

目の見えない方・見えにくい方の情報誌

読書

2024年8・9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	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
◆情報カフェ	20頁

●8月～9月の休館について

本号は8月・9月の合併号です。
次号は10月1日の発行です。

◆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。

8月8日（第2木曜）＝在庫・
書庫整理日のため休室。

8月10日（土）～16日（金）
＝夏期休館。8月16日（金）は

3階総務係と4階会議室は開室。

8月22日（木）午後＝当法人
職員全体会のため全館休館。

9月12日（第2木曜）＝在庫・
書庫整理日のため休室。

9月17日（火）＝16日（月曜
指定祝日）の振替休室。

9月24日（火）＝22日（日）
が祝日のため振替で休室。

●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。
※同室での対面も相談に応じます。

③会議室貸出と会議室での行事
＝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

●京阪「淀屋橋駅」西改札と中央改札の、入口と出口が入れ替わり

8月11日(日)初発より、淀屋橋リニューアル工事に伴い、西改札口と中央改札口の、入口と出口が入れ替わり、切符売場の場所も変わります。現在、西改札と中央改札は、大阪側に向かって左側が入口、右側が出口ですが、8月11日からは大阪側に向かって右側が入口、左側が出口になります。西改札の入口付近にある切符売場も、入口と一緒に移動します。

●わろう座「マジックショー ～嘘じゃない不思議な世界へ～」 のご案内

マジックというと、目で見て楽しむものというイメージがありませんか？そんなことはありません。手で触りながら、聴いてイメージしながら楽しめるマジックがあるので！

今度のわろう座は、盲学校や視覚障害者施設などでマジックショーを行っている、マジシャンの万博(ばんぱく)さんをお招きして、

マジックショーを開催します。

万博さんは、「目の見えない人にも手品を楽しんでもらいたい」という熱意が高じて盲学校の非常勤講師になった方で、盲学校の教員とマジシャンの二刀流ライフを送っています。当館の視覚障害の職員も、万博さんのマジックを実際に体験して、「嘘でしょう、何でこうなるの？どうなっているの？！」と、不思議な感覚に驚いていました。

視覚以外の感覚で楽しむマジックに興味のある方、参加をお待ちしています。

日時 10月5日(土)

午前の部 11時～12時

午後の部 14時～15時

(どちらも同じ内容)

場所 当館4階会議室1・2

定員 各回20名(先着順)

参加費 無料

申込み 8月20日(火)9時15分以降に、当館総務係(電話06-6441-0015)まで。各回定員になり次第、締め切らせていただきます。

●盲導犬育成支援のための灯友会 (とうゆうかい)バザールが開催

今年も、日本ライトハウス後援会「灯友会」のチャリティバザーが、当館で開催されます。新鮮な野菜や特産品など、掘り出し物が多数あります。収益金は、盲導犬育成事業の支援金として当法人に寄附されますので、ぜひご来場下さい。

バザールは出入り自由ですが、ご来館の際に当館5階にも来場を希望される場合は、エンジョイ！グッズサロンまでご予約下さい。

日時 9月6日（金）12時～16時30分、9月7日（土）10時～14時（売切次第終了）

場所 当館4階会議室

販売 昆布・鰹節などの乾物、野菜、パン、クッキー、ハンドソープ等

●読書バリアフリーの講演会に参加して

製作部長 数又幸市（かずまた・こういち）

6月29日（土）、日本デジコンソーシアムと日本電子出版協会の共催で、「読書バリアを解消する電子書籍とは」と題したオンライン講演会が開催されました。読書バリアフリーに取り組んでいる6施設・団体から報告と提言があり、当館からは館長の久保田が「日本ライトハウス情報文化センターがめざす読書バリアの解消」と題した講演を行いました。

久保田は、市場に流通している電子書籍の課題として、①多くが音声読み上げに対応しておらず、図表や写真等の説明がない。②購入に至るまでの手順や決済方法が、視覚障害者等にとって容易ではない。③電子書店ごとに独自の再生アプリが強制されている。などを挙げ、視覚障害者等の方々が「サピエ図書館」からの提供を待たざ

るを得ない状況について説明しました。その後、産官民の連携による、出版社自身がアクセシブルな電子書籍を発行できる仕組みの必要性を強く訴えました。

当館では今年度、助成金を活用して「電子書籍コンテンツのアクセシブル化に関する研究事業」に着手しました。関係団体と協力し、視覚障害者・出版社・著者それぞれに利のある情報提供の仕組みをめざしていきたいと思っております。

●人事異動のお知らせ

当館サービス部機器・用具係の岡本昇（おかもと・のぼる）職員が、一身上の都合により7月15日付けで退職しました。岡本職員は2002年に日本ライトハウスリハビリテーションセンター職業訓練部に入職し、2008年に当館のサービス部「エンジョイ！グッズサロン」に異動。情報機器の購入・相談・講習、パソコンサポートボランティア「ボイスネット」のサポート受付などを担当しました。2011年に録音製作係に異動、2017年に再びエンジョイ！グッズサロンに戻り、ICT機器・アプリのサポートに従事してきました。また、当館の職員では唯一の盲導犬ユーザーでもあり、3代の盲導犬（初代「ヴィオラ」、2代目「カリム」、3代目「フィン」）と共に盲導犬の啓発・普及にも尽力しました。

◆その他の人事

登用 江島英夫（えじま・ひでお）＝7月1日付けで、サービス部機器・用具係正職員に登用

採用 川嶋健太（かわしま・けんた）＝6月16日付けで、製作部点字製作係に採用

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 >>

●「エンビジョングラス」サマー キャンペーンのお知らせ

眼鏡型音声読み上げ端末「エン
ビジョングラス」をキャンペーン
価格で販売中です。当館に見本を
用意していますので、この機会に
体験してみませんか。電話でご予
約の上、ご来館下さい。

キャンペーン期間 8月31日
（土）まで（数量限定、先着順）

キャンペーン価格 198,000
円（非課税）

<<2. ニポラジオ >>

●毎月1日と15日に番組配信

当館がインターネットで提供し
ている音声だけの情報番組「ニポ
ラジオ」は、毎月1日と15日の
2回、新番組を配信しています。

ポッドキャストや当館のホーム
ページの専用サイトからは、これ
まで配信したすべての番組を聴く
ことができます。

◆お便りを募集しています！

当館ホームページに「ニポラジ
オ」お便り投稿用入力フォームを
設けました。引き続き、メール・
電話・FAXでの投稿も受け付け
ています。送りやすい方法でメッ
セージをお寄せ下さい。

「ニポラジオ」お便り投稿用入
力フォーム

[https://www.lighthouse.
or.jp/iccb/niporadio_query/
メールアドレス](https://www.lighthouse.or.jp/iccb/niporadio_query/)

enjoy@lighthouse.or.jp

電話 06-6441-0039

FAX 06-6441-1126

<<3. 講習会・体験会情報 >>

●9月のICTサロン～ インターネット活用講習会

インターネット検索、ホーム
ページ閲覧操作の講習会です。
第1部はパソコン、第2部では
iPhoneを使用します。

第1部ではNet Reader Neo、
第2部ではSafariアプリを使用し、
キーワード検索や読み上げ基本
操作、ページ移動、お気に入りの
登録・管理などを体験していただ
く予定です。「調べたいことの探し
方がわからない」「知りたい情報に
なかなかたどりつけない」という
かたもぜひご参加下さい。

パソコンは一人1台ずつご用意します。iPhoneについてはご自身の機器をお持ちください。

日時 9月28日(土)

第1部 10時～12時30分

第2部 13時30分～16時

場所 当館4階会議室

定員 各回5名(先着順)

●10月のICTサロン～ 点字ディスプレイ体験会

点字ディスプレイとは、内蔵された6本のピンを浮き出させたり沈めたりして点字を表示し、紙に書かれた点字と同じように指で読むことができる機器です。6点に割り当てられたキーでの点字入力の他、様々なデータの保存や、パソコン、スマートフォンと接続して、画面の情報を点字で表示させることができます。

10月のICTサロンは、これまで点字ディスプレイを触ったことがない方を対象に、ゆっくりと体験していただく時間を設けました(1回70分)。当日触っていただく点字ディスプレイは、ケージエス社の「ブレイルメモスマート Air16」と「ブレイルメモスマート Air32」。エクストラ社の「ブレイルセンスシックス」と「ブレイルセンスシックスミニ」です。

日時 10月26日(土)

10時～11時10分

11時20分～12時30分

13時30分～14時40分

14時50分～16時

定員 各回2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「ポッドキャスト」。当館でも番組を配信しているポッドキャストは、ニュース、語学、バラエティなど様々なジャンルの番組を楽しむことができます。今回は番組検索や聞き方の基本操作を講習します。

日時 9月26日(木)、10月25日(金)

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名(先着順)

受講料 無料

●白杖の使い方個別講習会

白杖の使い方について、職員がマンツーマンでアドバイスする個別講習です。白杖の使い方・持ち方、介助者との歩き方など、白杖歩行の基本的なことについて復習します。ご自身の白杖歩行を確認したい方は、ぜひお申し込み下さい。

日時 9月5日(木)

10時～11時30分

13時～14時30分

15時～16時30分

場所 当館5階サービスフロア

定員 各回1名(先着順)

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～「太平洋戦争」

あの戦争を生き抜いた人たちの叫びと祈りがきこえる。体験記、エッセイ、自伝的小説などを集めました。目録は点字版、音声デイジー版、墨字版があります。ご希望の方には無料でお送りします。

●「夏の甲子園2024（抜粋版）」音声デイジー版を貸し出します

音訳ボランティアグループ「グループ N-BUN（エヌブン）」製作の標題書を貸し出します。

全国高等学校野球選手権大会の雑誌「甲子園2024～AERA（あえら）増刊」と、日本高等学校野球連盟のホームページから抜粋した試合の組み合わせ表、日程などを音訳したデイジーCDです。ご希望の方は図書貸出係までお申込み下さい。

8月上旬、完成次第、お申し込みいただいた方に順次お送りします。

●「SDカード・日ラセレクトパックサービス」

2024年夏パックのご案内

「SDカード・日ラセレクトパックサービス」の第4弾。サピ

エ図書館からデータのダウンロードができる音声デイジー図書の中から、特定のテーマに沿って集めたパックをお送りします。

今回のご案内は、次の7パック。

（④から⑦は本誌の「お役立ち目録」で紹介したものです。）夏休みの読書に、ぜひいかがですか？

①「本屋大賞2024年」（10タイトル）

②「気分がスカッと晴れるおすすめシネマ・デイジー」（16タイトル）

③「日本歴史時代作家協会賞・新人賞受賞作」（23タイトル）

④「カラダの知見をアップデート（2023年4月紹介）」（20タイトル）

⑤「知っておきたい身近に潜む詐欺（2023年5月紹介）」（21タイトル）

⑥「雨の日には音楽を（2023年6月紹介）」（23タイトル）

⑦「平成のベストセラー（2023年7月紹介）」（21タイトル）

1枚のSDカードに、1種類のパックのみご提供します。まずは、サービスご利用の旨と、ご希望のテーマをお伝え下さい。

「SDカード・日ラセレクトパックサービス」については、当館のホームページにも掲載しています。

お申込み・お問合せは、図書・貸出係（電話、またはEメール book@iccb.jp）までどうぞ。皆様のご依頼をお待ちしています。

[20頁へ続く]

*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】

8-1 まるわかり ChatGPT & 生成AI

のむらそうごうけんきゆうしよ
野村総合研究所 編 3冊

日経BP日本経済新聞出版
2023

ChatGPTに代表される生成AIは、何がすごいのか。基礎知識から、社会への影響・活用事例を徹底解説。

【哲学】

8-2 「声に出す」だけでモヤモヤがすっきりする本～たった5秒のメンタルケア

いばかずたか
伊庭和高 著 2冊

三笠書房 2023

「たまる前に外に出す」「逃げたい気持ちに気づく」。5千人の悩みを根本から解決。「本音ポツリ」のすすめ。

8-3 人生の目的～旅人は、無人の広野でトラに出会った

たかもりみつはる 高森光晴 ほか著 たかもりけんてつ 高森顕徹 監修

しげもと 茂本 ヒデキチ 画 2冊

1万年堂出版 2023

独りぼっちの私たちが、どうすれば幸せになれるのか。トルストイを驚嘆させた「ブッダの寓話」で解説。

8-4 ローマ教皇は、なぜ特別な存在なのか～カノッサの屈辱

ふじさき まもる
藤崎 衛 著 3冊

NHK出版 2023

なぜ皇帝が教皇に屈服したのか？裸足のまま雪の中で3日間赦しを請うた「屈辱」の歴史的意義を考える。

【歴史】

8-5 東大生が教える「戦争の終わり方」の歴史

東大カルペ・ディエム 著

にしおかいつせい
西岡吉誠 監修 2冊

星海社 2023

戦争の過程よりもその「終わり方」に注目。31の戦争の終わり方がその後の世界に与えた影響をまとめる。

8-6 江戸の給与明細

あんどう ゆういちろう
安藤 優一郎 監修 3冊

エムディエヌコーポレーション
2022

貧乏さむらいの年収40万円なり。億万長者、裏家業、貧乏旗本、袖の下。武士と庶民のお金大百科。

8-7 戦国武将と戦国姫の失敗学～乱世での生き抜く術と仕舞い方

か く こうぞう
加来耕三 著 4冊

日経BP 2023

37の戦国武将と戦国姫の思い・決断・行動とその結果を分析。知られざる失敗の原因と、現代に通じる教訓とは。

【伝記】

8-8 見えないから、気づく

あさかわ ちえこ
浅川 智恵子 著

さかもとしほ
坂元志歩 聞き手 3冊

早川書房 2023

14歳のとき失明。ハンデを乗り越え、アクセシビリティ研究の第一人者となった著者。発想の源泉を明かす。

【社会】

8-9 遺言書は死んでも書くな

ぬか だ よういち
額田洋一 著 2冊

ちくら
千倉書房 2023

むしろ争いを残すことが多い遺言書。なくても相続は解決することを様々な家族のケースで解き明かす。

8-10 ナオミ・クライン『ショック・ドクトリン』～「惨事」を狙うのは誰か（NHKテキスト100分de名著）

つつみ みか
堤 未果 著

日本放送協会 ほか編集 2冊
NHK出版 2023

災害などの惨事に便乗し富を奪う強欲な資本主義の構造「ショック・ドクトリン」。日本も標的となる現在、抗う術を探る。



8-11 AI時代を生き抜くための
仮説脳

たけうち かおる
竹内 薫 著 3冊

リベラル社 2023

「もしも～だったなら？」と考える仮説思考でよりよい方向へ。正解がない現代、人工知能に勝る生存戦略。

8-12 ありふれた言葉が武器になる伝え方の法則～センス不要すぐ使える

もとほし あど
本橋亜土 著 2冊

かんき出版 2021

コミュニケーションの鉄則は「相手に考えさせないこと」。大事なことは言葉で盛って直感的に伝える！

8-13 思考停止という病理～もはや「お任せ」の姿勢は通用しない

えのもとひろあき
榎本博明 著 3冊

平凡社 2023

偉い人が決めたから大丈夫？高評価だから安心？疑問を持たず、思考停止に陥る日本人に警鐘を鳴らす。

【自然科学】

8-14 宇宙と物質の起源～「見えない世界」を理解する

高エネルギー加速器研究機構

そりゆう しげん しかく
素粒子原子核研究所 編 12冊

講談社 2024

宇宙の謎に挑む研究者たちが視覚障害者と共に作り上げた点字本。最先端の物理学研究を、総力を挙げて解説する。

【医学】

8-15 最高の食べ方がわかる！
老けない腸の強化書～専門医が
教える45の金言

ないとうゆうじ
内藤裕二 監修 3冊

新星出版社 2023

老化を防ぐカギは腸にあり！腸内環境
を改善する食べ方とは？今知りたい
トピックを徹底解説。

8-16 腸を整えたければバナナ
を食べたほうがいいこれだけの理由
～医師も実践している本気の腸活

こばやしひろゆき
小林弘幸 著 2冊

アスコム 2022

腸にいい栄養素がせいぞろいで、なに
よりお手軽。いつでもどこでも腸活
できる「バナナ腸活」。

8-17 体の不調がみるみる消える
細胞のおそうじふりかけ

いとうみつこ
伊藤明子 著 2冊

アスコム 2023

その不調、細胞が原因かも。身体の
サビとコゲを遠ざける、「スーパーの
食材」で簡単につくれる6つのふり
かけ+αレシピ。

8-18 毎日10分長生き風呂
カラオケ

わたなべゆうすけ
渡邊雄介 著 1冊

中央公論新社 2024

入浴中の事故防止、誤嚥ごえん予防に毎日
10分、世にも簡単でお得な健康法。
のどと声の専門医がおすすすめ。

【料理】

8-19 サプリみたいに栄養が
とれる副菜101～美容、アンチ
エイジング、貧血予防、疲労回復、
そしてダイエットにも！

うしおりえ
牛尾理恵 著 2冊

主婦と生活社 2023

【動物】

8-20 ヒト、イヌと語る～コー
ディーとKの物語

きくすいたけふみ
菊水健史 ほか著 3冊

東京大学出版会 2023

すべてのイヌ好きに贈る。両者の視点
から学べる、動物行動学者が愛犬家
として綴る感動の科学エッセイ。

8-21 クマが出た！助けてベア
ドッグ～クマ対策犬のすごい能力

おおたきょうこ
太田京子 著 2冊

岩崎書店 2021

人もクマも助ける！人家に近づいた
クマを森の奥へ追う、特別な訓練を
受けた職業犬の活躍。

【電車】

8-22 地図で読み解く阪急沿線

うえだ のぼる おかだ なおし
上田 登文 岡田 直 監修

4冊 三才ブックス 2023

関西随一の私鉄を地図上で詳らかに。
刺激的な地形と歴史。神戸、宝塚、
京都、沿線の謎と不思議探訪！



点字図書

【スポーツ】

8-23 ^{きゆうせき}球跡巡り～球史を刻んだ
球場跡地を歩く
^{やまもと つとむ}山本 勉 著 5冊
理工図書 2023

時代と共に消えた55の球跡。野球ファンの郷愁をくすぐる、プロ野球史を振り返る貴重な記録。

【華道】

8-24 1日5分いけばなの歴史
^{ほそかわたけとし}細川武稔 著 4冊
淡交社 2022

^{いけのほうせんけい}池坊専慶の登場、明治維新といけばなの危機ほか、92のテーマで、華道の歴史をコンパクトに解説。

【言語】

8-25 ^{げんごぬま}言語沼～言語オタクが
友だちに700日間語り続けて引き
ずり込んだ
^{ほりもと けん}堀元 見 ほか著 3冊
あさ出版 2023

「えーっと」と「あの一」の違いを説明できる？漫才のようなやりとりで言葉の深淵を楽しめる1冊。

8-26 無礼語辞典

^{せきねけんいち}関根健一 著

大修館書店編集部 編 5冊

大修館書店 2023

使い方や使う相手によって、実は無礼になってしまう言葉を解説。例文や言い換え、配慮が伝わる言葉選びも紹介。

8-27 じつは伝わっていない
日本語大図鑑

^{やまぐちようじ}山口謠司 監修 2冊

東洋経済新報社 2023

言葉の世代間ギャップで、日本人なのに日本語が通じない！？思いや意図を伝える、語彙力アップ術とは。

【小説】

8-28 ^{あさ つるじろう しんかわがし}麻と鶴次郎～新川河岸
ほろ酔いごよみ 1

^{いがらし けいこ}五十嵐 佳子 著 3冊

光文社 2023

^{みこ}巫女さん騒動から錦鯉消失事件まで、風変わりな出来事を夫婦で解決。人情織りなす江戸の季節ごよみ開幕！

8-29 ^{おしじょうらくじつ}忍城落日

^{わたなべ せつこ}渡辺 せつ子 著 5冊

郁朋社 2022

^{さばく きんのう}佐幕か勤皇か。黒船来航で変転する政治情勢。徳川家の“使いつ走り”藩、名門譜代としての苦悩を描く。

8-30 帰りたくない人妻

^{さくらいまこと}桜井真琴 著 3冊

竹書房 2023

官能小説。

8-31 記憶の中の誘拐～赤い
博物館

^{おおやま せいいちろう}大山 誠一郎 著 4冊

文藝春秋 2022

赤い博物館こと犯罪資料館に勤める
^{ひいろさえこ}緋色冴子が未解決事件に挑む第2巻。

予測不可能なミステリ全5編。

8-32 圏外捜査～特命捜査対策室

・椎名真帆

山邑 圭 著 4冊

KADOKAWA 2022

訳あり上司と窓際美人キャリア、3人だけの配属先に愕然とする真帆！刑事に向かない女シリーズ第4巻。

8-33 碁盤斬り～柳田格之進異聞

加藤正人 著 3冊

文藝春秋 2024

身に覚えのない罪をきせられ、妻も喪い、藩を追われた侍。仇討ちの行方は。草薨剛主演映画ノベライズ。

8-34 魚は粗がいちばん旨い～粗屋繁盛記

小泉武夫 著 4冊

新潮社 2023

元有名マグロ解体人五郎が、日本唯一の粗料理専門店を開店。人々の舌を口福で満たす人情小説。

8-35 スピノザの診察室

夏川草介 著 4冊

水鈴社 2023

その医師は、最期に希望の灯りをとす。生と死の間に生きる人々を描く名作。本屋大賞2024年第4位。

8-36 左右田に悪役は似合わない

遠藤彩見 著 3冊

新潮社 2023

華はなくとも腕はある。人知れず、犯罪未満の事件を解決！左右田始50歳、俳優。新たな名探偵誕生。

8-37 同心若さま流星剣 1～

無敵の本所三人衆

中岡 潤一郎 著 3冊

コスミック出版 2023

同心、女商人、やくざ者。三人の実の父は徳川将軍！？兄弟の絆で悪を裁く、シリーズ第1巻。

8-38 のろいまんじゅう～お江戸

豆吉 2

桐生 環 作 2冊

フレーベル館 2021

名物のけんか餅に「のろいのまんじゅう」との風評被害が。若旦那と豆吉は難題にどう挑む？第2巻。

8-39 横浜ネイバーズ 1

岩井圭也 著 5冊

角川春樹事務所 2023

横浜・中華街。将来の夢も働く気もない〈山下町の名探偵〉ロン。次々舞い込む厄介事に、相棒ヒナと挑む。

8-40 ようせいのゆりかご

～せかいのどうわシリーズ

ルース・エインズワース 作

河本祥子 訳 1冊

岩波書店 2014

銀の指ぬきとネズミたち、こねこと妖精など、小さいものたちが登場する短いお話7編を収録。

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】

8-1 ^{がーふぁ}ボイステック革命～GAFAも
狙う新市場争奪戦
^{おがた けんたろう}緒方 憲太郎 著 (6:54)
日経BP日本経済新聞出版本部
2021

なぜこれだけ世界の先端企業が注目
するのか。音声コミュニケーション
の現在と未来。

8-2 「マスゴミ」って言うな！
～やや辛口メディア日記
^{さいとうたかお}斎藤貴男 著 (7:15)
新日本出版社 2023

このままでいいのか？真実を報じず、
権力と癒着するマスゴミの、本来ある
べき姿を問う辛口エール集。

【哲学】

8-3 社会のストレスとこころ～
パーソナリティ障害と集団ダイナ
ミクス
^{てづか ちえこ}手塚 千恵子 著 (6:23)
木立の文庫 2023

個人が「社会」という他者と出会って生
じる“ストレス”に、“こころ”はどう向
き合っているのか。4つの臨床例で語る。

8-4 はじめる習慣

^{こばやしひろゆき}小林弘幸 著 (5:39)

日経BP日本経済新聞出版
2023 他館

今日が一番若い。今日が新しい人生の
はじまり。自律神経の名医が伝授する
「心地よく暮らす」99の行動習慣。

8-5 自分を受け入れるスヌーピー
～いろいろある世界を肯定する禅の
言葉

チャールズ・M. シュルツ 原著

^{たにかわ しゆんたろう}谷川 俊太郎 ほか訳

^{ますの しゆんみょう}栞野俊明 監修 (3:47)

光文社 2023

名作『ピーナッツ』で読み解く禅は、「心
の特効薬」。多様性をテーマに、谷
川俊太郎の訳で伝える。

【歴史】

8-6 江戸のキャリアウーマン～
奥女中の仕事・出世・老後
^{やなぎ やけいこ}柳谷慶子 著 (12:12)
吉川弘文館 2023

^{おくむき}奥向から大名家の存続を支えた職務
に注目。生涯をかけて職をまっとう

した姿に、働くことの意味を問う。

8-7 日本史を疑え

ほんごうかずと
本郷和人 著 (6:55)

文藝春秋 2022 他館

「定説」も「最新学説」も一から見直そう。「時代の流れ」を掴む「史料」の読み方、「史実」の確かめ方。

【社会】

8-8 ニホンという病

やまい
ようろうたけし なこしやすふみ
養老孟司・名越康文 著

(5:02)

日刊現代 2023 他館

養老さんと名越さん、心配性のドクター2人が、日本社会が患う「病」を診察。大量の生きるヒントを処方する。

8-9 知れば知るほど面白い警察組織

いなばよしあき
稲葉圭昭 監修 (8:13)

宝島社 2023 他館

過酷すぎる「ノルマ」、「警察学校」教官は落ちこぼれ!? 捜査、階級、裏ガネ、いんご 隠語、マル秘情報満載で、警察通になれる!

8-10 中国パンダ外交史

いえながまさき
家永真幸 著 (9:07)

講談社 2022

欧米もソ連も日本もメロメロ。たびたび利用されてきたふわふわのアイドルを軸に読み直す、中国近代外交史。

8-11 きみのお金は誰のため～ボスが教えてくれた「お金の謎」と「社会のしくみ」

たうちまなぶ
田内 学 著 (5:57)

東洋経済新報社 2023 他館

「お金自体には価値がない」? 世界の見え方が代わる! 人生も社会も豊かにするお金の授業。

8-12 日本に住んでる世界のひと

かないまき
金井真紀 文・絵 (5:44)

大和書房 2022 他館

じっくり聞いたお話から見えるいきいきした表情、ルーツ、いろいろな国から来た隣人たちの生活物語。

8-13 「国の借金の問題ない」って本当ですか?～森永先生! 経済ど素人の私に、MMTの基本を教えてください。

もりながこうへい
森永康平 著 (11:37)

技術評論社 2022

8-14 ルポ名門校～「進学校」との違いは何か?

おおた としまさ 著

(18:20)

筑摩書房 2022

その校風にはわけがある。男女御三家ほか、全30校から見えた、人生を変える学び舎の条件。



【自然科学】

8-15 宇宙最強物質決定戦

たかみずゆういち
高水裕一 著（4：38）

筑摩書房 2023 他館

天体や銀河、宇宙全体の物質を擬人化！？宇宙最強の「大きさ」「重さ」「速さ」を決める宇宙論の入門書。

【医学】

8-16 オンライン脳～東北大学の

緊急実験からわかった危険な大問題

かわしまりゆうた
川島隆太 著（4：20）

アスコム 2022

「オンライン」では、心が動かない？リモートで脳の発達不全！？その対処法と賢い付き合い方を初公開。

8-17 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

くろお まこと
黒尾 誠 著（4：54）

幻冬舎 2022 他館

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

8-18 体がやわらかくなると血管

が強くなる～動脈硬化を予防し、

血管が若返るストレッチ

いえみつもとゆき
家光素行 著（2：42）

アスコム 2022 他館

体が硬いと血管も硬くなる！1日1分、誰でも気軽に継続できるストレッチ。

8-19 「足指」の力～体の不調が

スッと消える3分つま先立ち体操

やまだ まこと
山田 真 著（4：49）

コスモ21 2021

足指の強化こそ健康の土台。腰痛・ひざ痛・頭痛から肩こり・慢性疲労まで、効果抜群体操！

8-20 こうすれば、夜中に目

覚めずぐっすり眠れる

やました
山下 あきこ 著（5：12）

共栄書房 2022 他館

不眠で人生損していませんか？医師が教える、薬に頼らない3つの方法。

【技術】

8-21 かたちには理由がある

あきたみちお
秋田道夫 著（3：03）

早川書房 2023

「いいな」と思うデザインの背後には、どんな「理由」が隠されているのか？人気プロダクトデザイナーが語る。

【お酒】

8-22 日本酒外交～酒サムライ

外交官、世界に行く

もんじ けんじろう
門司 健次郎 著（7：13）

集英社 2023 他館

日本酒を「世界酒」に！新たな魅力の開発とその啓蒙に腐心してきた著者が語る、日本酒の現状と秘めた可能性とは。

【電車】

8-23 関西の私鉄格差～近鉄・南海・京阪・阪急・阪神

新田浩之 著（6：59）

河出書房新社 2022

コスパの良さ、犯罪率の低さ、駅周辺の充実度、将来性など5大私鉄を徹底比較。衝撃の序列とその魅力。

【音楽家】

8-24 ぼくはあと何回、満月を見るだろう

坂本龍一 著（10：07）

新潮社 2023 他館

命が尽きるその瞬間まで、新たな曲を作りたい。世界的音楽家、最後の言葉。亡くなるまでの最後の日々。

【芸能】

8-25 子役のテレビ史～早熟と無垢と光と影

太田省一 著（8：38）

星海社 2023

子どもであって子どもでない！日本のエンタメ界を賑わせた小さなスターたちの軌跡を、社会的意味とともに解き明かす。

8-26 寅さんの金言 現代に響く名言集～決定版

立川 志らく 著（6：16）

ART NEXT 2023 他館

山田洋次監督も認める「寅さん博士」、立川志らくが、令和の今こそ響く48作品の見どころと名言を紹介。

【小説】

8-27 朝比奈凜之助捕物暦 1

千野隆司 著（6：59）

文藝春秋 2022 他館

父の隠居に伴い同心を継いだばかりの凜之助。頼りないながらも、人情と剣戟が冴え渡るシリーズ第1巻。

8-28 アルプス席の母

早見和真 著（9：42）

小学館 2024 他館

この物語に救われる球児の母親がどれだけいることか。大いなる人生賛歌、新しい高校野球小説、開幕！

8-29 アンと幸福

坂木 司 著（9：19）

光文社 2023 他館

資格なし。学歴なし。得意なのは笑うことと食べること。アンちゃんが選ぶ未来は？大人気シリーズ第4巻！

8-30 アンリバーシブル～警視庁

監察特捜班堂安誠人

長沢 樹 著（10：39）

幻冬舎 2023 他館

身内の悪を騙し、暴け！警視庁監察の切り札は双子の兄弟。自動運転実験事故の真相に迫る。

8-31 犬は知っている

大倉崇裕 著（6：37）

双葉社 2024 他館

犬が主役で助手は窓ぎわ警官？警察

病院のスーパー癒やし捜査犬が、難事件を賢く解決！警察ミステリー。

8-32 影の火盗犯科帳 1~七つの送り火

なるかみきよいち 鳴神響一 著 (8:12)

角川春樹事務所 2016 他館

甲賀忍者の末裔が火盗改に就任。密かに「影火盗組」を組織、民のために世の安寧を守り抜いた実在の人物を描く！

8-33 我撈もん

かみおみなこ 神尾水無子 著 (7:15)

集英社 2024 他館

大名の駕籠担ぎで人気を誇った桐生。彼を襲った絶望と再生を描く人情物語。2023年小説すばる新人賞作。

8-34 風に立つ

ゆづきゆうこ 柚月裕子 著 (12:19)

中央公論新社 2024 他館

非行少年を預かることになった、不器用な父と子。南部鉄器職人の親子を軸に描く、落涙の家族小説。

8-35 鴉の箱庭~警視庁捜査一課十一係 15

あさみかずし 麻見和史 著 (9:34)

講談社 2023 他館

歪んだ愛情が引き起こす連続殺人。背後で操るのはあいつなのか？如月×門脇コンビ再び。

8-36 喫茶おじさん

はらだか 原田ひ香 著 (7:13)

小学館 2023 他館

人生もコーヒーも、苦いけれどうまい。57歳、バツイチ、無職。純喫茶をめぐる「人生」を考える。お腹が空く1冊。

8-37 君が手にするはずだった

おうごん 黄金について

おがわさとし 小川哲 著 (7:36)

新潮社 2023 他館

直木賞作家である著者自身を彷彿とさせる「僕」を主人公に、成功と承認を渴望する人々を描く連作短篇。

8-38 恋女房~八丁堀強妻物語 4

おかもと さとる 著 (6:17)

小学館 2023 他館

渡世人に化けて、賭場元締めの後継者を探れ！妻は壺振りで潜入捜査？大人気夫婦捕物帳。

8-39 最後の祈り

やくまるがく 薬丸岳 著 (12:06)

KADOKAWA 2023 他館

娘を殺された父と、殺人犯。復讐か、教誨による救済か。死刑執行を前にした命懸けの対話が始まる。

8-40 守護者の傷

どうぼしゆんいち 堂場瞬一 著 (14:10)

KADOKAWA 2024 他館

違法捜査はあったのか？警察が訴えられた時の盾となる訟務課が、警察への矛となる、骨太な警察小説。

8-41 巡査たちに敬礼を
松嶋智左 著 (10:18)
新潮社 2024 他館

きれいごとでは解決できない職務に向き合い、逆境をはね返す警官たち。その熱き魂を描く連作短編！

8-42 二律背反
本城雅人 著 (10:35)
祥伝社 2023 他館

独自の哲学を貫くプロ野球の投手コーチ二見。不審死を遂げた盟友の無念を知り、球界の闇に迫るミステリー。

8-43 能面検事の死闘～能面検事3
中山七里 著 (9:59)
光文社 2023 他館

無差別殺人の容疑者釈放を求め、連続爆破の犯行声明が。犯人の真の目的に迫れるか？

8-44 博士はオカルトを信じない
東川篤哉 著 (9:09)
ポプラ社 2024 他館

犯人は幽霊としか考えられない？町のオカルト事件に、中学2年と天才発明家のアラサー女博士が挑む！

8-45 はるか、ブレーメン
重松清 著 (16:09)
幻冬舎 2023 他館

私たちの仕事は走馬灯の絵を描くこと。不思議な旅行会社を手伝うことにした少女。自分を捨てた母と向き合い、抱く思いとは。

8-46 まいまいつぶろ 1
村木嵐 著 (11:29)
幻冬舎 2023 他館

廃嫡を噂される若君と後ろ盾のない小姓、二人の絆と孤独な戦いに落涙必死！時代小説賞2冠の傑作歴史小説。

8-47 燃え尽きるほど
藍川京 著 (6:00)
イースト・プレス 2022
他館

官能小説。

8-48 用心棒稼業～芋洗河岸 2
佐伯泰英 著 (6:15)
光文社 2024 他館

剣の達人・小此木善次郎。舞い込む仕事に、狙われる長屋。新春の明神下に、大騒動が巻き起こる！

8-49 レーエンデ国物語 1
多崎礼 著 (15:42)
講談社 2023 他館

不治の病が発症する呪われた地の争乱、生命のきらめきを描く、大注目の王道ファンタジー。本屋大賞第5位。

8-50 レペゼン母
宇野 碧 著 (7:42)
講談社 2022 他館

マイクを握れ、わが子と戦え！ラップ
にのせたバカ息子への気持ち。笑え
て泣けて、おかんに会いたくなる最
注目の新人賞受賞作！

【シネマ・ダイジー】

8-51 阿弥陀堂だより
小泉堯史 監督 (2:12)
2002年製作 他館

東京の暮らしに疲れ果てた一組の夫
婦が、自然の暮らしの中で再生する
姿を描く感動の人間ドラマ。

8-52 オードリー・ヘプバーン
ヘレナ・コーン 監督 (1:46)
2020年製作 他館

過去の貴重な映像やインタビューから
女優オードリー・ヘプバーンの生涯
を描くドキュメンタリー。

8-53 県庁の星
西谷 弘 監督 (2:15)
2006年製作 他館

研修先はしなびたスーパー？民間企
業との交流研修に選ばれたエリート
公務員が見つけたものとは。

8-54 大統領の料理人
クリスチャン・ヴァンサン 監督
(1:40) 2013年製作
他館

ミッテラン大統領に仕えた、フランス
官邸史上唯一の女性料理人ダニエル
・デルプエシュの実話。

8-55 ブラック・レイン～デジ
タル・リマスター版
リドリー・スコット 監督
(2:09) 1989年製作
他館

マイケル・ダグラス、松田優作ら出演、
大阪でも撮影された永遠の傑作、リ
マスター版！

図書特集

<勇気をくれるスポーツ選手特集>

困難に挑み続けるスポーツ選手達。私たちの胸を打つ、その活躍に迫る
本を集めました。

音声ダイジー図書8タイトル、点字図書6タイトルをご紹介します。

① SHOTIME～大谷翔平
メジャー120年の歴史を変えた男
ジェフ・フレッチャー 著
タカ 大丸 訳 2022年

録音 11:14 点字 5冊
全米が驚嘆した大谷の凄さと秘密
を、1460日間密着した番記者が
徹底解明する。

②異なれ～東京パラリンピック車いす
バスケットメダリストの限界を超える
思考

ちようかいれんし
鳥海連志 著 2022年

録音 3:22 点字 2冊

足りないものを嘆かず、あるもので
生きていく。鳥海が見る景色とは。

③パラアスリートたにまみ谷真海～切り拓く
チカラ

とくはらかい
徳原海 著 2021年

録音 3:31 点字 2冊

笑顔を絶やさず、周囲を明るくする
「スマイルパワー」に溢れた、義足
のアスリート。その挑戦を追う。

④前だけを見る力～失明危機に陥った
僕が世界一に挑む理由

まつもとこうへい
松本光平 著 2022年

録音 4:27 点字 着手

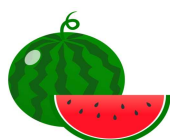
トレーニング中の事故で視力を失った
プロサッカー選手。それでも“決して
諦めない男”の「やり抜く力」に迫る。

⑤闇を泳ぐ～全盲スイマー、自分を
超えて世界に挑む。

きむらけいいち
木村敬一 著 2021年

録音 7:34 点字 5冊

物心つく前に全盲となった木村。自
分の置かれた環境に悩む全ての人へ
贈る、パラ競泳選手の半生の記録。



⑥横綱

たけだ はづき
武田葉月 著 2017年

録音 10:23 点字 4冊

横綱を語れるのは、横綱だけ！相撲の
神髓しんずいとは。初代若乃花わかのはな、千代の富士ちよふじ
ら歴代横綱の貴重な言葉。

⑦ラグビー日本代表 ONE TEAM の

軌跡～あの感動と勇気が甦ってくる

ふじい ゆういちろう
藤井 雄一郎 ほか著 2020年

録音 5:12 点字 なし

勝つことは簡単ではない、そのこと
を彼らは知っていた。ラグビーワー
ルドカップ2019、舞台裏を記す。

⑧トップアスリートたちが教えて
くれた胸が熱くなる33の物語と
90の名言

にしざわやすお
西沢泰生 著 2020年

録音 5:20 点字 3冊

過酷な「勝負の世界」で培った、アス
リートたちの心と言葉。知られざる
感動の物語を紹介。



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、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をご招待します。

今回は、9月23日（月）と、10月18日（金）の2公演の募集を行い、各日5組10名をご招待します。

◆9月23日（月）19時から
は、尾高忠明（おたか・ただあき）の指揮、並河寿美（なみかわ・ひさみ）のソプラノ、清水華澄（しみず・かすみ）のメゾ・ソプラノ、吉田浩之（よしだ・ひろゆき）のテノール、加藤宏隆（かとう・ひろたか）のバリトン、大阪フィルハーモニー合唱団（合唱指導 福

島章恭 [ふくしま・あきやす]）で、ベートーヴェンの「ミサ・ソレムニス 二長調作品123」を演奏。

◆10月18日（金）19時から
は、バーティエー・ベイジェントの指揮、イモーゲン・クーパーのピアノで、ドヴォルザークの「交響曲第7番二短調作品70」
他を演奏。

お申込みは必ず郵便で（点字可）、希望する公演の日付、住所、氏名、電話番号を明記し、8月20日（火）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（8月22日の予定）をもって代えさせていただきます。10月の招待者のチケットは発送が1週間ほど遅れる可能性がありますので、あらかじめご了承下さい。

「読書」2024年8・9月号（発行2024年8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