(6:32)

河出書房新社 2019 他館 そのラグビーボールにはある伝説が 秘められていた。実話をもとにした、 誇り高き人々のドラマ。

えすし一あいえす

1 2 - 3 4 S C I S科学犯罪捜査班 ~天才科学者・最上友紀子の挑戦 1 中村 啓 著 (7:27) 光文社 2019 他館 iPS細胞、AIロボット、最先端 の科学技術が絡んだ事件に、警視庁 科学犯罪捜査班が立ち向かう!

12-35 江戸の夢びらき 松井 今朝子 著(11:01) 文藝春秋 2020 他館 この男の登場は日本の芸能史上最大の事件。常に歌舞伎界に君臨し続けた 市川團十郎、そのはじまりの物語。

12-36 おいしくて泣くとき 森沢明夫 著(9:45)

角川春樹事務所 2020 他館 貧困家庭の子どもたちに無料で 「こども飯」を提供する「子ども食堂」 が舞台の、希望の物語。

おにやく

12-37 鬼役 28~黒幕 坂岡 真著(7:06) 光文社 2019 他館 将軍の御膳に毒を盛った御膳所同心 は、蔵人介に謎の言葉を残す。見え ざる「黒幕」の正体とは。

12-38 歌舞伎座の怪紳士 近藤史恵 著 (7:11) 徳間書店 2019 他館 祖母に頼まれた観劇代行のアルバイト。 でも、私が行く芝居に必ず「老紳士」 がいるのはなぜ? 12-39 **狂花一輪~京に消えた** え **絵師** 

みよしあきこ

三好昌子 著(8:08)

宝島社 2019 他館

天才絵師はなぜ贋作を描いたのか。 狂花を探す武士・龍吾が見つけた悲し き真相とは。

こうあんおおかみ

12-40 公安狼

笹本稜平 著(13:07)

徳間書店 2020 他館 この男、切り札か、それとも。元活動 家の公安捜査官、恋人の死を巡り、 たった一人の捜査に挑む。

1 2 - 4 1 告解

講談社 2020 他館 飲酒運転中、1人の老女の命を奪って しまった大学生。贖罪の在り方を問う、 働哭の傑作長編。

12-42 古風でいやらしい三人の未亡人

お ぎ しゆんぺい

コロナの脅威に挑む!

尾木俊平 著(5:49)

フランス書院 2019 他館 官能小説。

12-43 コロナ黙示録 海堂 尊 著(14:24) 宝島社 2020 他館 これは虚構か真実か。元バチスタ チームの田口・白鳥コンビが新型 さざなみ

1 2 - 4 4 漣 のゆくえ~とむらい屋 - 颯太 2

梶 よう子 著(7:43)

徳間書店 2020 他館 生きていてほしかった。死者が残した 素師でき 未練や無念、生者が抱えた哀惜や 苦悩を描く。

12-45 時空旅行者の砂時計 方丈貴恵 著(11:20)

東京創元社 2019 他館 瀕死の妻のために謎の声に従い、 一九六〇年にタイムトラベル。過去 の惨劇の真犯人を暴き、妻を救える のか。

るにんどうちゆうき

12-46・47 流人道中記 上・下

浅田次郎 著

上(11:51) 下(9:37)

中央公論新社 2020 他館 切腹を拒んで流罪となった旗本・青山 玄蕃。口も態度も悪いが、悩める人々 を決して見捨てぬ心意気。この男、 一体何者なのか。そして男が犯した 本当の罪とは?

れんち

1 2 - 4 8 廉恥~警視庁強行犯係・ 協口語 4

樋口顕 4

今野 敏 著 (9:04)

幻冬舎 2016 他館

ストーカーによる殺人は、警察が 仕立てた冤罪?組織と家庭の間で 揺れ動く樋口は何を思うのか。

#### 録音図書

榎本憲男 著(12:39)

中央公論新社 2019 他館元モデルで聾唖だという17歳の少女が誘拐された。真行寺は同期の四竈とともに、捜査を始める。

#### 【エッセイ】

12-50 日々是口実

土屋賢二 著(6:38)

文藝春秋 2020 他館 人生にまつわる「口実」を考えるのに、 ツチヤ先生の頭は今日もフル回転。 ユーモア・エッセイ集。

#### 【シネマ・デイジー】

12-51 機動戦士ガンダム 3

~めぐりあい宇宙編

とみの よしゅき 富野 由悠季 監督・原作

(2:25)1981年製作

他館

テレビアニメを再編集した、劇場版 第三弾。地球連邦軍対ジオン軍の 戦いは、最終決戦へと進んでいく。

ふるはたにんざぶろう

12-52 警部補古畑任三郎

2 nd season Disc 1

三谷幸喜 脚本

(1:49)2006年製作 人気刑事ドラマ、2 nd シーズンの 第1話から第3話。VS弁護士 (明石家さんま)、教師(沢口靖子)、 (東知の (東州) まきお (東州) まきお 12-53 釣りバカ日誌 19 ようこそ!鈴木建設御一行様 朝原雄三 監督

(1:53)2008年製作 健康診断の再検査を受けることに なったハマちゃん。何とか事態は 収まり、大分県へと社員旅行に出掛 ける。

12-54 釣りバカ日誌 20 ファイナル あきはらゆうぞう

朝原雄三 監督

(2:02)2009年製作 釣りバカシリーズ完結編。得意の釣り 人脈から思いがけない大型受注に成功 したハマちゃんは、スーさんと共に 北海道に出掛ける。

12-55 陸王 Disc 4 池井戸 潤 原作

(1:45)2017年製作 他館

池井戸潤の小説をドラマ化。足袋製造会社が、会社存続を賭けてランニングシューズの開発に挑む。第六・七話収録。



#### 図書特集

〈デイジー図書 シリーズ人と思想〉
後世に大きな影響を与えた思想家や芸術家の生涯と思想を まとめたシリーズです。全7作品。

①ヴェーダからウパニシャッドへ はりかいくにお

針貝邦生 著(10:32) 古代インド思想の聖典であるヴェーダ。 神々への讃歌集であるリグ・ヴェーダ から、インド最初の哲学書ウパニ シャッド文献に至る思想の流れを たどる。

#### ②ラーマクリシュナ

堀内 みどり 著(11:03) インドの聖者として知られ、彼の豊富 な神秘体験からほとばしり出たことば が、神を求める人々の心を捉えた。 その生涯と思想を紹介する。

#### ③モンテーニュ

大久保 康明 著(6:25) スペインを代表する哲学者であり、 ヨーロッパ文明の将来を憂えた思想 家。彼の生涯や思想をもとに、その 実像を浮き彫りにする。

#### ④デリダ

あがりひろき

上利博規 著(7:21) 言葉がいかにして知覚を超えた深み を与えるかを問い続け、新しい思考 スタイルを生み出した哲学者。彼の 思想の生成と広がりについて綴る。 ⑤悲劇と福音~原始キリスト教に おける悲劇的なるもの

佐藤 研 著(5:35)

「悲劇的なるもの」という要素は、 原始キリスト教の成立と発展にいかに 関わったか。原始キリスト教を悲劇 に遭遇した者たちの心の軌跡として 読み直す。

⑥古代イスラエルの預言者たち 木田献一 著(8:39) 西方の普遍的諸宗教の源となった、 モーセに始まる古代イスラエルの 預言者たちの言葉と生涯を紹介する。

#### ⑦ザビエル

おげら

尾原 悟 著 (7:30) 人々にキリストの福音を伝え、中国 大陸を目前に天に召されたザビエルの 生涯と、その志を継いだ人々が生きた 道をたどる。



## 「読書」2020年12月号(発行2020年12月1日)

社会福祉法人日本ライトハウス情報文化センター 発行

竹下 亘 発行人

住 〒550-0002 大阪市西区江戸堀1-13-2 所

1部 50円(年間購読料 500円、府内は無料) 定 価

00910-7-11431振 替

## ●サービス部(本館5階)

電話 06-6441-0039 FAX 06-6441-1126

## ●貸出窓口(分館)

電話 06-6441-0139 FAX 06-6441-0125 E-mail enjoy@lighthouse.or.jp E-mail book@iccb.jp