

目の見えない方・見えにくい方の情報誌

# 読書

2024年1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	3頁
◆お役立ち本棚	5頁
◆情報カフェ	5・20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

●1月の休館について

◆エンジョイ！グッズサロンと  
図書貸出の休室日等は以下の通り。

1月6日（土）＝サービス再開

1月9日（火）＝8日（月曜指  
定祝日）の振替で休室。

1月11日（第2木曜）＝在庫・  
書庫整理日で休室。

●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。

②対面リーディング＝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（つい  
たち）から受け付けます。

※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。

# ひごばしニュース

## ●新年のご挨拶

### ◆今年も豊かな読書生活を

館長 竹下 亘

(たけした・わたる)

新年おめでとうございます。本年が皆様にとって、より良い年となりますようにお祈りいたします。

日頃は、当館をはじめ全国のボランティアが製作した点字・録音図書や雑誌、シネマ・デイジー、電子書籍の他、対面リーディングやICT機器を活用して、読書をしていただき、まことにありがとうございます。

先日、録音図書を数冊チェックする機会がありました。ジャンルは専門書、ノンフィクション、小説など色々と、製作館も全国各地だったのですが、どれも非常に聴きやすく、内容がスッと理解できる音訳で、誤読もなく、点字図書館長として誇らしく思いました。

ぜひ今年も、皆様が当館とサピエ図書館を通して、豊かな読書生活を送られるように願っています。

### ◆「合理的配慮」の普及を目指して

副館長・製作部長 久保田 文

(くぼた・あや)

本年4月に、改正「障害者差別解消法」が施行されます。この度の改正では、民間事業者に対して合理的配慮が義務化されるほか、

国や自治体は合理的配慮の課題解決に向けた人材の育成・確保を図るべきことが明記されています。

当館もこの流れに棹をさし、出版社や企業に対して、視覚障害などの方々が利用できる形で情報保障が行われるよう働きかけるほか、大阪府下の自治体に対しては、ボランティア依存が続いている広報誌の点字・音声版の発行を、適切な予算をつけて、持続可能な提供体制に移行するよう求めています。

当館の情報提供サービスを皆様の暮らしに密着して進められるよう、職員一同努めて参りますので、よろしくお願い申し上げます。

### ◆「やりたいことをやっちゃおう！」

サービス部長 林田 茂

(はやしだ・しげる)

あるとき、テレビを見ていると、ふと耳に入ってきた言葉がカッコ良かったのでご紹介します。

矢沢永吉「夢を語る人、たくさん会ってきた。本当に何かを変える人は口より先に動いている。2種類の間がある。やりたいことをやっちゃう人と、やらない人(中略)。でもね、やりたいことをやっちゃう人生のほうが間違いなく面白い。俺はこれからもやっちゃうよ。あんたはどうする？」

夢を語り、利用者の皆さんに寄り添いながら、しっかり行動を起こしていく。今年も、サービス部のみんなと一緒に、目の見えない

方・見えにくい方の、今より少しでも良い未来（環境）を作りたい、です。

### ●「淀屋橋駅」6号出口から 当館への経路について

先月号で、大阪メトロと京阪淀屋橋駅の近隣の工事のため、当館に来られる場合は6号出口を利用されるようにお伝えしました。6号出口を出たらそのまま真っすぐ、誘導ブロックに沿って、土佐堀通の歩道を進んで下さい。途中に交差する道はなく、誘導ブロックも途切れず続いています。400m進むと、肥後橋交差点の北東角に着きます。左側の横断歩道を「ピヨピヨ」の音響信号に従って渡り、続いて右斜め前の横断歩道を「カッコー」の音響に従って渡ると、当館があります。経路が不安な方は、どうぞお尋ね下さい。

### ●職員異動のお知らせ

当館サービス部機器・用具係では以下の人事異動を行いました。

採用＝仲川葵（なかがわ・あおい）、金田美優（かねだ・みゆ）、宮崎裕子（みやざき・ゆうこ、週2日勤務）

退職＝花田潤子（はなだ・じゅんこ）

## 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. 商品情報 >>

#### ●新商品～点字ディスプレイ 「Next Touch (ネクストタッチ) 40」

パソコンと簡単接続できる40マスの点字出力専用機です（発売元＝ケージーエス）。操作に必要な最小限のボタンでシンプルな操作性を実現。ブレイルメモシリーズから継承した点字セルを搭載し、ケースは強固なアルミを採用。価格238,000円（非課税）。

#### ●「改訂 英語点字スーパー縮約 辞典 UEB&EBAE 対応版」発売

2級英語点字の縮約の正しい用法がつぶさに分かる辞典です（福井哲也著）。今回の改訂で、固有名詞を中心に1,300語余りを追加し、収録語は16,000語に。新表記法（UEB）で書き方が変わった語は、旧表記も載せています。巻末付録に、略称の書き方の早見表を新規掲載。墨字版B5判、352頁、4,500円（税込）。

点字版は点字情報技術センター（電話06-6784-4414）で販売。全3巻、20,160円。

初めて点字データ版が付録に付き  
ました。価格差補償が使えます。

## <<2. 講習会・体験会情報 >>

### ●2024年1月のICTサロン～ オンライン交流会

---

今回は Zoom を使用して、皆様  
の交流・情報交換の場としてオン  
ラインでの交流会を行います。

「2024年～新たにチャレンジ  
してみたいこと」「便利なグッズや  
アプリ教えて」「日常生活での悩み  
や工夫」など、いくつかのテーマ  
を設けて楽しくお話したいと思  
います。

参加希望の方は、下記のアドレ  
ス宛にメールでお申し込み下さい。  
接続情報をお送りします。下記の  
時間帯で入退室は自由です。飲み  
物などを準備して、どうぞ気軽に  
ご参加下さい。使用環境や準備等、  
ご不明な点についてもお問い合わせ  
下さい。

日時 2024年1月27日  
(土) 10時～12時、13時～  
15時

場所 ご自宅等から接続

申込先

enjoy@lighthouse.or.jp

### ●iPhone 個別ミニ講習

---

iPhone をお持ちの方を対象にし  
た30分間の個別ミニ講習です。

1月はボイスオーバー（画面読  
み上げ機能）を使用する際の基本

的な指の動かし方を練習します。  
どんなアプリを操作するにも基本  
となるジェスチャーに慣れて、余  
計なストレスを減らしましょう。

2月は「文字入力」。画面に表示  
されるキーボードでの文字入力の  
基本操作や、音声入力との併用の  
ポイントもお伝えします。

開催日 2024年1月25日  
(木)、2月24日(土)

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

受講料 無料

定員 各回1名（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

---

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、  
ご希望や不明な点などは、お気  
軽にご相談下さい。

講習は1コマ90分、2千円で  
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。

### ●今月のお役立ち目録～「美味しそうな食べ物満載の時代小説」

新年も美味しいものがたくさん食べられますように。今回は美味しそうな食べ物がたくさん出てくる時代小説と江戸のレシピ本を集めました。目録は点字版、音声デジ版、墨字版があります。ご希望の方には無料でお送りします。

### ●有料雑誌など、購読料のお振り込みについてのお願い

当館では、『週刊新潮』などの有料雑誌、他府県の方への『読書』送付など、一部の資料について年間の購読料をいただいております。ご案内に対し、長期間お振り込みの確認ができない場合には送付を中止させていただきますので、ご了承下さい。再開の手続きなど、お問い合わせは図書貸出係までご連絡下さい。

### ●「サピエ」が3月4日（月）から27日（水）まで全面停止

視覚障害者情報総合ネットワーク「サピエ」がシステムの更新のため、3月4日（月）から27日（水）までの約4週間、全面的に

停止予定です。この期間中、サピエ図書館や地域生活情報などの直接利用だけでなく、点字図書館においても図書検索やデータのダウンロード、オンラインリクエストなどが一切行えなくなります。詳細は来月ご案内いたします。

## 情報カフェ

### ●大阪フィルハーモニー交響楽団の演奏会にご招待

大阪フィルハーモニー交響楽団では、2024年2月9日（金）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。今回は井上道義（いのうえ・みちよし）の指揮、アレクセイ・ティホミーロフのバス、オルフェイ・ドレンガー（スウェーデン王立男声合唱団）の合唱で、ショスタコーヴィチの「交響曲第13番変ロ長調作品113『バビ・ヤール』」、「ステージ・オーケストラのための組曲（ジャズ組曲第2番）（抜粋）」他を演奏。お申込みは必ず郵便で（点字可）、住所、氏名、電話番号を明記し、1月11日（木）までに当館大フィル係（〒550-0002大阪市西区江戸堀1-13-2）までご応募下さい。結果発表は招待券の発送（1月13日の予定）をもって代えさせていただきます。

## ●川島成道さんの「ミュージック・イン・ザ・ダーク」が堺市で

---

視覚障害のヴァイオリニスト川島成道（かわばた・なりみち）さんが出演する関西初の「ミュージック・イン・ザ・ダーク」が2月3日（土）14時から堺市のフェニーチェ堺・小ホールで開かれます。

これは、「視覚障害のある音楽家となない音楽家が、あかりを完全に消した空間でともに演奏することで、演奏者も聴衆も、視覚以外の感覚をとぎすませて音楽を体感するコンサート」。出演は、川島さんの他、ヴァイオリニストの南紫音（みなみ・しおん）さんと18人の特別編成合奏団で、バッハの「2つのヴァイオリンのための協奏曲」他を演奏。

入場料は、一般4,000円、障害者手帳等の所持者3,500円、手帳等所持者とガイド1名のペア券は7,000円。会場は、南海高野線堺東駅から約800m。お問い合わせは堺市文化振興財団（電話072-228-0880）まで。

## ●ユニバーサルデザインのバックパックのお披露目会を開催

---

「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）」では、視覚障害者のお困りごとを解消し、デザインとクオリティにこだわった、ユニバーサルデザインのバックパックを開発。お披露目会が2月11日（日）13時～15時、当館4階会議室で開かれます。定員40名（要予約・先着順）。申し込みは1月31日までに、Eメールで、氏名、ふりがな、電話番号、視覚障害の有無、ガイドの有無を書いて、yutakura0211@gmail.comまで。お問合せはEメールyutakura.kenkyukai@gmail.comまで。

---

[20頁へ続く]

## 今月の点字図書

40タイトル 116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】

1-1 iPhone 14 Pro / 14 Pro Max / 14 / 14 Plus  
便利すぎる！テクニック  
4冊 スタンダードズ 2022  
iPhone 14シリーズ、iOS 16の新機能と基本の便利技からメンテナンスまで248技を紹介。

### 【哲学】

1-2 がんばらないことをがんばって決めた。  
考えるOL 著 おさつ イラスト  
2冊 KADOKAWA 2021  
いやな気持ちを好きな気持ちでやわらかくしていく。ありのままの人生をゆるやかに生きるためのエッセイ集。

1-3 時間錬金術れんきんじゆつ～「いつかやりたい」を「いまできる」に変える時間のつくり方・使い方  
宮崎伸治みやざきしんじ 著 3冊  
ディスカヴァー・トゥエンティワン  
2022

「時間がない」は今日でおわり。「自分の時間」の作り方、人生を最大限楽しむタイムマネジメント術。

### 【歴史】

1-4 水中ミステリー～海底遺跡と難破船なんぼせん  
井上 たかひこ 著 2冊  
東京新聞 2023  
龍馬りょうまのハツタリ、クレオパトラの謎。水の中に眠る真実と伝説とロマンを揺り起こす、水中考古学の世界を紹介。

1-5 一気読み世界史  
出口治明でぐちはるあき 著 5冊  
日経BP 2022  
人類5000年の歴史を7時間で！？一気に読むから流れがわかる。全部つなげてまるごと学ぶ、新しい教科書。

1-6 歴史を読み解く城歩き  
千田嘉博せんたよしひろ 著 4冊  
朝日新聞出版 2022  
天守閣や石垣だけが城じゃない。歴史を体感し、武将の考え方、人となりも見えてくる、城歩き指南決定版。

### 【社会】

1-7 西山太吉にしやまたきち最後の告白  
西山太吉・佐高 信さたか まこと 著 3冊  
集英社 2022  
政府の機密資料「沖縄返還密約文書」

## 点字図書

をスクープした記者と評論家の対談。  
日本政治の衝撃の裏面史とは。

---

### 1-8 成年後見制度の落とし穴

みやうちこうじ  
宮内康二 著 3冊

青志社 2022

自分の老後と親亡きあとの気がかりな  
子供たちをどう守るか。成年後見制度  
の衝撃的なトラブル実例と実用集。

---

### 1-9 供養には意味がある～日本人 が失いつつある大切なもの

いちじょうしんや  
一条真也 著 3冊

産経新聞出版 2023

なぜ、死者を追善し感謝するのか。  
人間の「幸福」と深く関わっている  
「終活」「供養」を考える。

---

### 1-10 旅するモヤモヤ相談室

きたにももか  
木谷百花 編 3冊

世界思想社 2023

世界を知れば、悩みは解ける！医学生  
が、世界で研究する先生たちを訪ねて  
見つけた、生きる知恵。

---

## 【自然科学】

### 1-11 宇宙人と出会う前に読む 本～全宇宙で共通の教養を身に つけよう

たかみずゆういち  
高水裕一 著 4冊

講談社 2021

宇宙で知的生命と会話をすること  
になったら、自分のことを説明できる？  
地球の常識にとらわれず、宇宙で通用  
する思考法。

---

### 1-12 地球は食べ物～いきもの 獲って食べてみた日記

ホモサピ 著 2冊

KADOKAWA 2022

ザリガニの味噌汁に雑草茶！？  
すさまじい知識量の野食料理系  
YouTuber、爆笑サバイバル体験記。

---

## 【医学】

### 1-13 ぼくたちが知っておきたい 生理のこと

はかただいきち たかおみほ  
博多大吉・高尾美穂 著 2冊

辰巳出版 2022

大吉さんと産婦人科医が、女性に  
限った問題に見えるテーマから、「誰  
もが生きやすい社会」をつくるため  
のヒントを語りあう。

---

### 1-14 スクワットで全身健康に なる！～無理なくやせる！心身に 良い効果

よこて ていいちろう  
横手 貞一郎 監修 2冊

宝島社 2019

運動が苦手な人や普段体をあまり動か  
さない人にこそ効果的なスクワット。  
単純ながらも奥深いやり方を解説。

---

### 1-15 マスクを外す日のために ～今から始める、ウィズコロナの 健やかな生き方

わだひでき  
和田秀樹 著 2冊

幻冬舎 2022

自らの免疫力を高めながら、コロナ  
を恐れすぎずに生きる、新・健康論。

---



1-16 名医が教える自律神経が  
すっきり整うまいにちいいこと  
366

小林弘幸 監修 4冊  
永岡書店 2021

1日のおわりに「3行日記」をつける。  
心が乱れそうになったら階段を上り  
下りする。366日分のコツを紹介。

【産業】

1-17 豊田章男の覚悟～自動車  
産業グレート・リセットの先に

片山 修 著 3冊

朝日新聞出版 2022

電気自動車、脱炭素を目指す水素  
エンジン。100年に一度の大変革期、  
トヨタを動かす男の深謀とは。

【家庭・料理】

1-18 少しでもお金で得するのは  
どっち？～お金のことがわからない  
人のために E S S E 編集部が全部  
調べました

E S S E 編集部 編 2冊  
扶桑社 2023

1-19 食いしん坊のお悩み相談  
稲田俊輔 著 2冊

リトルモア 2023

すき焼きに生卵は不要？四六時中食べ  
物のことばかり考えているイナダさん  
の、粹なQ&A名回答64連発！

1-20 世界食味紀行～美味、珍味  
から民族料理まで

芦原 伸 著 3冊

平凡社 2022

その土地を深く理解するきっかけと  
なる「民族料理」を水先案内に、世界  
の歴史や文化の謎を紐解く！

【園芸】

1-21 けなげな野菜図鑑

稲垣栄洋 監修 ヒダカ ナオト 絵

アマナ NATURE & SCIENCE 編

2冊 エクスナレッジ 2022

ゴボウは、日本以外ではただの  
雑草！？すました顔で野菜売り場に  
並べられている、実はすごい野菜たち  
の物語！

【商業】

1-22 「好き」の設計図～本当  
に伝えたいことは相手に言わせる。  
好きを集める会社が伸びていく。

関野吉記 著 2冊

クロスメディア・パブリッシング  
2019

企業が生き残っていくのに最も有効  
で強力な武器、ブランド力。人を「心  
の底から動かす」ために必要なもの  
とは。

【時代劇】

1-23 時代劇聖地巡礼～関西  
ディーブ編

春日太一 著 2冊

ミシマ社 2023



## 点字図書

『宮本武蔵』の巖流島は、琵琶湖だった？愛され続ける名作から、近年の大ヒット作まで関西のロケ地を巡る。

### 【言語】

1-24 いまさら聞けない「ヨコ文字」事典  
造事務所 編 3冊  
イースト・プレス 2022  
アウフヘーベン、レペゼン、ダイバーシティ…つまり、どういう意味？端的な要約とわかりやすい例文で解説。

### 【文学】

1-25 野球短歌～さっきまで世界が全滅したことを私はぜんぜん知らなかった  
池松 舞 著 1冊  
ナナロク社 2023  
2022年のプロ野球阪神戦を毎試合短歌に。野球を愛する苦しさや幸せを密封した313首！

### 【小説】

1-26 あえてよかった  
村上 しいこ 著 4冊  
小学館 2023  
三日月の夜に現れる亡き妻の気配との会話を機に始めた保育所のバイト。思いがけず受け取ったギフトとは。

1-27 あしでまとい～御城下の秘技  
井戸正善 著 4冊  
アルファポリス 2022

老中暗殺の任と、その護衛の任を命ぜられた義理の息子への思い。相反する難題を前に、病に苛まれる老武士の決断は！？

1-28 あなたには、殺せません  
石持浅海 著 4冊  
東京創元社 2023

犯罪者予備軍を未然に防ぐ？寄せられた犯行計画の穴を相談員が次々指摘！新しい形の倒叙ミステリ短編集。

1-29 間（あわい）～産婦人科医那須悠介のカルテ  
茨木 保 著 3冊  
Amazing Adventure 2022

ヒトは間に棲んでいる。産婦人科病棟で巻き起こる性と生と死のドラマ。ちょっと変わった医療小説。

1-30 警視庁アウトサイダー  
The second act 1  
加藤実秋 著 4冊

KADOKAWA 2022

新米刑事の配属チームは元マル暴と訳ありエース！？初日から型破りな捜査に巻き込まれる新シリーズ！

1-31 降格警視 2  
安達 瑶 著 5冊  
徳間書店 2022

エリート思考警視と所轄の庶民派人情のぶつかり合いが意外や意外、難事件を解決に導く異色警察小説、第二弾。

1-32 これはちやうか

加納愛子 著 2冊

河出書房新社 2022

時代の最前線で笑いをつくるお笑いコンビ「Aマッソ」加納が、多彩に編み出した全6編の陽気な初小説短編集。

1-33 切腹屋

岩井 三四二 著 4冊

光文社 2022

負けたら腹切り！？江戸時代の裁判に手を貸す駆け出し公事師は、村を救うため圧倒的不利を覆せるか！

1-34 先祖探偵

新川帆立 著 4冊

角川春樹事務所 2022

“いつか自らの母を探したい”母と生き別れた風子の探偵事務所には、今日も様々な先祖の調査依頼が舞い込む。

1-35 呪われ少将の交遊録

相田美紅 著 4冊

ポプラ社 2022

ときは平安。クールな凄腕呪術師と、お人よしの少将が様々な怪異を紐解く、平安あやかし物語。

1-36 初午いなり～木挽町芝居

茶屋事件帖 1

篠 綾子 著 3冊

角川春樹事務所 2022

木挽町の芝居茶屋を舞台に、色男の若旦那が大活躍！火付改とのやりとりも注目の人情事件帖、開幕。

1-37 秘密のお部屋

葉月奏太 著 3冊

イースト・プレス 2022

官能小説。

【外国文学】

1-38 父さんが帰らない町で

キース・グレイ 作

野沢佳織 訳 1冊

徳間書店 2020

1922年の夏、カーニバルでぼくが見たものは？父親や兄への少年の思いをたくみに描き出す物語。

1-39 くまのピエール

イブ・スパンク・オルセン 作

菱木晃子 訳 1冊

こぐま社 2022

勘違いから、いつもおかしいハプニングを巻き起こす、くまのぬいぐるみの、ゆかいな日々のお話。

1-40 「死に森」の白いオオカミ

グリゴリー・ディーコフ 作

相場 妙 訳 2冊

徳間書店 2019

その森に手を出してはいけない。ロシアの民話や言い伝えを下敷きに創られた、少し不思議で怖い物語。



## 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。

### 【哲学】

1-1 ひとはずなぜ「認められたい」のか～承認不安を生きる知恵  
山竹伸二 著（7：49）  
筑摩書房 2021 他館  
自由に生きると認められないのか？  
自由と承認の葛藤を超えて、自分らしく生きるために何が必要なのかを考える。

1-2 「知らんがな」の心のつくり方～あいまいさを身に付けるレッスン  
中島輝 著（4：55）  
KADOKAWA 2022 他館  
いい意味の“いい加減さ”がある「知らんがな」を、新時代のキーワードに！心をゆるめて楽しく生きる方法。

### 【歴史】

1-3 「暗殺事件」ミステリー  
博学面白倶楽部 著（6：17）  
三笠書房 2023 他館  
手段を選ばない暗殺者たちの手で歴史は変えられてきた！歴史に影響を与えた事件の真相に迫る。

1-4 歴史思考～世界史を俯瞰して、思い込みから自分を解放する  
深井龍之介 著（5：11）  
ダイヤモンド社 2022 他館  
時代と共に「常識」は変わる。キリスト、ブッダ、ガンディらの知られざる物語に勇気をもらい、新しい視点を得る一冊！

1-5 乳母の力～歴史を支えた女たち  
田端泰子 著（8：20）  
吉川弘文館 2019 他館  
天皇や将軍、戦国大名に仕え、多大な影響力を持った「乳母の力」とは何だったのか。その役割と権力の変遷を辿る。

### 【地理】

1-6 散歩するアンドロイド  
SAORI 著（3：50）  
KADOKAWA 2022  
日本の良さを再発見。自身がアンドロイドとなって各地を旅する人気YouTuber、待望の旅エッセイ。

【社会】

1-7 じつは裁判所ってこんな所  
なんです！～裁判所勤務20年  
書記官の卒業日記

なかむらけいいち  
中村圭一 著（6：39）

ごま書房新社 2022

1-8 「戦争」は許されるのか？  
～国際法で読み解く武力行使の  
ルール

いなば よしひろ  
稲葉義泰 著 ヒライ ユキオ  
イラスト（5：17）

イカロス出版 2022

現在の国際社会の中で、「許される」  
軍事力行使と「許されない」軍事力  
行使の境界を探る。

1-9 わたくし 私たちの税金 令和5年度版  
～音声広報誌

国税庁広報広聴室 編（2：20）

国税庁広報広聴室 2023

1-10 年寄り集まって住め～  
幸福長寿の新・方程式

かわぐちまさひろ  
川口雅裕 著（9：05）

幻冬舎メディアコンサルティング  
2021

「おひとりさまの老後」に、ほんとう  
の幸せはあるのか？理想的なシニア  
ライフを徹底検証する。

1-11 日本の絶滅危惧知識～  
百年先まで保護していきたい

よしかわ 吉川 さやか 文 しんたにたかのり 新谷尚紀 監修

（4：02）

ベストセラーズ 2022

招き犬がないのはなぜ？未来へ継承  
したい日本の宝というべき知識を愉  
しく学べる玉手箱のような一冊。

【自然科学】

1-12 いきものくらすための  
7つの約束

いまいずみただあき  
今泉忠明 作（3：14）

講談社 2022

人間の感情をそのまま当てはめられ  
ては迷惑！？動物たちの行動に秘め  
られた本当の意味を知って、向き合  
い方を探る。

【医学】

1-13 老いはのどからやってくる  
～誤嚥も遠ざける！長生きのどの  
づくり方

みやもとりゆうじ 宮本隆治 著 とほら はるか 戸原 玄 監修  
（1：57）サンマーク出版

2022

食べる・呼吸する・話す、生命力の  
扉である「のど」。96歳の実父が  
実践、劇的改善！健康長寿の要の  
づくり方。

1-14 おうちでできるやさしい  
お灸～気になる不調に効く体質改善  
&即効のツボ

いしもとかず や 石本和也 監修（5：33）

メイツユニバーサルコンテンツ  
2021

がまんしがちな小さな不調から、薬に

頼りたくないメンタルの不調、女性特有の悩みなど症状別にツボを紹介。

---

1-15 スマホ失明

川本晃司 著 (4:45)

かんき出版 2022 他館  
スマホの普及により「失明人口」が爆発的に増加！？最新の研究結果と共に近視対策法も紹介。

---

1-16 元気で長生きしたいなら  
歯は抜くな！～「抜かないとダメ  
ですね」と言われたら読む本

下田孝義 著 (4:46)

現代書林 2022

歯がなくなると、死亡リスクが高くなる！？歯を残す最新治療で健康長寿をまっとうする知識。

---

1-17 今日から減酒！～お酒を  
減らすと人生がみえてくる

倉持 穰 著 (7:47)

主婦の友社 2022

コロナ禍で増えた「家飲み」。減酒がもたらすメリットを解説し、必ずできる14メソッドと体験談も紹介。

---

1-18 忘れる脳力～脳寿命を  
のばすにはどんどん忘れなさい

岩立康男 著 (4:34)

朝日新聞出版 2022 他館

きちんと忘れることこそが健全な脳機能を維持する？最新の脳科学をもとに「記憶と忘却」の新常識を解説。

---

【料理】

1-19 エプロン手帖

平野レミ 著 (4:04)

ポプラ社 2023 他館

レミさんが語る、子ども時代の味覚の記憶から、料理の原点まで。食材への敬意があふれるエッセイ集。

---

1-20 わたしのいつものごはん

栗原 はるみ 著 (5:18)

NHK出版 2017

NHK『きょうの料理』で紹介、大好評だったレシピ100点。栗原さんの魅力がギュッと詰まったレシピ集。

---

【果物】

1-21 甘いバナナの苦い現実

石井正子 編著 アリッサ・

パレデス ほか著 (17:32)

コモンズ 2020 他館

日本人がもっとも多く食べているバナナはなぜ安い？栽培・流通の現状から、消費の在り方を問いかける。

---

【工場】

1-22 印刷・紙もの、工場見学記  
～ブックデザイナー・名久井直子  
が行く

デザインのひきだし編集部 編

(6:58) グラフィック社

2021

そこはどこも卓越した技が光る匠の現場！デザイナーならではの視線で徹底的に見学する。

---

## 【人形】

- 1-23 いくつになってもぬいぐるみ愛～幸せの日々のために  
松原敬三 著 (7:06)  
彩流社 2022

ぬいぐるみはどうして、幸せを運び、人間関係を支えてくれるのか？奥深い大人の癒しの世界を語る。

## 【演劇】

- 1-24 語り芸パースペクティブ～かたる、はなす、よむ、うなる  
玉川 奈々福 編著 (22:15)  
晶文社 2021

視覚優位の現代で「語り芸」が受け継がれ、生き残っているのはなぜか。第一人者らと「語り」が担ってきたものに迫る。

- 1-25 映画を早送りで見ると人々～ファスト映画・ネタバレコンテンツ消費の現在形  
稲田豊史 著 (8:13)  
光文社 2022

つまらなければ倍速視聴、ネタバレサイトを先にチェック。「鑑賞ではなく情報収集」する現代社会の実態。

## 【スポーツ】

- 1-26 甲子園はもういらぬ…それぞれの甲子園  
元永知宏 著 (5:59)  
主婦の友社 2021

2020年の開催中止。そのとき選手、指導者、親は何を考えたのか。球児

を追ったノンフィクション。

## 【将棋】

- 1-27 奨励会～将棋プロ棋士への細い道  
橋本長道 著 (5:18)  
マイナビ出版 2018

プロ棋士養成機関「奨励会」。それには青春を捧げる価値があるのか？元奨励会員が述懐を交えて語る。

## 【言語】

- 1-28 漢字が日本語になるまで～音読み・訓読みはなぜ生まれたのか？  
円満字 二郎 著 (3:02)  
筑摩書房 2022 他館

中国から伝わった漢字は、日本語にとってかなり不便！どう工夫し使いこなしてきたのか、奥深い歴史に迫る。

## 【小説】

- 1-29 悪貨～武商繚乱記 2  
上田秀人 著 (6:35)  
講談社 2023 他館

権力を裏で操る上方豪商との争いに巻き込まれる小鹿！武士の沽券をかけ、大商家・淀屋の動向を探る。

- 1-30 あなたが誰かを殺した  
東野圭吾 著 (11:05)  
講談社 2023 他館

愛する家族が奪われたのは偶然か、必然か。真相を知るための「検証会」

に長期休暇中のあの男が！？加賀  
恭一郎シリーズ。

---

1-31 アフター・サイレンス

本多孝好 著 (9:58)

集英社 2021 他館

大切な人が殺された時、あなたは何を望みますか。警察専門のカウンセラーを描く、心揺さぶる連作ミステリー。

---

1-32 おいしい混浴温泉

桜井真琴 著 (4:53)

竹書房 2023 他館

官能小説。

---

1-33 お邪魔してます、こたつ犬

尼野 ゆたか 著 (6:57)

KADOKAWA 2022 他館

「お邪魔しています」。部屋には何故か、こたつに入った喋る犬！疲れた日々をもふもふにしてくれる物語。

---

1-34 女副署長～祭礼

松嶋智左 著 (9:56)

新潮社 2022 他館

失踪・不祥事・不審死。3つの捜査軸が錯綜する、シリーズ完結にして最高傑作。警官の矜持を熱く描く！

---

1-35 女だてら

諸田玲子 著 (13:20)

KADOKAWA 2023 他館

密命を抱え、若き侍の姿で命がけの任務に挑む女がいた！実在した漢詩人の数奇な半生を描く歴史ミステリー。

1-36 花人始末 3～恋あさがお

和田 はつ子 著 (9:03)

幻冬舎 2022 他館

心中に見せかけた殺しを追う花恵。そんな中、活け花の師匠の過去が、花を愛する二人を絶体絶命の窮地に陥れる！？

---

1-37 逆転のバラッド

宇佐美 まこと 著 (10:25)

講談社 2023 他館

人生の折り返し点を過ぎた男たちが、地方の町を侵食する悪事に立ち上がる、一発逆転のリベンジゲーム！

---

1-38 患者の決断～浜中刑事の

杞憂

小島正樹 著 (10:45)

南雲堂 2020

殺した者が殺される？容疑者には二重のアリバイが！？浜中の周辺も慌ただしいシリーズ第四弾。

---

1-39 刑事ダ・ヴィンチ

加藤実秋 著 (7:11)

双葉社 2023 他館

美術の知識で謎を解く、東京藝大卒の「ダ・ヴィンチ刑事」と庶民派刑事。十二年ぶりのバディの活躍やいかに！

---

1-40 検察特捜～レディライオン

中嶋博行 著 (12:09)

講談社 2023 他館

麻薬ルート撲滅のため駆けめぐる特捜



検事。だが巨悪の魔手は紀美子の幼い娘にも迫る！シリーズ第3弾。

---

1-41 答えは市役所3階に～  
2020心の相談室

辻堂ゆめ 著 (11:25)

光文社 2023 他館

コロナ禍に寄せられる、切実な悩みと秘密。あなたなりの答えが見つかるように。あたたかな連作ミステリー。

---

1-42 サクラの守る街

朝倉宏景 著 (11:22)

講談社 2023 他館

「あなたは何をまもりますか？」トラウマを抱えた4人の警備員が守るもの。人生に迷った者だけが見つけた答えとは。

---

1-43 「白い巨塔」の誘拐

平居紀一 著 (10:14)

宝島社 2022 他館

ヤクザ未満の最強ボディが今度は探偵に！「ドクロ沼」の白骨死体に…また誘拐！？『甘美なる誘拐』続編！

---

1-44 墨のゆらめき

三浦 しをん 著 (6:56)

新潮社 2023 他館

代筆をめぐる友情、文字に込められた人々の想いが胸に押し寄せる。三浦しをん、真骨頂かつ王道の長編！

1-45 蝉時雨～北の御番所反骨

にちろく 3

芝村涼也 著 (7:43)

双葉社 2021 他館

道理に合わなければ上役にも臆せず物申す広二郎。怪我を負った同心の代わりに慣れない定町廻りを務めるが？

---

1-46 誰そ彼の殺人

小松 亜由美 著 (9:14)

幻冬舎 2019 他館

事故か、殺人か。細胞の一つ一つまで検分し、犯人さえ気づかぬ証拠にたどり着く！解剖技官による法医学ミステリー。

---

1-47 探偵は田園をゆく

深町秋生 著 (12:02)

光文社 2023 他館

危険な依頼も断らない。元警官で私立探偵、タフなシングルマザー。今度の依頼は人捜し？『探偵は女手ひとつ』続編。

---

1-48 二枚の絵～柳橋の桜 3

佐伯泰英 著 (7:16)

文藝春秋 2023 他館

父を襲った魔の手から逃れ、棒術の師匠と共に長崎へ向かった桜子。出島で見た二枚の絵に衝撃を受ける。



1-49 パーティーゲーム～警視庁  
組対特捜K 7

<sup>すずみねこうや</sup>  
鈴峯紅也 著 (9:44)

中央公論新社 2022 他館  
消えた“死のドラッグ”を巡り、警察  
と日本最大の暴力団が激突。そして  
現れる新たな凶敵とは!?

1-50 藩邸差配役日日控

<sup>すなはら こうたろう</sup>  
砂原 浩太郎 著 (6:37)

文藝春秋 2023 他館  
「誰にもできぬお役を果たすのが、  
勤めにございます」江戸藩邸の  
“なんでも屋”、五郎兵衛五つの物語。

【シネマ・デイジー】

1-51 オリエン特急行殺人事件  
ケネス・ブラナー 監督

(1:59) 2017年製作  
アガサ・クリスティ原作、名探偵  
エルキュール・ポアロの活躍を豪華  
スターで贈る。

1-52 オリオン座からの招待状

<sup>あさだじろう</sup>  
浅田次郎 原作 (2:00)

2007年製作  
昭和30年代。時代に翻弄されなが  
らも、映画館を守り続けたふたりの  
愛と、優しい奇蹟の物語。

1-53 劇場版 名探偵コナン

<sup>しつこく ちえいさー</sup>  
漆黒の追跡者

<sup>けんじ</sup>  
こだま 兼嗣 監督 (1:54)

2009年製作 他館  
連続殺人事件の捜査会議に、宿敵  
“黒の組織”のメンバーが!?! 単独  
捜査に乗り出すコナン。劇場版、第  
十三作。

1-54 必死剣 鳥刺し

<sup>ふじさわしゅうへい</sup>  
藤沢周平 原作 (1:57)

2010年製作 他館  
策略、裏切り、運命の不条理。全て  
を断ち切る壮絶な死闘。男が貫いた  
ものとは。隠し剣シリーズ傑作。

1-55 ファンタスティック・  
ビーストとダンブルドアの秘密

デイビッド・イエーツ 監督

(2:25) 2022年製作

他館

「ハリー・ポッター」新シリーズ  
第三弾。ダンブルドアは魔法動物  
学者ニュートに危険な任務を託す!



---

---

## 図書特集

### <元気の出るエッセイ>

年が明けました。新しい一歩を明るくしてくれる楽しいエッセイをどうぞ。  
点字7タイトル、音声デイジー8タイトルをご紹介します。

---

---

- ①一切なりゆき～樹木希林のことは  
樹木希林 著 2018年

点字 3冊 録音 4:47

名女優が語り尽くした生と死、演技、男と女。ユーモアと洞察に満ちた希林流生き方のエッセンスが満載。

---

- ②いのちの車窓から

星野源 著 2017年

点字 2冊 録音 4:00

ドラマ「逃げ恥」、ヒット曲「恋」に紅白出演、怒濤の日々に紡いだ心の機微、誠意あふれるエッセイ集。

---

- ③老いの正体～認知症と友だち

森村誠一 著 2022年

点字 2冊 録音 4:30

90歳、認知症になっても人生は楽しい。老人性うつを克服したミステリー作家が綴る「いまの私」。

---

- ④大泉エッセイ～僕が綴った16年

大泉洋 著 2015年

点字 着手 録音 11:37

俳優大泉洋の素顔の16年間で詰まった、爆笑して、泣けるエッセイ集。「在り方」と「感謝力」は必見！  
(点字は2013年発行分のみあり)

---

- ⑤日日是好日～「お茶」が教えてくれた15のしあわせ

森下典子 著 2008年

点字 4冊 録音 5:29

辛い季節を「お茶」とともに乗り越えた成長ヒストリー。厳格な約束事、窮屈な茶道の中にある大きな自由とは？

---

- ⑥貧乏大好き～ビンボー恐るるに足らず

東海林 さだお 著 2022年

点字 着手 録音 5:12

奮発したゴチソウよりも、思い出すのはあの貧乏めし！ショージ君、渾身のエッセイ。

---

- ⑦未来のだるまちゃんへ

かこ さとし 著 2014年

点字 3冊 録音 5:59

『だるまちゃんとてんぐちゃん』で知られる国民的絵本作家が絵本に込めた、全ての親子へ贈るメッセージ。

---

- ⑧もものかんづめ

さくら ももこ 著 1991年

点字 3冊 録音 3:56

「ちびまる子ちゃん」でお馴染みの、父ヒロシや母・姉も登場！漫画とは違う、面白さ満載の爆笑エッセイ！

---

**情報カフェ** 続き

**●全国視覚障害者囲碁大会が開催**

第24回全国視覚障害者囲碁大会が昨年11月12日(日)、東大阪市で開かれ、大阪府を中心に全国から60名が参加しました。白黒の駒が触って識別できる9路盤(きゅうろばん)を使い、視覚、聴覚、身体障害、晴眼の別なく、5クラスに分かれてリーグ戦を展開。次の方々が上位入賞されました(以下、①優勝、②2位、③3位の順。敬称略)。

名人クラス(9~3段) = ①細尾学(ほそお・まなぶ)、②林田健(はやしだ・たけし)、③種村洋祐(たねむら・ようすけ)。

有段クラス(3~初段) = ①下村まさみ(しもむら・まさみ)、②吉川典雄(よしかわ・のりお)、③土志田武(としだ・たけし)。

シングル(1~8級) = ①北野章悟(きたの・しょうご)、②部山孝一(ぶやま・こういち)、③鈴木太郎(すずき・たろう)。

上級・中級(8~16級) = ①梶井皓介(ますい・こうすけ)、②北村穰(きたむら・ゆたか)、③村上恵美子(むらかみ・えみこ)。

初級(16~29級) = ①西條洋(さいじょう・ひろし)、②瀧本達廣(たきもと・たつひろ)、③塩見英子(しおみ・ひでこ)。

なお、当館では、毎月第3金曜日の午後、視覚障害者囲碁の会が開かれています。関心のある方は、北野章悟(きたの・しょうご)さん(電話090-6973-2359)までどうぞ。

**「読書」2024年1月号(発行2024年1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