

目の見えない方・見えにくい方の情報誌

読書

2023年7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

< もくじ >

◆ひごばしニュース	2頁
◆グッズサロン	
お役立ち情報	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	18頁

●7月～8月の休館について

エンジョイ！グッズサロンと図書貸出の休室は以下の通りです。

7月13日（第2木曜）＝書庫・在庫整理日のため休室。

7月18日（火）＝17日（月曜指定祝日）の振替で休室。

8月10日（木）～16日（水）＝夏期休館。8月10日（木）は

3階総務係と4階会議室は開室。

8月22日（火）午後＝日本ライトハウス職員全体会のため全館休館。

●当館のサービスご利用について

①当館5階エンジョイ！グッズサロンにご来館の際は事前予約をお願いします。開館・電話受付時間は祝日を除く火曜日から土曜日の10時～16時30分です。

※事前予約については、お待たせすることなく、じっくり相談・説明・体験を受けていただくために今後も継続させていただきます。

②対面リーディングサービス＝Zoom（ズーム）を使い、2部屋で実施。

③会議室貸出と会議室での行事

＝各部屋の定員内で実施。会議室のご予約は、2ヶ月前の1日（私たち）から受け付けます。

※新型コロナウイルス感染症に伴う規制は緩められましたが、体調が悪い時や発熱が疑われる場合は来館をお控え下さい。また、ご来館の際は引き続き、手洗いや手指消毒、マスク着用のご協力をお願いします。各部屋の入口には消毒用アルコールを置いてありますので、ご自由にお使い下さい。

ひごばしニュース

●「日本ライトハウス展2023」に44社・団体が出展決定！

当館では、西日本最大級の視覚障害者用具・機器展「日本ライトハウス展～全国ロービジョンフェア2023」（読売光と愛の事業団共催）を9月29日（金）と30日（土）、昨年が続いて、天満橋のOMMビル2階展示場で開催します。

今回は、初出展7社を含め44社・団体の出展が決定。出展内容も、歩行支援のアプリや機器をはじめ、家庭電化製品、音声・拡大読書器、録音・再生機器、スマホ・PC関係、白杖、点字ディスプレイ、ロービジョン用具、さまざまな視覚障害者用具等、多岐にわたります。さらに、特設ステージも4年ぶりに開催（テーマや出演者は次号でお知らせします）。入場無料。ぜひご来場下さい。

◆主な出展品別の出展社

歩行支援＝Asirase（アシラセ）、錦城護謨（きんじょうごむ）、ダイハツ工業（初）、テイクス、プライムアシスタント（初）、リモートアシスト、リンクス、レハビジョン

家庭電化製品＝ソニー、三菱電機
音声・拡大読書器＝アイフレンズ、アメディア、インサイト、オーカムテクノロジー社（初）、システムギアビジョン、日本テレソフト

録音・再生機器＝シナノケンシ
スマホ、PC関連＝高知システム開発、コネクトドット、コンピュータサイエンス研究所、ドコモ・サポート、ブラインド・ソリューション、フログワークス、メディアアクセスサポートセンター

点字ディスプレイ＝エクストラ、ケージーエス

白杖＝KOSUGE（コスゲ）、キザキ、つえ屋、ミズノ

ロービジョン用具＝ソニー・QDレーザ、エッセンバッハ光学ジャパン、東海光学

各種用具＝fukufuku（ふくふく）312（初）、インテック、欧文印刷、京都ライトハウス、丸安洋傘（まるやすようがさ、初）、安久工機（やすひさこうき）、日本ライトハウス情報文化センター（エンジョイ！グッズサロン）

その他＝視覚障がい者の豊かな暮らしを実現する研究会（ゆたくら、初）、筑波技術大学（初）、日本ライトハウス盲導犬訓練所、

日本ライトハウス視覚障害リハビリテーションセンター

◆「ガイドブック」のお申込みを！

今回は、これまで以上に多くの出展者からさまざまな用具や機器が出展されます。会場に来られてから、どのような会社や製品があるかを探すのは大変困難で、時間もかかります。

出展内容を詳しく紹介した「ガイドブック」（点字版、音声ダイジェスト版、大きめの活字版、Eメール版）を事前に無料でお送りしますので、ぜひお申し込み下さい。

お届けは9月初旬。お申込みは、エンジョイ！グッズサロン（電話06-6441-0039）か、総務係（電話06-6441-0015）までお気軽にどうぞ。

●わろう座映画体験会「幸福（しあわせ）のスイッチ」のご案内

音声ガイドを多くの方に知っていただくため、映画「幸福のスイッチ」の上映体験会を行います。

日時 8月25日（金）12時30分開場、13時上映

場所 当館4階会議室

参加費 無料

定員 先着40人

備考 ①体調がすぐれない場合は、参加をお控え下さい。

②会話する際は、マスクの着用をお願いします。

作品情報 和歌山県田辺市を舞台に、ガンコ親父と三人姉妹の家族愛を温かく描き出した感動作。「お客

様第一」と言い続ける電気屋の父に反発して田舎を離れ、東京でイラストレーターとして働く21歳の怜（れい）。新人なのに自己主張は一人前の怜は、上司と衝突した勢いで会社を辞めてしまう。

そんな怜のもとに、妹から、姉が倒れて入院したとの手紙が届く。

お申込みはお電話で。7月25日（火）9時15分から7月29日（土）16時までの間に、当館総務係（電話06-6441-0015）までお願いします。

●7月9日は日本ライトハウス・チャリティコンサートに！

毎年恒例の日本ライトハウス・チャリティコンサートが7月9日（日）13時30分から大阪市福島区のザ・シンフォニーホールで開かれます。澤和樹（さわ・かずき）指揮、千里フィルハーモニア・大阪と川畠成道（かわばた・なりみち）のヴァイオリンで、チャイコフスキーの「交響曲第5番」、プロコフィエフの「ヴァイオリン協奏曲第2番」ほかを演奏。入場料3,500円。チケットは、当日会場受付でお渡しできますので、電話06-6441-0015の当館総務係までどうぞ。

●肥後橋駅の「可動式ホーム柵」が12月22日に稼働予定

当館最寄りの大阪メトロ肥後橋駅の「可動式ホーム柵」の設置予定が決まりました。まず6月から、

ホーム床のホーム柵設置場所に、薄い鉄の円形の蓋が設置されますので、足元にご注意下さい。ホーム柵の設置工事は11月12日(日)から12月21日(木)の夜間に行われ、12月22日(金)から稼働する予定です。

また、肥後橋駅では目下、ホーム階の壁と天井、北改札と南改札の連絡通路の床の改修工事中で、来年11月下旬まで続く予定です。ホーム中央に資材置き場が仮設され、連絡通路も時期によって狭くなり、点字ブロックが移設されることもありますので、ご注意ください。

なお、可動式ホーム柵は、来年3月末までに四つ橋線の本町駅と四つ橋駅、中央線の森ノ宮駅と谷町四丁目駅に設置される予定です。

グッズサロン お役立ち情報

お申し込み・お問い合わせは、**エンジョイ！グッズサロン**（電話06-6441-0039）まで。

<<1. 講習会・体験会情報 >>

●白杖・拡大読書器の使い方 個別講習会

白杖、または拡大読書器の使い方について、担当職員がマンツーマンでアドバイスする講習会を以下の通り開催します。

①白杖の使い方、持ち方、介助者との歩き方など、歩行に関する

こと全般についてお応えします。ご自分の白杖歩行を確認したい方はぜひお申し込み下さい。

②拡大読書器の購入を考えている方や購入間際の方、まだ使いこなせていない方、もう少しうまく使いたい方の個別講習を行います。

お申し込みは白杖か拡大読書器かを選び、以下の3枠からお申し込み下さい。

日時 8月2日(水)

10時～11時30分

13時～14時30分

15時～16時30分

定員 各回1人(先着順)

場所 当館5階サービスフロア

●8月のICTサロン「Amazon ネットショッピング講習会」

第1部はパソコン(PC-Talkerを使用)、第2部はiPhone(ボイスオーバーを使用)で、Amazonでのネットショッピング講習会を行います。商品検索から購入手続きまでの流れを体験していただく予定です。事前にAmazonのアカウントを作成していただきますので、当日は必ずご自身のパソコンかiPhoneをご用意下さい。また、ログインの際に本人確認が必要になるため、ご利用のアドレスでメール受信ができる状態でご参加下さい。ご不明の点などは、お気軽にお問い合わせ下さい。

日時 8月26日(土)

第1部(パソコン) = 10時～12時30分

第2部 (iPhone) = 13時30分
～16時

場所 当館4階会議室

定員 各回5人(先着順)

● iPhone (アイフォン) に触ってみませんか

ガラケーから iPhone に機種変更を検討されている方を対象にした30分の無料体験会です。

ジェスチャーと言われる基本操作や、声で操作する Siri (シリ)、便利なアプリをご紹介します。体験ではボイスオーバー (画面読み上げ機能) を使用します。

iPhone への機種変更で迷っている皆さん、ぜひ30分の無料体験をご活用下さい!

開催日 8月24日(木)

時間 13時～13時30分

13時40分～14時10分

14時20分～14時50分

15時～15時30分

15時40分～16時10分

定員 各回1人(先着順)

対象 iPhone に機種変更、または新規契約を検討されている方

● パソコンや電子機器の操作方法の個人講習のご案内

エンジョイ! グッズサロンでは、視覚障害スタッフがパソコンや iPhone、iPad などの操作方法の有料個人講習を実施しています。また、来館講習の他に Zoom を活用したオンライン個人講習も行っています。遠方にお住まいで

来館の難しい方でも、自宅で受講できます。講習内容や接続方法等、ご希望や不明な点は、お気軽にご相談下さい。講習は1コマ90分2,000円で、予約制です。

ご希望の方は、エンジョイ! グッズサロンまで電話でお申し込み下さい。

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。

● お役立ち目録「平成のベストセラー」

平成の30年間に話題となった本をピックアップ。ちょっと懐かしく読み返してみませんか。目録は点字版、音声デージー版、墨字版があります。ご希望の方には無料でお送りします。

● 「SDカード・セレクトパック貸出サービス」を8月から開始

当館では、サピエ図書館からダウンロードできる音声デージー図書をテーマごとに集め、その中からご希望のものをSDカードに入れて貸出する「セレクトパックサービス」を8月から開始します。サービスは無料ですが、貸出用のSDカード(8GB・16GB・32GBいずれか)はご自身でご準備していただくこととなります。

詳細は次号でご案内しますので、
楽しみにお待ちしております。

情報カフェ

●タンDEM自転車の公道走行が 全都道府県で可能に！

タンDEM自転車とは、サドルとペダルが二つある2人乗り自転車。前の人ハンドルを操作し、後ろの人はペダルを漕いで動力を補助します。二人の力でスイスイ走ることができ、会話もはずみます。視覚障害の方も風を切って、爽快感を味わえる絶好の乗り物です。

このタンDEM自転車の公道での走行が7月から東京で認められることになり、これで国内全47都道府県で走行が可能になります。

かつてタンDEM自転車の公道走行が認められていたのは長野県だけでしたが、大阪府では当館の岩井和彦（いわい・かずひこ）元館長を中心に認可を求める運動が始まり、2016年に公認。認可の波が全国の道府県に広がりました。

大阪でタンDEMサイクリングを体験してみたい方は、タンDEM自転車の貸出を行っている「あおぞら財団」にお申し込み下さい。

電話 06-6475-8885

所在地 大阪市西淀川区千舟

1-1-1 あおぞらビル4階

最寄り駅 JR東西線御幣島(みてじま) 駅

ホームページ <http://aozora.or.jp/accesscontact>

レンタル費用 個人の場合 1日
単価 1千円×台数×貸出日数

なお、ちょうど当館エンジョイ！グッズサロンのメールマガジン6月1日号に、スタッフによるタンDEMサイクリングの体験記が掲載されましたので、ご紹介します。

◆太平洋岸自転車道、1,100キロ をタンDEM自転車で！

千葉県銚子市から和歌山市までを結ぶナショナルロード。ゴールデンウィークの9日間、「タンDEM自転車でつないじゃえ！」というプロジェクトが行われ、視覚障害の私も参加しました。

私は、千葉県の銚子から和歌山県の新宮まで5日間、450キロほどをつないできました。太平洋岸をずっと走っていても、押し寄せる波は穏やかだったり、砕ける音がしたり、房総半島は潮の香りと砂の風、まったりと甘いミカンの花の香りの静岡、澄み切った空気の三重県大紀町(たいきちょう)、いろんな風をいろんな方々と思いつきり体感してきました！

同時に、タンDEM自転車の試乗会が各地で開催され、見える・見えないにかかわらず、タンDEM自転車の楽しさを感じていただけたようです。

※大阪フィルハーモニー交響楽団のご招待は今回はありません。次号をお楽しみに！

今月の点字図書

40タイトル 137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。

【総記】

7-1 最強のパソコン仕事時短術
~ Windows・Excel・Word・
PowerPoint

4冊 インプレス 2022

Windowsの便利な使い方から、
Excel関数やWord、PowerPoint
まで、パソコンの超速ワザを紹介。

7-2 デジタル遺品の探しかた・
しまいかた、残しかた+隠しかた
~身内が亡くなったときのスマホ・
パソコン・SNS・ネット証券・
暗号資産等への対応や、デジタル
終活がわかる本

伊勢田 篤史 ほか著 3冊

日本加除出版 2021

7-3 いつか必ず死ぬのになぜ
君は生きるのか

立花 隆 著 3冊

SBクリエイティブ 2022

「人生に意味はあるのか？」惜しくも
この世を去った知の巨人が遺した、
贈る言葉。池上彰の解説とともに贈る。

【哲学】

7-4 85歳まだまだ不良~媚びず
群れない

下重暁子 著 2冊

集英社 2022

どうすれば安心して最期を迎えられ
る？目障りなやつでいい。梓にはま
らず人生を最後まで愉しんで生きる
ヒント。

【歴史・伝記】

7-5 江戸の組織人~現代企業も
官僚機構も、すべて徳川幕府から
始まった！

山本博文 著 4冊

朝日新聞出版 2022

現代官僚制にも匹敵する組織だった
幕府と、その歯車の一つに過ぎなか
った武士。江戸の治安を支えたその
実態とは。

7-6 日本史を動かした女性たち

北川智子 著 2冊

ポプラ社 2021

武器を使わず知略で戦国時代を生き
抜いた女性たち。「レディサムライ」
の姿から歴史を見直す、新感覚日本史
エッセイ。



点字図書

7-7 古代中国の日常生活～24
の仕事と生活でたどる1日
荘奕傑 著 小林朋則 訳 5冊
原書房 2022

前漢がついえたあとの「ある一日」
を、兵士から墓泥棒まで、24人の
仕事と生活の1時間で物語る。

7-8 宗一郎と喜一郎～ホンダと
トヨタとニッポンの物語
長谷川 智 著 4冊
羽衣出版 2022

遠州の一地方に生まれ、世界に名
だたるメーカーを設立するまで躍進し
た両創業者。その生涯、経営の核心
に迫る。

【社会】

7-9 新世界秩序と日本の未来～
米中の狭間でどう生きるか
内田 樹 ほか著 4冊
集英社 2021

コロナ禍は国際関係をどう変えた？
アメリカを覆う「分断」、中国の「焦り」、
不透明な世界の先行きを展望する。

7-10 財産消滅～老後の過酷な
現実と財産を守る10の対策
岡 信太郎 著 3冊
ポプラ社 2022

5年後には、65歳以上の5人に一人
が認知症！？認知症による老後のお金
トラブルの現実と解決法。

7-11 先祖供養と墓
五来 重 著 4冊
KADOKAWA 2022

どう供養するか、どう慰めるか。日
本人の死生観を考察し、宗教の根源
や日本文化の本質に迫る名著。

7-12 日本怪異妖怪事典～近畿
朝里 樹 監修 御田 敏 ほか著
13冊 笠間書院 2022

古都を擁する近畿には、平安朝の怪異
などの伝説が多数。住民も旅人も
オカルト好きの人も満足の怪談・奇譚
満載。

【自然科学】

7-13 目が覚める理系の話365
～読めば不思議のタネあかし
話題の達人倶楽部 編 3冊
青春出版社 2022

加湿器から出る水蒸気が熱くないのは
なぜ？など、科学の素養が身につく、
雑談のネタになるお話。

【医学】

7-14 ふたつの誕生日～移植って
わがままですか？
大谷 邦郎 著 国際移植者組織
トリオ・ジャパン 協力 4冊
はる書房 2022

海外で、国内で、臓器移植をおこな
った8人の「その後(いま)」。移植
医療をめぐる人々の思い。

7-15 腎臓が寿命を決める～老化
加速物質リンを最速で排出する

黒尾 誠 著 3冊

幻冬舎 2022

自覚症状なしに衰える腎臓。食事や運動の工夫で強く保ち、寿命を延ばす方法を伝授。

7-16 寝るのが楽しくなる睡眠
のひみつ

ヴィッキー・ウッドゲート 文と絵

山崎正浩 訳 1冊

創元社 2022

眠りにまつわる謎は、思いもつかないものばかり。様々な角度から睡眠のしくみや役割を解説。

7-17 耳鳴り・難聴～耳鼻咽喉科
の名医が教える最高の治し方大全
3冊 文響社 2020

日本人の4人に1人が悩む国民病。主治医に聞きたくても聞けない145問に、専門医が答える。

7-18 ラクやせおにぎり～21
日間でOK！ストレスゼロ！血糖値
コントロールでみるみるやせる！

小澤幸治 著 櫻庭千穂 監修

1冊 あさ出版 2021

「お米を食べると太る」はウソ？大切なのは、糖質制限よりも血糖値コントロール。健康的に痩せたい人必見！

【料理】

7-19 大原千鶴のストックレシピ
～ラクしておいしく使いきり

大原千鶴 著 2冊

高橋書店 2022

調理のついでに、野菜や肉を下ごしらえ。「冷凍ストック」で、手間をかけず、体と心の養生料理！

7-20 みんなでミートクッキング
4

すこやか食生活協会 編 1冊

すこやか食生活協会 2019

牛肉、豚肉を使った料理16品のレシピを紹介。カード1枚ごとに料理1品の材料と作り方を説明。

【動物】

7-21 マンガでわかるウサギの
きもち

赤血球 マンガ・イラスト

中山 ますみ 監修 2冊

大泉書店 2021

近年ペットとして人気が出てきたウサギ。可愛く愉快的なウサギの生態をわかりやすく解説。

7-22 鉄道完乗のススメ～一度
は挑戦したい鉄道好きの夢

「旅と鉄道」編集部 編 2冊

天夢人 2021

全国の鉄道路線を完全に乗り尽くす＝完乗。手軽にトライできるモデルプランを紹介！

【テレビ】

7-23 筑紫哲也『NEWS 23』

とその時代

金平茂紀 著 6冊

講談社 2021

無限の自由を追求したジャーナリスト、筑紫哲也。その名を冠した報道番組と激動の現代史を描く。

【芸能】

7-24 人生は70代で決まる～
老年期の過ごし方

綾小路 きみまろ 著 2冊

幻冬舎 2022

中高年の老いをネタに毒を吐いてきた漫談家も70代。笑いの中に「老い」の知恵をちりばめ、70代の過ごし方を綴る。

【茶道】

7-25 おうち茶道のすすめ

水上 麻由子 著 3冊

二見書房 2022

おもてせんけ 表千家流・茶道教授が紹介する、誰でもかんたんに楽しく始められる「おうち茶道」の魅力とノウハウ！

【言語】

7-26 関西人 vs 関東人 ここ
まで違うことばの常識

博学こだわり倶楽部 編 3冊

河出書房新社 2022

知らん、知らんわ、知らんねん。関西人は度合いに応じて使い分ける？東西の文化・真意の違いに

ほうふくぜつとう
抱腹絶倒！

★★

【小説】

7-27 家康の養女 満天姫の戦い

古川 智映子 著 4冊

潮出版社 2022

すべては江戸と津軽のために。家康の画策で、最果ての地、津軽藩主に嫁いだ満天姫、波乱の生涯を描く。

7-28 風呼ぶ狐～西南戦争の潜入

警察官

天堂晋助 著 4冊

文藝春秋 2021

「西郷暗殺」の極秘指令、コードネーム<狐>。任務にあたる浦木に、友の剛剣が立ち塞がる！スパイ・アクション。

7-29 警視庁アウトサイダー 3

加藤実秋 著 5冊

KADOKAWA 2022

偽の逮捕状で追い詰められた相棒を救い、組織に潜む黒幕を倒せるか、蓮見！？第1シーズン完結。

7-30 ごいっしょさん

松本聰美 作 1冊

国土社 2020

ひみつの言葉を唱えると、勇気をくれる妖怪「ごいっしょさん」…でも本当の正体は？友情の物語。

7-31 手と手をぎゅつとにぎつたら

横田明子 作 1冊

佼成出版社 2019

特別支援学校って、どんな学校？障害者や健常者という枠を超え、友情を育むまでの心の交流を描く。

7-32 特殊清掃人
中山七里 著 4冊
朝日新聞出版 2022

特殊清掃業者〈エンドクリーナー〉によって、死者が抱えていた様々な事情が浮かび上がる！ヒューマン・ミステリー。

7-33 殿さま忍者 2～風魔大決戦！
聖龍人 著 4冊
コスミック出版 2020

霧隠才蔵の忍術を会得した凄腕でありながら、なぜか女にはもてぬ若さま。くだった市井で戦いに巻きこまれる。

7-34 白馬八方尾根殺人事件
梓林太郎 著 4冊
光文社 2022

行方不明の男の過去に埋もれた巨大な事件の影。関係者に危機が迫る中、刑事道原の執念が燃える。

7-35 走れ、若き五右衛門
小嵐九八郎 著 7冊
講談社 2021

人さらいにさらわれた虎太15歳。どうやら盗賊に育て上げられるらしい…。後の石川五右衛門、若き青春を描く！

7-36 与太郎侍
井川香四郎 著 4冊
集英社 2022

お人よしでちょっと天然、でも危険を顧みずに人助け！の与太郎侍が、江戸で起こる争いを無邪気に解決。

7-37 ランチ探偵 2～容疑者のレシピ
水生大海 著 4冊
実業之日本社 2016

閉ざされた美容室での盗難、命を狙われるペット、合コン相手が持ち込む謎にOLコンビが挑む第2巻！

7-38 ロスト・ドッグ
酒本歩 著 4冊
光文社 2022

ペットの命に、いくら払えますか？引き取り屋、高額治療費、飼育放棄…。動物医療の在り方を問うミステリー。

7-39 若女将のおもてなし～癒しの湯
葉月奏太 著 3冊
実業之日本社 2020

官能小説。

【外国文学】

7-40 パイパーさんのバス
エリナー・クライマー 作
小宮由 訳 1冊
徳間書店 2018

パイパーさんは路線バスの運転手。迷い犬と猫とひよこと暮らすために、おんぼろバスで旅に出る。

今月の録音図書

デジター図書 50タイトル

シネマ・デジター 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。

【総記】

7-1 AIの雑談力

ひがしなか りゅういちろう
東中 竜一郎 著 (7:49)

KADOKAWA 2021 他館

人工知能の究極のゴールは雑談だ。
人間と雑談を行うAIがどう考え、
応答しているのか最前線を紹介。

7-2 人生の土台となる読書～ダメ な人間でも、生き延びるための「本 の効用」ベスト30

ふ あ
pha 著 (6:00)

ダイヤモンド社 2021

この1行で不安がなくなる。遅れて
じわじわ「ゆっくり効いてくる読書」。

7-3 週刊誌がなくなる日～「紙」 が消える時代のダマされない情報術

おぐらけんいち
小倉健一 著 (5:08)

ワニ・プラス 2022 他館

紙メディア消滅まであと5年？読者
はどう情報を収集すべき？メディア
戦国時代の現在と未来。

【哲学】

7-4 死は存在しない～最先端量子 科学が示す新たな仮説

たさかひろし
田坂広志 著 (7:11)

光文社 2022 他館

最先端科学と最古の宗教観は一致し
ていた！「死後の世界」「輪廻転生」、
その興味深い仮説に迫る。

7-5 「何者」かになりたい～自分 のストーリーを生きる

みうらたかひろ
三浦崇宏 著 くつざわ ほか述

(4:18) 集英社 2021

広告界の風雲児が、9人の新時代の
リーダーたちと対談。令和における
幸せのヒントを求める。

【歴史・伝記】

7-6 『きけわだつみのこえ』の 戦後史

ほさかまさやす
保阪正康 著 (12:41)

朝日新聞出版 2020 他館

平和への願いが込められた戦没学徒
の遺稿集が、いかに政治的な道具
にされ、歪曲されたかを記す。



7-7 縄文文明～世界中の教科書から消された歴史の真実

小名木 善行 著 (5:27)

ビオ・マガジン 2022 他館
世界四大文明よりもずっと前からあった高度な縄文文明。世界はなぜ「日本人のルーツ」を隠したがるのか？

7-8 「生類憐みの令」の真実

仁科邦男 著 (11:30)

草思社 2019 他館

將軍綱吉は、動物を愛していなかった？数多ある法令をつぶさに検証、綱吉の心の闇に迫る。

7-9 三流シェフ

三國清三 著 (6:07)

幻冬舎 2022 他館

何者かになるため、懸命にもがく人たちへ。必死に鍋を磨き続け、“世界のミクニ”となるまで。感涙の自伝。

7-10 青年家康～松平元康の実像

柴 裕之 著 (7:15)

KADOKAWA 2022 他館

「忍耐と家臣たちの結束で江戸開幕を成し遂げた神君」は虚像だった？全く新しい「真実の家康像」とは？

【社会】

7-11 時代の異端者たち

青木 理 著 翁長雄志 ほか述

(9:42) 河出書房新社

2021

いま最も戦闘的なジャーナリストが

論客と共に探る、この国の本質と明日。

7-12 核兵器について、本音で話そう

太田昌克 ほか著 (8:10)

新潮社 2022 他館

中朝露合わせて数千発の核ミサイルの射程内にある日本は、今何をすべきか。専門家によるタブーなき論議。

7-13 絶望の文在寅、孤独の

金正恩～「バイデン・ショック」で自壊する朝鮮半島

重村智計 著 (7:24)

ワニ・プラス 2021

最新情報から見る南北朝鮮と米中、日本の未来。今何が起きているのか？

7-14 なぜ、イスラームと衝突し続けるのか～文明間の講和に向けて

内藤正典 著 (8:14)

明石書店 2021

誰がタリバンを甦らせたのか。アフガニスタン占領の終焉、その後の西欧とイスラームの関係をたどる。

7-15 わけるとつなぐ～これ以上シンプルにできない「論理思考」の講義

深沢 真太郎 著 (5:20)

ダイヤモンド社 2020

たった2つの行為で、答えは出せる。正解のない問いにぶつかった時、自分だけの答えを見出す方法。

7-16 遊廓ゆうかくと日本人

田中優子たなかゆうこ 著 (5:46)

講談社 2021 他館

人権無視の悲哀ひあいの場か、日本文化の聖域せいいきか。日本史のタブーを再考する。

【動物】

7-17 パンダとわたし

黒柳徹子くろやなぎてつこと仲間たち 著

(8:09) 朝日新聞出版

2022 他館

パンダ大好き歴75年、徹子さんの集大成！パンダ賢人たちと語るうんちく満載「パンダ読本」。

【医学】

7-18 腸がすべて

フランク・L＝アダムスキー 著

森敦子もりあつこ 訳 澤田幸男さわだゆきお 監修

(5:53) 東洋経済新報社

2020 他館

腸がよみがえり、心と体、そして人生を変える腸活法を紹介！

7-19 新しい老い方の教科書

和田秀樹わだひでき 著 (5:26)

永岡書店 2022 他館

不安が消える、人生で一番幸せな80歳を迎えるための36のルール。

【食品】

7-20 最終結論「発酵食品」の奇跡

小泉武夫こいずみたけお 著 (8:18)

文藝春秋 2021

「発酵博士」が思わず仰天した「奇跡の発酵食品」。絞りに絞った17品目を紀行文も寄せて紹介。

【生活】

7-21 71歳、年金月5万円、あるもので工夫する楽しい節約生活

紫苑しおん 著 (5:50)

大和書房 2022 他館

つかわない生活はメリットだらけ！ひとりシニア、不安のない暮らしのわけは？

7-22 46歳で父になった社会学者

工藤保則くどうやすのり 著 (6:56)

ミシマ社 2021 他館

45歳で結婚。自分たちなりの家族の健やかさを探りつづけた、試行錯誤しこうさくごと喜びに満ちたエッセイ集。

【観光】

7-23 外国人が見た日本～「誤解」と「再発見」の観光150年史

内田宗治うちだむねはる 著 (11:55)

中央公論新社 2018

外国人が見たいジャパン。日本人が見せたいニッポン。日本の魅力はどこ？

【映画】

7-24 昭和子どもゴールデン映画劇場

初見健一はつみけんいち 著 (9:33)

大空出版 2019

語り継がれる不朽の名作「ET」他、

昭和を彩った「あのころの映画」に関するエッセイ風シネマガイド。

【スポーツ】

7-25 おおずも う や おちよう 大相撲土俵裏～八百長、
とばく 野球賭博、裏社会…相撲界の闇を
ぶっちゃける

たかとうりき 貴闘力 著 (3:45)

彩図社 2022 他館

元関脇が相撲界のタブーに切り込む！
土俵裏や、ふたごやま 二子山部屋の裏話も。

【小説】

7-26 おとこ あんどうのぼる ある漢の生涯～安藤昇伝
いしはら しんたろう 石原 慎太郎 著 (3:07)

幻冬舎 2022 他館

とつこうたい くれんたい あんどうぐみ 特攻隊、愚連隊、安藤組組長、そして
はてんこう 映画俳優へ。その破天荒な生き様を描く。

7-27 ウクライナにいたら戦争が
始まった

まつおかけいすけ 松岡圭祐 著 (7:25)

KADOKAWA 2022 他館

戦争なんて、遠い世界の話だと思って
いた。単身赴任の父を訪ねた先で、
取り残された家族を襲う現実。

7-28 永遠についての証明

いわいけいや 岩井圭也 著 (7:25)

KADOKAWA 2018 他館

若き天才数学家の死。贖罪しよくざいの気持ち
を抱える友は、彼が遺した未解決
問題の証明に向き合う。

7-29 おうま 逢魔が時三郎 2～誇り
の十手

いかわ こうしろう 井川 香四郎 著 (7:12)

コスミック出版 2022 他館
気が弱く頼りない同心と、彼が心配
で成仏できず“取り憑いた”岡っ引
きの無敵タッグシリーズ！

7-30 崖まもっぷち長屋の守り神

たなかひろふみ 田中啓文 著 (6:04)

KADOKAWA 2022 他館

「どんなもんでも百の料理にします！」
天才料理少女と長屋を守る大男が
織りなす涙と笑いの時代小説。

7-31 固結びそんりょう や き はちろう～損料屋喜八郎
始末控え 5

やまもといちりき 山本一力 著 (8:28)

文藝春秋 2023 他館

賭場ごはつとで御法度いろこいざたの色恋沙汰で心中を
図った男女。出くわした喜八郎は
女を救うのだが？

7-32 君といた日の続き

つじどう 辻堂ゆめ 著 (9:19)

新潮社 2022 他館

娘を亡くし妻と離婚した僕のもとに
現れた少女はタイムトラベラー？
過去の事件と関係しているのか？

7-33 京都御朱印巡り殺人事件
～刑事仙道見取り捜査

あかぎ きょうたろう 赤木 京太郎 著 (7:21)

小学館 2021 他館

旅行に出れば事件にぶつかる？ 2千人の顔と癖を覚える敏腕刑事を描く、旅情警察小説！

7-34 首ざむらい～世にも快奇な江戸物語

由原 かのん 著 (8:12)

文藝春秋 2022 他館

大坂へ向かう旅の道ずれは、首だけのサムライ？ニヤリ、ほろりのちょっと不思議な人情奇譚。

7-35 警察医の戒律

直島 翔 著 (7:25)

角川春樹事務所 2022 他館

犯罪都市N Yでキャリアを積んだ男が帰ってきた！死に隠れた謎を解き明かす、法医学ミステリ。

7-36 号外！幕末かわら版

土橋章宏 著 (6:53)

角川春樹事務所 2022

大地震や大火災、幕末の動乱の中で、真実(たまに嘘)を追い求めるかわら版屋を描く痛快時代小説！

7-37 師匠～鬼役伝 2

坂岡 真 著 (7:16)

光文社 2021 他館

唯一無二の鬼役の元で修行に明け暮れる求馬に裏の密命が。「鬼役」シリーズ、矢背家初代の物語、第2巻。

★★

7-38 十三夜の焰
月村了衛 著 (8:29)
集英社 2022 他館

十三夜の湯島で出会った幕府の番方の男と闇社会で生きる男。幕政に翻弄された二人の因縁の行方は！？

7-39 秋麗～東京湾臨海署安積班 14

今野 敏 著 (7:17)

角川春樹事務所 2022 他館

かつて特殊詐欺の出し子だった男の遺体を発見。安積警部補は、事情を知るのであろう釣り仲間の元に向かう。

7-40 新宿花園裏交番 1～

坂下 巡査

香納諒一 著 (9:13)

祥伝社 2019 他館

歌舞伎町勤務の新米巡査。ヤクザの元恩師や美人警部補にもまれながら、熱い夜を駆け抜ける！

7-41 その殺人、本格ミステリに仕立てます。

片岡 翔 著 (9:51)

光文社 2022 他館

ミステリ作家の一家にメイドで雇われた主人公。後継ぎ問題の為に「死者を出さない」殺人計画を考案するが？

7-42 ただいまつもとの事件簿

新津 きよみ 著 (6:15)

光文社 2021 他館

「茶トラ失踪事件」から始まる日常の謎に主婦が挑む！長野松本の魅力てんこもりのご当地ミステリー。

7-43 小さき王たち 第3部～
激流

堂場瞬一 著 (11:00)

早川書房 2022 他館

パンデミックに喘ぐ日本。マスコミ支配を進める政治家と抵抗する記者、50年続く因縁ついに完結！

7-44 ニヤタレー夫人の恋人～
世界文学ネコ翻案全集

菊池 良 著 (8:25)

幻冬舎 2022 他館

古典文学の登場人物が猫化して登場。「にゃあ無情」など、ニヤタレー夫人が案内する“猫世界文学”。

7-45 バスが来ましたよ

由美村 嬉々文 (0:43)

アリス館 2022

全盲になった男性のバス通勤を支えた温かな小さい手は、次々と人々の心を動かした。実話をもとにした絵本。

7-46 踏切の幽霊

高野和明 著 (10:07)

文藝春秋 2022 他館

幽霊の目撃証言が相次ぐ踏切。取材を続ける、妻を亡くした雑誌記者。切なく、優しい幽霊譚×ミステリ。

7-47 名探偵外来～泌尿器科医の事件簿

似鳥 鶏 著 (8:15)

光文社 2022 他館

元ヤンキーの看護師長ら心強い仲間と共に、泌尿器科ならではの謎に真摯に向き合う、医療ミステリ！

7-48 連弾

佐藤青南 著 (11:40)

中央公論新社 2021 他館

幼き頃の憧憬は、嫉妬、そして狂気へ。天才作曲家の正体を追う、二人の刑事。シリーズ第1巻。

7-49 六人の淫ら女上司

睦月影郎 著 (5:39)

竹書房 2022 他館

官能小説。

7-50 夕暮れの草の冠～ kaze
no tanbun

青木淳悟 ほか著 (5:58)

柏書房 2021

小説でも詩でもない、ただ短い文。だがその余白で一篇の物語にも読める。稀代の文章家が送るアンソロジー。

【シネマ・デイジー】

7-51 アルプススタンドのはし
の方

城定秀夫 監督 (1:21)

2020年製作 他館

夏の甲子園一回戦。夢の舞台に立つ選手たちを端っこで見ている冴えな

い4人の空振りな青春物語。

7-52 お終活～熟春！人生、百年時代の過ごし方

香月秀之 監督（1：57）

2021年製作 他館

終活フェアをきっかけに熟年離婚寸前の夫婦が大騒ぎ！笑い、泣き、役に立つヒューマンコメディ。

7-53 ターミネーター

ジェームズ・キャメロン 監督

（1：51）1984年製作 他館

近未来SFアクションの金字塔。未来からやってきた殺人サイボーグと人間たちの戦いを描く。

7-54 バケモノの子

細田 守 監督（2：04）

2015年製作 他館

ひとりぼっちの少年とひとりぼっちのバケモノとの絆を細田守監督が描く、大冒険アニメーション！

7-55 ひまわり

ヴィットリオ・デ・シーカ 監督

（1：53）1970年製作

他館

第二次世界大戦終結後のイタリア。戦争によって引き裂かれた夫婦の過酷な運命を描く、悲しい愛の物語。

図書特集

＜音声デジター図書 2023年度 読書感想文全国コンクール課題図書＞
音声デジター図書18タイトルをご紹介します。

【小学校低学年】

7-56 それで、いい！

磯 みゆき 作

はた こうしろう 絵

（0：41）ポプラ社 2022

絵が描けなくなったきつねにうさぎがかけた言葉は？そのままのあなたでいいと伝える物語。

7-57 よるのあいだに…

～みんなをささえるはたらく人たち

ポリー・フェイバー 文

ハリエット・ホブデイ 絵

中井 はるの 訳（0：54）

BL出版 2022

子どもたちの目線で夜はたらく人を描く絵本。インタビュー付き。

7-58 けんかのたね

ラッセル・ホーバン 作

小宮 由 訳 大野八生 絵

（0：36）岩波書店 2022

犬は猫をおいまわし、4人きょうだいは大げんか。仲直りはできるのかな？

7-59 うまれてくるよ海のなか

高久 至 写真

かんちく たかこ 文（0：59）

アリス館 2022
卵を守るお父さんお母さん！海の生きものたちの一生懸命な姿を紹介。

【小学校中学年】

7-60 ライスボールとみそ蔵と
よこたあきこ 横田明子 作 つかごしふみお 塚越文雄 絵
(2:19) 絵本塾出版
2022

古くさいみそ屋が大きらいだった
ジュン。帰国子女のユキちゃんとの
出会いで、みそ蔵改造計画を思いつく！

7-61 フードバンクどろぼうを
つかまえろ！～秘密の大作戦！
オンジャリ Q. ラウフ 著
ちばしげき 千葉茂樹 訳
スギヤマ カナヨ 絵 (2:22)
あすなろ書房 2022

お腹をすかせた人たちを救ってきた
食べ物銀行を守れ、子ども探偵！

7-62 化石のよぶ声がきこえる
～天才恐竜ハンター ウェンディ・
スロボーダ
ヘレイン・ベッカー 作
サンドラ・デュメイ 絵
きむらゆり 木村由莉 訳・監修 (1:12)
くもん出版 2022

すてきなものを見つける天才！の
彼女が、後の世に名を残すスゴうで
恐竜ハンターになるまで。

7-63 給食室のいちにち
おおつかな 大塚菜生 文
イシヤマ アズサ 絵 (1:08)

少年写真新聞社 2022
小学校の給食室、安全でおいしい
給食はどうやってつくるの！？

【小学校高学年】

7-64 ふたりのえびす
たかもり みゆき 高森 美由紀 作 (4:55)
フレーベル館 2022

郷土芸能えびす舞をおどることにな
ったふたりが、ぶつかりながら見つ
けたものは？

7-65 5番レーン
ウン ソホル 作
ノ イングヨン 絵 すんみ 訳
(6:15) 鈴木出版 2022
ライバルを疑い、事件を起こしてし
まった水泳部エース。彼女の成長
する姿を描く、青春ストーリー。

7-66 魔女だったかもしれない
わたし
エル・マクニコル 著
くしだりえ 櫛田理絵 訳 (5:53)
PHP研究所 2022

「魔女狩り」という史実に絡め、自閉
の少女の葛藤と成長を描く感動作。

7-67 なかむらてつ 中村哲物語～大地をうる
おし平和につくした医師
まつしま えりこ 松島 恵利子 著 (4:00)
汐文社 2022

戦争や干ばつに苦しむアフガニスタ
ンで、子どもたちの為に用水路を作
った、哲先生の生きてきた道を描く。

【中学校】

7-68 スクラッチ

歌代 朔 作 (8:06)

あかね書房 2022

コロナ禍でもがきながら、自分たちらしい生き方を掴み取っていく中学生達の、疾走する“爪痕”を描く。

7-69 アップステージ～シャイなわたしが舞台に立つまで

ダイアナ・ハーモン・アシャー 作

武富博子 訳 (9:13)

評論社 2022

シャイなシーラが、ミュージカルに！？幕が開くまでのドタバタを描く。

7-70 人がつくった川・荒川～水害からいのちを守り、暮らしを豊かにする

長谷川 敦 著 (4:51)

旬報社 2022

流れを変えることで江戸・東京を支えてきた荒川の、過去から未来まで。

【高等学校】

7-71 ラブカは静かに弓を持つ

安壇美緒 著 (10:47)

集英社 2022

武器はチェロ。傷を抱えた潜入調査員が音楽教室で手にするものとは。

7-72 タガヤセ！日本～「農水省の白石さん」が農業の魅力教えます

白石優生 著 (5:10)

河出書房新社 2022

現役官僚 YouTuber が語る、実はすごい日本の農作物、農業の未来。

7-73 昆虫の惑星～虫たちは今日も地球を回す

アンヌ・S＝ティーゲソン 著

小林玲子 訳 丸山宗利 監修

(7:35) 辰巳出版 2022

ノルウェーの女性昆虫学者が語る、自然界の中心を占める虫たちの話。

「読書」2023年7月号（発行2023年7月1日）

発行 社会福祉法人日本ライトハウス情報文化センター

発行人 竹下 亘

住所 〒550-0002 大阪市西区江戸堀1-13-2

定価 1部 50円（年間購読料 500円、府内は無料）

振替 00910-7-11431

●サービス部（本館5階）

電話 06-6441-0039

FAX 06-6441-1126

E-mail enjoy@lighthouse.or.jp

●貸出窓口（分館）

電話 06-6441-0139

FAX 06-6441-0125

E-mail book@iccb.jp