

目の見えない方・見えにくい方の情報誌

読書

2024年4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	5頁
◆お役立ち本棚	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
◆情報カフェ	20頁

●4月～5月の休館について

4月11日（第2木曜）＝エン
ジョイ！グッズサロンと図書貸出
は在庫・書庫整理日で休室。

5月3日（金）～7日（火）＝
祝日のため全館休館。

●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。

②対面リーディング＝Zoom
（ズーム）を使い、2部屋で実施。
※同室での対面も相談に応じます。

③会議室貸出＝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

●館長就任のご挨拶

館長 久保田 文（あや）

4月より館長に就任することになりました、久保田文と申します。静岡県伊豆半島の付け根にある小さな町で、富士山と箱根連山を見ながら育ちました。大阪の大学に進学し、卒業後は徳島県の一般企業に就職、30歳の時に転職して再び関西に戻り、今に至ります。

日本ライトハウスで働き始めたのは、2004年の秋です。開設3年目を迎え、ぐんぐんと利用者数を伸ばしていたエンジョイ!グッズサロンで、補装具・日常生活用具の申請受付に従事しました。そして、竹下前館長と共にエンジョイ!グッズサロンを立ち上げた故・岡田弥（あまね）さんから、視覚障害者福祉に関する制度や様々な用具について学びました。その後、半年間のサロン勤務を経て製作部に配属となり、19年間、多くのボランティアの方々と共に、貸出用の点字・録音図書や電子書籍、視覚障害児童・生徒のための教科書、自治体広報誌、選挙公報などの製作・普及に携わってまいりました。

当館の事業は、利用者の皆様と直接つながるサービス部と、そのサービス部を物作りで支える製作部、館内のハード・ソフト両面の環境整備を担う総務部が、しっかりとかみ合うことで成り立ってい

ます。また、法人全体を見たときも、当館以外にリハビリテーションセンターや盲導犬訓練所など複数の事業所があり、事業所同士の連携がサービス向上に繋がることは間違いありません。

先達が紡いできた歴史と実績を思うと、自分の未熟さに身のすくむ思いですが、皆様の信頼とご要望に真摯に向き合える施設であるよう、林田茂（しげる）サービス部長、数又幸市（かずまた・こういち）新製作部長、そして全職員と力を合わせて邁進して参りますので、何とぞ、よろしく願い申し上げます。

●日本ライトハウス・チャリティコンサートにご招待

当法人では、盲導犬育成支援のための第42回チャリティコンサートを開催します。今回は、昨年、「東大総長大賞」を受賞した全盲の菅田利佳（すがた・りか）さんがピアノ演奏でゲスト出演。利用者の方々のご招待もありますので、ぜひご来場下さい。

日時 6月16日（日）13時30分開演（終演予定16時）

会場 ザ・シンフォニーホール（JR環状線福島駅から500m）

出演 ヴァイオリン＝川畠成道（かわばた・なりみち）、指揮＝澤和樹（さわ・かずき）、管弦楽＝千里フィルハーモニア・大阪

曲目 ドヴォルジャーク「交響曲第7番ニ短調」、メンデルスゾーン

「ヴァイオリン協奏曲ホ短調」、
グリーグ「ピアノ協奏曲第1番イ
短調」

入場料 3,500円

ご招待 視覚障害の方40組
80名。ご希望の方は、はがき（点
字も可、1枚に1組）に住所、氏
名、電話番号を記入し、5月10
日（当日消印有効）までに、〒5
38-0042大阪市鶴見区今津
中2-4-37「日本ライトハウ
スチャリティコンサートSS招待
係」へお送り下さい。ご応募は、
お一人1回。結果発表は、招待券
の発送（5月15日頃の予定）を
もって代えさせていただきます。
お問合せ、チケットのご購入は、
募金事業部SS招待係（電話06
-6968-1030、平日9時
～18時）まで。

●挑戦！「ウェブラジオ」の開設 をクラウドファンディングで

ラジオを利用して情報を得ている
視覚障害の方は多くおられ、常に
手元にラジオがあるという方も少な
くありません。しかし、現在、ラジ
オで情報発信している点字図書館は
ありません。そこで、当館では、
クラウドファンディングで資金を集
めて、ラジオ番組「ニポラジオ」を
ウェブ（インターネット）上に開設
し、視覚障害の方や関係者、私たち
の活動を知らない方にも情報をお届
けすることを企画しました。

「ニポラジオ」では、視覚障害
の方や関係者の方からの問い合わ

せの便りをもとに、今話題にな
っている情報や気になること、最
新の情報などを楽しく、おもしろ
くお知らせしたいと思っています。

日本ライトハウスでは、YouTube
「ニポラチャンネル」での動画配
信、各種SNS（@iccb2020）
での情報発信もしていますが、これ
らとも繋げながら、情報発信の幅を
広げていきたいと考えています。

◆企画名「目の見えない・見え
にくい方のためのラジオ番組を作
りたい！」

◆期間 4月1日から4月30日

◆放送開始予定 5月23日（ま
ずは毎月1回の配信）

◆目標額 60万円

◆お申込み方法 インターネット
で「日本ライトハウス レディー
フォー」、または企画名で検索して
下さい。

頂いた支援金は、ウェブラジオ
を開設する際の設備費、収録時の
人件費、編集などの作業費に活用
し、安定的な情報発信のための基
盤を作っていきたいと考えていま
す。皆さんもぜひ応援して下さい！

●「バリアフリー2024」

4月17日～19日に開催

「バリアフリー2024～目の
見えない方・見えにくい方のため
の展示コーナー」の開催が近づき
ました。日時は4月17日（水）
から19日（金）、10時から17
時、会場は大阪市住之江区のイン
テックス大阪（大阪メトロ南港

ポートタウン線「中ふ頭駅」から徒歩5分)。入場無料です。今回は13社が出展。特設セミナー「AI活用による視覚障がい者の移動革命と将来への展望」も4月18日(木)12時30分に開催。「ガイドブック」(点字版、音声デジ版、大きめの活字版、Eメール版)の事前送付をご希望の方は、4月10日までに、エンジョイ！グッズサロン(電話06-6441-0039)までどうぞ。

●対面リーディングサービスの 同室での再開について

当館では、4月から利用者とボランティアの双方の合意が得られた場合、同室での対面リーディングサービスを再開していきます。Zoomを使っの別室での対面も並行して行いながら、利用の制限を緩和していきますので、どうぞご利用下さい。詳しくは、サービス部対面担当(電話06-6441-0039)にお尋ね下さい。

●すべての事業者に「合理的配慮の提供」が義務化

障害者差別解消法が改正され、4月1日から行政機関等に加えて、すべての事業者(個人事業主や自治会、ボランティアグループも含む)に、障害のある人に対する合理的配慮の提供が義務化されました。合理的配慮とは、「行政機関等と事業者が、事務・事業を行うに当たり、個々の場面で、障害者から

『社会的なバリアを取り除いてほしい』旨の意思の表明があった場合、その実施に伴う負担が過重でないときに、社会的なバリアを取り除くために必要かつ合理的な配慮を講ずること」とされています。

詳しくは、内閣府のリーフレットをご覧ください。(インターネットで「内閣府 合理的配慮」と検索すると上位に表示されます。)

●職員異動のお知らせ

当館では、今年度、以下の人事異動を行いました。

◆新任

製作部長＝数又幸市(かずまた・こういち、早川福社会館点字図書室室長から異動)

製作部録音製作係＝根本和広(ねもと・かずひろ)

サービス部機器・用具係＝吉田恵子(よしだ・けいこ、週2日)

◆異動

製作部点字製作係主幹＝奥野真里(おくの・まり、主任から昇格)

製作部点字製作係主任＝木田陽子(きだ・ようこ、録音製作係主任から異動)

メディア製作センターデジユニット主任＝白坂マナミ(昇格)

サービス部機器・用具係＝今村竹志(いまむら・たけし、総務係から異動、館内システム管理兼任)

◆退職(3月付)

サービス部機器・用具係＝川合正美(かわい・まさみ)、松岡和(まつおか・むつみ)

製作部点字製作係＝大下 歩（お
おした・あゆみ）

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「オニクスデスクセット HD22インチ」発売

据置型拡大読書器「オニクス
デスクセット20インチ」のモニ
ターをより大きいモニターに切り
替え、「オニクスデスクセットHD
22インチ」として販売します。
新発売のキャンペーンとして、
個人ユーザーのご購入に限りキャ
リングケース（19,800円）を
無償でお付けします（限定30台）。
価格＝268,000円（非課税）

●価格変更のお知らせ

4月から以下の商品価格を変更
させていただきます。ご了承下さい。

「コンパクトミラー」

＝1,100円（税込）

「コロコロ号」

＝1,100円（税込）

「オーカムマイアイ2」

＝298,000円（非課税）

「オーカムマイリーダー2」

＝198,000円（非課税）

●白杖修理手数料について

4月から白杖修理の際、シャフ
トやゴム等の代金に加えて、白杖
1本当たり550円（税込）の手
数料を別途申し受けます。ご了承
下さいますようお願いいたします。

<<2. 講習会・体験会情報 >>

●5月のICTサロン

①iPhone 活用講習会

今年度初回のICTサロンは、
iPhone をお持ちの方向けの活用講
習会です。ボイスオーバー（画面
読み上げ機能）を使用します。

第1部では、「Be My Eyes」
「Seeing AI」「写真」などのアプ
リを使用して、活字の読み取り、
風景の説明、色や柄の認識、チャ
ット形式で知りたい情報を得る方
法などを体験していただきます。

第2部では、「乗換案内」「バス
ナビタイム」「Google Map」アプ
リでの電車やバスの経路検索や時
刻表閲覧などを予定しています。

当日は、アプリダウンロードの
際に必要ですので、アップルID
とパスワードをお持ち下さい。

なお、ICTサロンは今年度も
毎日新聞大阪社会事業団の助成を
受けて開催いたします。第1回目
の今回は開講式も行います。

日時 5月11日（土）

第1部 10時から12時30分

第2部 13時30分から16時

場所 当館4階会議室

定員 各5名（先着順）

②サピエ活用講習会

5月ICTサロン第2弾として、「サピエ」活用講習会を企画しました。「サピエ」は、録音図書の再生に対応した再生機やパソコンを使用し、インターネットを通して、お好みの図書や雑誌を検索し、録音図書や点字図書のデータをダウンロードしてお楽しみいただけるサービスです。第1部はプレクストークPTR3という再生機を使用した講習会、第2部はWindowsパソコンで「雛菊の時間」というソフトを使用した講習会です。

プレクストークやパソコンは、一人1台ずつご用意します。「サピエ」は使ったことがないという方も、ぜひご参加下さい。

日時 5月25日(土)

第1部 10時から12時30分

第2部 13時30分から16時

場所 当館4階会議室

定員 各5名(先着順)

●iPhone個別ミニ講習

iPhoneをお持ちの方を対象とした30分間の個別ミニ講習です。

テーマは「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 4月24日(水)、5月23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

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的個人講習のご案内

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などの操作方法的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～「災害に備える」

大きな災害で始まった今年、改めて防災について考えてみませんか。今月号では防災に関する図書を集めました。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。

[20頁に続く]

*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】

4-1 オヤジも目覚める！ Chat
GPT 革命～生成AIで何が変わる？
何が問題？

たけうち かおる
竹内 薫 著 2冊

徳間書店 2023

AIは、同僚との雑談だと思えば
いい！？還暦過ぎの科学作家が伝える、
生成型AIとの付き合い方！

4-2 ためして！ウラ技大全～
ふしぎ！なんで？学べるライフ
ハック200

わくわく生活ラボ 編 3冊

えほんの杜 2023

くしゃみを止めるには？氷を30分
で作るには？裏技の秘密解説付きで
勉強にもなる！

4-3 ロータリークラブに入ろう！

たなかひさお
田中久夫 著 3冊

幻冬舎メディアコンサルティング
2021

親睦と奉仕を目的としている団体
「ロータリークラブ」がもたらす仲間、
大人の成長、その価値観を語る。

【哲学】

4-4 壁を越えられないときに教えて
くれる一流の人のすごい考え方

にしざわやすお
西沢泰生 著 2冊

アスコム 2012

イチローが嫌いな言葉とは？絵の値段
が高いと言われたピカソの一言とは？
クイズ形式で触れる、前向きな思考！

4-5 逃げたっていいじゃない

かやま
香山リカ 著 2冊

エクスナレッジ 2023

逃げなきゃいけないときもある。職場、
家族、ジェンダー、SNS、様々な「圧力」
から軽やかに逃げる技術。

4-6 眠れないほど面白い日本の
「パワースポット」

なみき しんいちろう
並木 伸一郎 著 3冊

三笠書房 2014

やはり日本は神に護られていた！伊勢
神宮、出雲大社、高野山、天孫降臨
の地、“聖地”を厳選。

【歴史・伝記】

4-7 黒幕の日本史

ほんごうかずと
本郷和人 著 3冊

文藝春秋 2023

うだてんのう さいごうたかもり
宇多天皇から西郷隆盛まで16人の
「黒幕」に光をあて、日本社会の力学、
権力の仕組みを浮かび上がらせる！

4-8 藤原道長^{ふじわらのみちなが}～撰関期^{せんかん}の政治と文化

大津透^{おおつ とおる} 著 2冊

山川出版社 2022

時代の頂点にいた道長の政治がめざしたもの。また文化面で果たした、後世に残る大きな役割とは。

【紀行】

4-9 おひとりからのしずかな京都

柏井壽^{かしわい ひきし} 著 3冊

SBクリエイティブ 2022

混雑必至の名所をゆったり楽しみ、ガイドブックではたどり着けない穴場も紹介。素顔の京都をこっそり伝授。

【社会】

4-10 慕われる人の習慣

レス・ギブリン 著

弓場隆^{ゆみば たかし} 訳 1冊

ダイヤモンド社 2023

なぜ、あの人は誰とでもうまくやれるのか？たった1%で人生が変わる、人間関係における技術の磨き方。

4-11 親の介護 手続きと対処

まるわかりQ&A

田中克典^{たなかかつのり} 著 4冊

玄光社 2022

保険の知識や申請方法など、お金の悩みを現役ケアマネジャーが事例で解説。

4-12 コロナ禍での視覚障害者

社会福祉法人桜雲会 編 1冊

桜雲会 2023

立場の違う3人の新型コロナウイルス感染症に関する体験談。困難から立ち上がろうとするメッセージ。

【自然科学】

4-13 池の水なぜぬくの？～

外来種を探すだけではない「ほんとうの理由」

安斉俊^{あんざい しゆん} 著 1冊

くもん出版 2021

人の手で池の環境を整える意味とは？身近な環境に生物が豊かにいることの大切さに気づかせてくれる一冊。

【医学】

4-14 なぜヒトだけが老いるのか

小林武彦^{こばやし たけひこ} 著 3冊

講談社 2023

ヒトだけが獲得した「長い老後」には重要な意味があった。様々な生物との比較から見る「老い」の正体。

4-15 ノドトレ～いつまでも

美味しく食べたい人のムセと肺炎知らずのノドの筋トレ5秒メソッド

西尾正輝^{にし おまさき} 著 2冊

メディカル・ケア・サービス
2022

4-16 ひとりほぐし～肩こり便秘

たるみむくみうつうつを自分の手でときほぐす！

崎田ミナ^{さきた} 著 2冊

日経BP 2021

4-17 精神科医が教える親を
憎むのをやめる方法

益田裕介 著 3冊

KADOKAWA 2023

冷たい態度や厳しすぎる言動。その理由は、親の発達障害かも？親子関係の歪みを軽減する方法を紹介。

4-18 専門医が教える肝臓から
脂肪を落とす7日間実践レシピ

尾形 哲 著 2冊

KADOKAWA 2023

食べる量を減らしてもやせないのは、肝臓にたまった脂肪のせい。3食マネするだけの脂肪肝改善レシピ！

【生活】

4-19 スッキリ家事でお金を
貯める！～2児ママが1年で130
万円貯金できた40のワザ

ののこ 著 2冊

小学館 2020

夫の借金がきっかけでスタートした節約生活、1年で貯金達成！家計管理のコツや生活の工夫。

4-20 5キロ痩せたら100万円
～「健康」は最高の節約

荻原博子 著 2冊

PHP研究所 2023

メタボを放置すると医療費は2.5倍！「病気になると損」「健康は得」の根拠と対策を明かす。



【料理】

4-21 けむレシピ～けむりの
パー子の簡単燻製手ほどき

小林 摩利子 著 2冊

KADOKAWA 2022

大阪天満の燻製バル「けむパー」が伝えたい、初心者でもかんたん！お酒がすすむレシピ集。

【猫】

4-22 猫にいいこと大全

茂木千恵 ほか監修

主婦の友社 編 3冊

主婦の友社 2021

最新の動物行動学に基づいた、猫のためにできること。体、心、暮らし、コミュニケーション、1冊で猫の生活の質がぐんとアップ！

【商業】

4-23 江戸のヒット仕掛け人

檜山良昭 著 3冊

東京新聞 2022

様々な流行を生んだ江戸の人々の、逆境を生き抜く人間力、逆転の発想。現代日本人が見失った原点が、江戸にある！

【芸術】

4-24 もりあがれ！タイダーン
～ヨシタケシンスケ対談集

ヨシタケ シンスケ 著 3冊

白泉社 2023

人気絵本作家ヨシタケシンスケが、会いたかった人気作家11名と対談した深いお話、初の対談集。

点字図書

4-25 世界史で深まるクラシック の名曲

ないとうひろふみ
内藤博文 著 3冊

青春出版社 2022

皇帝を怒らせたモーツァルトの「フィガロの結婚」など、味わい深まる名曲×世界史の魅惑のエピソードを紹介。

【言語】

4-26 改訂 英語点字スーパー 縮約辞典～UEB&EB&E対応版

ふくい てつや
福井哲也 著 3冊

日本ライトハウス点字情報技術
センター 2023

2015年の初版を全面改訂。固有名詞を中心に1,300語余りを追加。旧表記のEB&E（アメリカ式英語点字）にも対応。

4-27 こうえつ しごく 校閲至極

毎日新聞校閲センター 著 3冊

毎日新聞出版 2023

誤字や不適切表記と日々格闘する校閲記者が、言葉のプロの視点で、深く、鋭く、面白く語る、傑作コラム。

【小説】

4-28 アイスクライシス

さきもとりょうへい
笹本稜平 著 6冊

徳間書店 2023

氷点下40度の北極海で核実験に巻き込まれ、いつの間にか孤立してしまった7人の調査員…彼らの運命は！？



4-29 あなたに心はありますか？

いっほんぎ とおる
一本木 透 著 5冊

小学館 2023

軍事利用への警告か？AI研究者のみを狙った連続殺害予告。AIに心は宿るか。慟哭の社会派ミステリー。

4-30 警視庁アウトサイダー The second act 3

かとうみあき
加藤実秋 著 4冊

KADOKAWA 2023

新人刑事の母からの相談には警察幹部の不正事件がかかわっている！？秘密を抱えた正義がある。シーズン2完結編！

4-31 じつてぶえ 十手笛おみく捕物帳 1

たなかひろふみ
田中啓文 著 5冊

集英社 2023

父の跡を継いで目明しとなった飴売りの少女みく。不思議な精霊が宿る十手を手に奇怪な事件に挑む！

4-32 大正幽霊アパート鳳銘館の 新米管理人 2

たけむらゆき
竹村優希 著 4冊

KADOKAWA 2021

大切な髪留めを盗った男の子の霊の想いは？住人たちの心残りを癒していく優しいオカルト成長物語。

4-33 ひと夜の恋～元禄お犬小屋 異聞

もろたれいこ
諸田玲子 著 4冊

中央公論新社 2022

幕府の犬数万頭を世話する娘お吉の、
人生を動かす恋を描く。『元禄お犬姫』
と表裏をなす時代長篇。

4-34 鉦 ^{びよう}
菜津川 久 著 1冊
幻冬舎メディアコンサルティング
2023

兄妹を戦争でなくした日本人の少年と
アメリカ人の少女。遺された者同士、
心を通わせることはできるのか。

4-35 プライド 1～警官の宿命 ^{しゆくめい}
濱 嘉之 著 5冊
講談社 2022

元公安警察の作家が描く、高卒ノン
キャリアの下剋上物語！3人の幼馴染
たちの、屈辱と栄光と友情を描く。

4-36 文豪たちが書いた喧嘩の
名作短編集
彩図社文芸部 編 3冊
彩図社 2023

太宰治、新見南吉らによる珠玉の
16作品。喧嘩から生まれる心の機微、
感情の行き違い、滑稽さを描く。

4-37 ほしがる未亡人
庵乃音人 著 3冊
竹書房 2021

官能小説。

4-38 無邪気な助っ人～大江戸
けったい長屋 2

沖田正午 著 4冊
二見書房 2020

困った人を放っておかない「けったい
長屋」の面々。姉とも慕う娘の危機
に、子ども達も大活躍の第2巻！

【外国文学】

4-39 おめでたこぶた その3
～サムのおしごと（世界傑作童話
シリーズ）

アリソン・アトリー 作
すがはら ひろくに 訳 2冊
福音館書店 2016

一生懸命〈しごと〉をして、大活躍の
こぶたのサムと、サムの言葉がわかる
人びととの温かい交流。

4-40 ロサリンドの庭
エルサ・ベスコフ 作

菱木晃子 訳 1冊

あすなろ書房 2021

病弱なエリックのもとに、突然やって
きた不思議な女の子ロサリンド。出会
いと別れ、そして新たな出会いの物語。



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。

【総記】

4-1 ChatGPT ~対話型AIが
生み出す未来 先読み！IT×ビ
ジネス講座

ふるかわしやういち 古川 渉一 著 さかい まりこ 酒井 麻里子

聞き手 (6:21)

インプレス 2023 他館

人間のように話すことができる対話型
AI「ChatGPT」。どう使うと便利
で何をすると危険か、会話形式で解説。

4-2 メタバース見るだけノート
~今世紀最大のビジネスチャンスが
1時間でわかる！

おかじまゆうし 岡嶋裕史 監修 (6:23)

宝島社 2022

メタバースってなに？その仕組み
は？仮想現実が経済圏をどのように
変えるのかをサクッと理解。

【哲学】

4-3 空気を読む人読まない人~
人格系と発達系のはなし

おいまつかつひろ 老松克博 著 (6:29)

講談社 2021 他館

不仲、いさかい、憎み合いの裏にある、
2つのタイプの激突を解説。人間関係

と心のつらさを改善する方法。

4-4 あの日、選ばれなかった君へ
~新しい自分に生まれ変わるための
7枚のメモ

あべ こうたろう 阿部 広太郎 著 (4:38)

ダイヤモンド社 2023 他館

就職、受験、恋愛。人生は「選ばれ
ない」ことの連続。落ち込んだその
後に、新しい一歩を踏み出すヒント
と勇気がもらえる本。

4-5 80歳の壁 実践篇~こうれいしや幸齢者
で生きぬく80の工夫

わだひでき 和田秀樹 著 (4:13)

幻冬舎 2023 他館

「肉を食べるなら朝から」「夜に牛乳
と6分間読書」。『80歳の壁』が
さらに具体的に進化した、健康長寿
のコツ決定版！

【歴史】

4-6 日本史 書き残されたふしぎ
な話~その時、「異界の扉」は開か
れたのか？

なみき しんいちろう 並木 伸一郎 著 (5:50)

三笠書房 2023 他館

ひやつきやぎょう
百鬼夜行、アマビエ、はんごん
反魂の術など、
いにしえの日本で目撃された数々の謎
の真相に迫る。歴史探訪ミステリー。

4-7 大坂城と大坂・摂河泉地域
の歴史

きたがわ ひろし
北川 央 著 (15:39)

新風書房 2022

元・大阪城天守閣館長が長年蓄積して
きたとっておきの「大阪郷土史」。古
代から近世・明治まで奥深い記録。

4-8 明治維新のカギは奄美の砂糖
にあり～薩摩藩 隠された金脈

おおえ しゅうぞう
大江修造 著 (4:37)

アスキー・メディアワークス

2010 他館

幕末、日本最大級の軍事力を備えた
薩摩藩。この軍備を可能にした隠さ
れた財政の秘密を紐解く！

【社会】

4-9 「核の時代」と戦争を終わら
せるために～「人影の石」を恐れる
父から娘への伝言

おおく ぼ けんいち
大久保 賢一 著 (10:08)

学習の友社 2022

核兵器と戦争に対する恐怖と嫌悪
と、反核平和への願望。「行動する
弁護士」が綴る懐の深いエッセイ集。

4-10 言い換えるとちょっと
得する言葉

かわかみてつや
川上徹也 著 (3:17)

三笠書房 2022 他館

「助かりました」は「〇〇さんのお
かげです」に。いいことにつながる
言い換え例を紹介。

4-11 豪商の金融史～廣岡家文書
から解き明かす金融イノベーション

たかつきやすお
高槻泰郎 編著 (16:32)

慶應義塾大学出版会 2022

商人が動かす経済・文化・歴史。朝
ドラのモデルになった大坂の豪商
廣岡家の史料が語る、波乱万丈の物語。

4-12 ぼけと利他

いとうあさ むらせたかお
伊藤亜紗・村瀬孝生 著

(10:23) ミシマ社

2022 他館

ぼけは病ではない。ぼけがもたらす
利他とは？老いの「ままならなさ」
を、愛しくも思わせてくれる、2人
の往復書簡。

4-13 見えない地球の暮らし方
2～見えない・見えにくい人の
リアルな日常レポート集

メルマガ色鉛筆チーム 編著

(6:30)

京都府視覚障害者協会 2023

声のメルマガ「色鉛筆」の中からセレ
クト。当事者ならではの経験や思いが
集まってできた第2弾。



【自然科学】

4-14 富士山はいつ噴火するのか？
～火山のしくみとその不思議

まんねんかざたか
萬年一剛 著（6：39）

筑摩書房 2022 他館

実はとても活発？噴火に至るマグマの動きは？日本の象徴である富士山を通じて火山学、防災を学ぶ。

【生物学】

4-15 ダニが刺したら穴2つは本当か？

しまのさとし
島野智之 著（4：31）

ふうとうしゃ
風濤社 2021

人に危害を加えるダニ、森の分解者として暮らす無害なダニなど、世界に5万種いるダニの多様性を紹介。

4-16 日本野鳥の会のとっておきの野鳥の授業

うえだけいすけ
日本野鳥の会 編 上田恵介 監修
（12：16）山と溪谷社

2021

鳥の巣や鳴き声の秘密など、鳥たちの行動と生態、驚異の仕組みを紹介。野鳥保護の現状と課題も解説。

【医学】

4-17 みんなある！相談しづらい受診しづらい体のお悩み！

ならのぶお 奈良信雄 監修 たなかけいいち 田中圭一 イラスト

まんしんそうい
満身創痕研究会 編（4：45）

辰巳出版 2020 他館

知っていれば焦らない！水虫、わきが、

オナラ、魚の目。微妙に受診しづらい代表的な不調42をとりあげる。

4-18 肝臓こそすべて～ダイエットも健康も肝臓をいたわると、代謝力、解毒力、免疫力が上がる！

おがた さとし
尾形 哲 著（5：44）

新星出版社 2022 他館

4-19 知っておきたい爪の知識と病気～すべての疑問を解決します！

ひがし のぶひこ
東 禹彦 著（7：04）

金原出版 2022

身近な爪の役割や、爪の切り方、様々な爪の病気など。爪の変化にいち早く気づき、対策するために！

4-20 脳は若返る

もぎ けんいちろう
茂木 健一郎 著（4：00）

リベラル社 2022 他館

若返りのカギは、生活習慣・お金・人脈・心持ち。年齢を重ねても若々しい脳を持つ人の生活習慣とは？

【生活】

4-21 老後の心配はおやめなさい～親と自分の「生活戦略」

おぎわらひろこ
荻原博子 著（5：38）

新潮社 2022 他館

増えない貯金、揉める相続。その心配、本当に必要？専門家が伝える「老後不安のなくし方」基礎の基礎。

【野菜】

4-22 野菜売り場の歩き方

青髪あおがみのテツ 著 (3:49)

サンマーク出版 2022 他館
誰も教えてくれなかった！スーパーの
店員だけが知っている、野菜選びから
保存、料理、栄養、節約までのノウ
ハウ全公開。

【環境】

4-23 虚構の森

田中淳夫たなかあつお 著 (8:54)

新泉社 2021

SDGs の落とし穴にはまるな！森林
ジャーナリストが、地球環境問題に
関する思い込みに異論を申し立てる。

【鉄道】

4-24 鉄道愛を語る～十人十鉄 の鉄道話

「旅と鉄道」編集部 編

(4:37) 天夢人 2023

他館

お笑いコンビ中川家の礼二れいじ、石原
良純よしずみら22名の著名人が、それぞ
れの鉄道への思いを熱く語る。

【漫画】

4-25 冴えてる一言～水木しげる マンガの深淵しんえんをのぞくと「生きる こと」がラクになる

久坂部 羊くさかべ よう 著 (5:07)

光文社 2022 他館

空虚な理想論やきれい事抜きで、懸命
に生きた水木しげるの作品から、

名言・箴言しんげんを厳選紹介。

【芸能】

4-26 師弟論～伝統芸能とパワ ハラ

稲田和浩いな だ かずひろ 著 (5:24)

彩流社 2023

師弟間のパワハラ問題。落語界に暴力
はあるのか。果たして師匠の言うこと
は絶対か。喫緊きつぎんの問題を斬る。

【小説】

4-27 藍色時刻の君たちは

前川 ほまれまえかわ 著 (15:36)

東京創元社 2023 他館

家族の介護、震災、そしてあの人。
ヤングケアラーたちの青春と成長を
通し、人間の救済と再生を描く渾身
の傑作！

4-28 隠居すごろくすごろく

西條奈加さいじょう なか 著 (12:43)

KADOKAWA 2019 他館

人生の上がりだと思っていた隠居生活
が、まさか「第二の双六すごろく」の始まり
だったとは！笑って泣ける人情時代
小説開幕！

4-29 江戸の探偵

鈴木英治すずき えいじ 著 (8:18)

KADOKAWA 2023 他館

切れ味鋭い名推理で陰謀に立ち向かえ！
家老ゆうへいに幽閉された城主を救うべく、
江戸に名探偵参上！

4-30 鬼役 33～初心
坂岡 真 著 (7:00)
光文社 2023 他館

家督を継いだ息子に下った初の密命。
「影鬼」となった蔵人介も訝る、不審
な「裏御用」の中身とは？

4-31 鏡の国
岡崎琢磨 著 (14:59)
PHP研究所 2023 他館
本気の「仕掛け」を堪能せよ！大御所
ミステリー作家の遺稿をめぐる、二度
読み不可避の大本命ミステリー。

4-32 風と共に咲きぬ
清水晴木 著 (4:43)
KADOKAWA 2023 他館
人生という舞台上で奮闘する脇役、敵役、
ちよい役の俳優たち。陰日向に生きる
彼らは、大輪の花を咲かせることが
できるのか？心温まる連作短編。

4-33 狐祝言～北の御番所反骨
日録 4
芝村凉也 著 (7:11)
双葉社 2022 他館

慕い合う二人の門出を邪魔するやつあ
許さねえ。友とその許婚のために奔走
する広二郎。万感胸に迫る第4巻！

4-34 俠
松下隆一 著 (5:49)
講談社 2023 他館

博奕から足を洗った余命わずかの

貧乏蕎麦屋と、店に集うはみだし者達
が紡ぐ、どん底ながらも圧倒的な人間
賛歌！

4-35 クラックアウト
長沢 樹 著 (10:58)
角川春樹事務所 2023 他館
絶大な力を誇る中国系マフィア会長の
死期が迫る中、池袋の裏社会の住人
と警察の、手段を選ばぬ闘争が激化
する！

4-36 クワトロ・フォルマッジ
青柳碧人 著 (9:27)
光文社 2023 他館
閉店間際の小さなピザ屋で毒殺事件？
居合わせた秘密を抱える4人。それ
ぞれの視点で描かれる真相とは？

4-37 浄天眼 謎とき異聞録 上
～明治つれづれ推理
一色 美雨季 著 (6:12)
マイナビ出版 2016

物に宿った記憶や人の心を読む力
“浄天眼”を持つ劇作家とお世話役の
活躍！謎解きレトロ浪漫。

4-38 浄天眼 謎とき異聞録 下
～明治つれづれ推理
一色 美雨季 著 (6:17)
マイナビ出版 2017

別れた恋人が残した謎の記号、福を
招くはずの猫のトラブル他、ほろり
と泣けるミステリー、下巻。

4-39 鷹の惑い

どう ば しゆんいち
堂場瞬一 著 (10:06)

講談社 2023 他館

21世紀に湧く日本。公安一課と捜査一課。父の系譜をたどる息子たち。

「日本の警察」平成編、第2巻。

4-40 天空の魔手ましゆ～警視庁公安部

かた の さかあきら
・片野坂彰 5

はま よしゆき
濱 嘉之 著 (11:20)

文藝春秋 2023 他館

対中国、公安部エースの秘策！？ドローン×eスポーツで台湾侵攻に備えよ！公安シリーズ待望の第5弾。

4-41 土下座奉行どげざ 1

いとうひろや
伊藤尋也 著 (5:59)

小学館 2023 他館

なんと、きれいな土下座であろうか。小悪を剣で斬る同心と、大悪を土下座で斬る奉行が難事件に挑む！

4-42 成瀬なるせは天下を取りにいく

みやしまみな
宮島未奈 著 (5:12)

新潮社 2023 他館

全力で我が道を突き進む成瀬から目が離せない！あなたが「どこか」で別れた「なにか」に共鳴する、いとおしい青春小説！

4-43 八月ごしよの御所グラウンド

まきめ まなぶ
万城目 学 著 (5:19)

文藝春秋 2023 他館

死んだはずの名投手とのプレーボー

ル！？京都で起きる、幻のような出会いを描く表題作他、温かく涙あふれる直木賞受賞作。

4-44 人妻おとり囷捜査官

さくら い まこと
桜井真琴 著 (5:20)

イースト・プレス 2023 他館

官能小説。

4-45 香港警察東京分室

つきむらりよう え
月村了衛 著 (7:53)

小学館 2023 他館

増加する国際犯罪。インターポールの仲介でタッグを組んだ日本と香港警察「特殊共助係」、国家の謀略に挑む！

4-46 神酒みきクリニックで乾杯を 1

ちねん みきと
知念 実希人 著 (8:48)

KADOKAWA 2015 他館

腕は立つが曲者くせものの医師達が、世間に知られずVIPの治療を行うクリニック。そこに隠された裏の顔とは？

4-47 昔はおれと同年だった田中さんとの友情

やづき みちこ
椰月 美智子 作 (3:25)

小峰書店 2019 他館

スケボーを通じて出会った85歳の田中さん。自分のことだけしか考えられなかった小学6年生の少年たちに起きた変化とは。



4-48 モノマネ芸人、死体を埋める

藤崎 翔 著 (8:48)

祥伝社 2023 他館

罪がバレたら自分も失業！？本人が犯した殺人事件の完全犯罪を目論むが…。極上伏線回収ミステリー！

4-49 落語刑事サダキチ 2

～泥棒と所帯をもった女

愛川 晶 著 (8:25)

中央公論新社 2023 他館

新人刑事の相談を受ける落語刑事だが、真相を見抜くのはいつも高座のホームズ？人情噺と謎解きが絡み合う落語ミステリー。

【文学】

4-50 王朝日記の魅力

島内景二 著 (16:30)

花鳥社 2021

NHKラジオ講座「古典講読」で話題の著者が伝える、源氏物語など王朝日記の魅力、現代を生き抜くヒント。

【シネマ・デイジー】

4-51 男たちの大和 YAMATO

佐藤純彌 監督 (2:29)

2005年製作 他館戦後60

年記念作品。世界最強と謳われながら、無謀な特攻に送り出された若き乗組員たちの悲劇を描く。

4-52 君に届け

熊澤尚人 監督 (2:13)

2010年製作 他館

誰よりも健気で純粹ながら、見た目が暗く誤解を受ける少女と人気者男子の恋模様を描く学園青春映画。

4-53 2001年宇宙の旅

スタンリー・キューブリック 監督

(2:33) 1968年製作

他館

知的生命体の接触と人類の進化を描き、アカデミー賞特殊視覚効果賞を受賞した、映画史に残る名作SF。

4-54 ブリジット・ジョーンズの日記

シャロン・マグワイア 監督

(1:41) 2001年製作

他館

恋と仕事に奮闘するアラサー女子の毎日を等身大に描く、ユーモアいっぱいラブ・コメディ。

4-55 星守る犬

瀧本智行 監督 (2:13)

2011年製作 他館

何もかも失った男性が、最後に残った愛犬と共に過ごした、切なくも幸せだった旅を描く。



図書特集

<早川財団寄贈ダイジー図書①>

原本はすべて早川書房発行です。今回は5タイトル紹介します。

①異常（アノマリー）

エルヴェ・ル・テリエ 著

加藤 かおり 訳（15：06）

2022年

殺し屋、弁護士、作家、歌手、がんを告知された男。なんの繋がりもない人びとが、ある飛行機に同乗したことで、運命を共にする。2020年ゴンクール賞受賞。

②キュレーターの殺人

M. W. クレイヴン 著

東野 さやか 訳（13：52）

2022年

クリスマスの英国カンブリア州で、切断された人間の指が次々発見された。現場には謎めいた文字列が。刑事ワシントン・ポーたちは捜査に乗り出すが。

③グレイス・イヤー～少女たちの聖域

キム・リゲット 著

堀江里美 訳（17：36）

2022年

とある街では、女性の魔力を解き放つため、16歳の少女を1年間森に追放する風習があった。自分らしい人生を望む少女が、この風習の果てに見た真実とは。

④三体Ⅱ～こくあんしんりん 黒暗森林 上

劉 慈欣 著 大森 望 ほか訳

（14：05）2020年

人類に絶望した天体物理学者・葉文潔いようんじえが宇宙に向けて発信したメッセージは、三つの太陽を持つ異星文明・三体世界に届いた。新天地を求める三体文明は、千隻を超える侵略艦隊を組織し、地球へと送り出す。

⑤三体Ⅱ～こくあんしんりん 黒暗森林 下

劉 慈欣 著 大森 望 ほか訳

（15：12）

2020年

刻一刻と太陽系に迫りつつある、三体世界の巨大艦隊。地球文明をはるかに超える技術を持つ侵略者に対抗する最後の希望は、4人の面壁者めんぺきしゃだった。かれらは自らの専門分野の知識を駆使し、命がけの頭脳戦に身を投じる。



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、5月17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名をご招待します。今回は尾高忠明（おたか・ただあき）の指揮、アンヌ・ケフェレックのピアノで、シベリウスの「組曲『レンミンカイネン』作品22」、モーツァルトの「ピアノ協奏曲第20番ニ短調K.466」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、4月13日（土）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（4月16日の予定）をもって

代えさせていただきます。

●福本淳さんのコンサートにご招待

当館の利用者で、シンガーソングライター福本淳（きよし）さんが主宰するヒーリングスタジオ（障害者児向け音楽教室）の30周年記念コンサート「紡ぎ音（つむぎね）」が5月26日（日）14時から大阪市立阿倍野区民センター・小ホールで開かれます。第1部は生徒代表によるドラム、キーボード、ボーカル、ギターなどの演奏発表。第2部はバンドとの共演による福本淳アコースティックコンサート「風がささやく、私も歌い続けよう」。入場無料（完全申込制）。当館の利用者、先着50名（視覚障害者の場合1組2名）が招待されます。お申し込みは、福本ヒーリングスタジオ（電話06-6719-8198）かケーエスインターナショナル（Eメールksmail@ks-todo.com）まで。

「読書」2024年4月号（発行2024年4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 久保田 文

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