

点字図書館だより

No. 139 2021年4月

「あい」

THKA Tokyo Helen Keller Association

社会福祉法人 東京ヘレン・ケラー協会点字図書館

〒169-0072 東京都新宿区大久保3-14-20

TEL 050-3540-8281 FAX 03-3200-0982

E-mail toshokan@thka.jp

ホームページ <http://www.thka.jp/>

開館時間 9:00~17:00/休館日 土日祝日



休館日のお知らせ

4月30日（金）は協会記念日のため休館とさせていただきます。そのため4月29日（木・祝日）から5月5日（水・祝日）まで連休となりますので、どうぞご了承ください。なお、郵送でのご返却は通常通りお送りいただいております。

電話受付時間のお知らせ

当館の開館時間（電話受付時間）は、新型コロナウイルス感染予防のため、午前10時から午後4時に短縮しております。

なお、電話交換機変更に伴い留守番電話録音が使用できなくなりました。恐れ入りますが開館時間内に改めてお電話願います。ご不便をお掛けしますがどうぞご了承ください。

話題の本 — 「春」の特集

◆「桜ほうさら」 みやべ 宮部みゆき 著

父の汚名をそそぎたい。そんな思いを胸に秘めた笙之介は事件の真相究明のため江戸へ。人生の切なさ、ほろ苦さ、人々の温かさが心に沁みる青春時代小説。

◆「桜さがし」 しばた 柴田よしき 著

中学の同級生だった4人が、古都京都の四季折々の風物を彩りに展開する事件の数々に向き合う青春ミステリー。

◆「桜の樹の下で」 した わたなべじゅんいち 渡辺淳一 著

京都の老舗料亭の女将・菊乃と娘の涼子。涼子はいつしか菊乃の恋人を愛するようになってしまう。絢爛たる京の桜を背景に、母と娘の切ない葛藤と悲劇を描く。

◆「春や春」 もりやあきこ 森谷明子 著

俳句好きの女子高生に、俳句の趣味を理解してくれる友人ができた。二人は創作俳句を競う大会「俳句甲子園」を目指し、同好会を設立する。

◆「桜の下で待っている」 した あやせ 彩瀬まる 著

桜前線が日本列島を北上する4月、新幹線で北へ向かう男女5人の複雑にからまり揺れる想いとふるさとでの出会いを描く短編集。

ポシエツト

寄贈資料についてのお知らせ

次のような資料が届いています。ご希望の方は、当館へお申し込みください。ただし、保管期間は2021年6月末までとなります。

【貸し出し】

◆「東京空き家ガイドブック 2019」 東京都福祉保健局 点字版、テ-

プ版、デイジー版

- ◆「結核 2019」 東京都福祉保健局 点字版、テープ版、デイジー版
- ◆「マイナンバー制度のご案内」 内閣府・内閣官房 点字版、一般CD版
- ◆「ふれあい らしんばん 第77号」 内閣府政府広報室 点字版
- ◆「明日への声 Vol.77」 内閣府政府広報室 一般CD版
- ◆「月刊みんぱく 2021年2月・3月号」 国立民族学博物館 デイジー版

【さしあげます】

- ◆「手軽なごはん・パン・麺料理 上・下」 すこやか食生活協会 点字・拡大文字・音声コード版 1組



点字・録音図書追加目録

No.189 2021年2月・3月

※ 書名のまえの数字は、この目録での図書ナンバーです。貸し出しのお申し込みの際に、目録の号数とあわせてご利用ください。

点字図書 23タイトル

医学 (7タイトル)

1	<p><small>かんさいぼう い</small> 幹細胞を活かすアノ手・コノ手・身近な手 ～新説・臓器再生</p> <p><small>ほしのたいぞう</small> 星野泰三 著 3冊</p>
---	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------

青月社 2020年■冷え性から、肩こり、便秘、更年期障害、不眠まで。腸内環境を整える（アノ手）、幹細胞を活性化する（コノ手）、漢方できれいな体をつくる（身近な手）という、病気の悩みを解決する三つ巴を紹介。

2	<p>免疫力 ～正しく知って、正しく整える <small>ふじたこういちろう</small> 藤田紘一郎 著 3冊</p>
---	---------------------------------------------------------------

ワニ・プラス 2020年■人間に備わった精緻で強力な免疫のメカニズムから、免疫力を強化するための食生活・生活習慣まで、腸内細菌研究の第一人者である著者がわかりやすく解説する。

3	<p>医者は患者の何をみているか ～プロ診断医の思考</p> <p><small>くにまつじゅんわ</small> 國松淳和 著 3冊</p>
---	-----------------------------------------------------------------------------

筑摩書房 2020年■「症状はあるが検査で異常がない」というときも、症状が起きている仕組みやメカニズムが推定できれば治療はできる。プロ診断医が行う病態把握のための四次元思考を説き明かす。

4	<p>「がん」も「うつ」も体温が低い ～低体温と病気の思いもよらない関係 <small>かわしま あきら</small> 川嶋朗 著 2冊</p>
---	---------------------------------------------------------------------------

河出書房新社 2020年■なぜ、低体温は万病のもとなのか？ 「冷え退治」には何

をすべきか？ 体を温めることの大切さとその方法を、豊富な臨床経験からやさしく説く。

5	自律神経を整える最高の食事術 <small>こばやしひろゆき</small> 小林弘幸 著 2冊
---	--------------------------------------------------

宝島社 2018年■覚えておきたい朝食の三つの効果、よく噛んで食べるだけで副交感神経が活性化…。自律神経研究の第一人者が、自律神経を整えて、最高の自分をつくり直す食事術を伝授する。

6	新型肺炎感染爆発と中国の真実 ～中国五千年の疫病史が物語 るパンデミック <small>コウ フンユウ</small> 黄文雄 著 3冊
---	-------------------------------------------------------------------------

徳間書店 2020年■疫病の発生・拡大を繰り返してきた中国5000年の社会・政治・民俗的宿痾しゅくあを解説。世界の歴史を動かしてきた中国疫病史をもとに、新型肺炎感染拡大の行方と影響を分析する。

7	医者からもらった薬がわかる実用ガイドブック ～最新「薬の辞典」ハンディ版 <small>たちかわやすゆき</small> 立川靖之 監修 3冊
---	----------------------------------------------------------------------------

宝島社 2019年■3万種あるといわれる薬の中でも使用頻度が高く、認知度の高い170種類の処方薬に注目し、その薬の知っておきたいポイントを簡潔に紹介。薬の効能・効果、ジェネリック、副作用など重要情報をまとめる。

心理学 (2タイトル)

8	他人の期待に応えない ～ありのまま生きるレッスン <small>しみず けん</small> 清水研 著 2冊
---	------------------------------------------------------------

S Bクリエイティブ 2020年■人が自分の心を苦しめているとき、多くは「must (しなくてはいけない)」に縛られた自分がいるのですー。がん患者4000人以上に寄り添ってきた精神科医が、肩の荷を下ろし人生を豊かにする生き方を伝える。

9	弘兼流やめる！生き方 ～60歳からの前向き人生のすすめ <small>ひろかねけんし</small> 弘兼憲史 著 2冊
---	-----------------------------------------------------------------

青春出版社 2020年■いい人、いい夫(妻)、過去の実績、無駄な人づきあい…。

何をやめて、何を続けるか。漫画家弘兼憲史が、思い切ってやめることで、スッキリ楽しくなる60歳からの前向きな生き方を伝える。

歴史（1タイトル）

10	歴史のIF <small>もしも ほんごうかずと</small> 本郷和人 著 4冊
----	--------------------------------------------

扶桑社 2020年■もしも、石橋山いしばしやまで、梶原景時かじわらかげときが「源頼朝みなもとのよりともを見つけたぞ！」と叫んでいたら？ もしも後二条天皇ごにじょうが若くして亡くならなかったら…？ 東京大学史料編纂所教授が、自身の専門である日本中世史の「仮定」を解く。

社会科学（2タイトル）

11	私は真実が知りたい ～夫が遺書で告発「森友」改ざんはなぜ？ <small>あかぎまさこ あいざわふゆき</small> 赤木雅子，相澤冬樹 著 3冊
----	-------------------------------------------------------------------------------

文藝春秋 2020年■森友事件の渦中で、総理夫人らの名を隠蔽いんぺいするため行われた公文書改ざん。懊悩おうのうの末に死を選んだ近畿財務局職員・赤木俊夫の妻による「手記」と、事件を追う記者による「同時進行ドキュメント」で、「森友」改ざんの真相に迫る。

12	ヤクザ式武器としての会話術 ～なぜ彼らは言葉を「実弾」にできるのか <small>むかいだにた だし</small> 向谷匡史 著 2冊
----	-------------------------------------------------------------------------

三栄 2020年■相手を自分の土俵に引き込む、労せずして主導権を握る、圧倒的な「存在感」を見せつける、電光石火で相手を追い込む…。 “コミュニケーション弱者”を救済する、ヤクザの対話ノウハウを公開。

技術（2タイトル）

13	手軽なごはん・パン・麺料理 上巻 1冊
14	手軽なごはん・パン・麺料理 下巻 1冊

（すこやか食生活協会 製作）■ごはん、パン、麺に様々な食材を組み合わせたバ

ラエティ豊かなレシピを紹介する。上巻では、ごはん料理、パン料理のレシピ18品。下巻では、麺料理、小麦粉料理、汁物・スープのレシピ18品。大活字・音声コード併記。

体育（1タイトル）

15	<p>みんなで筋肉体操語録 ～あと5秒しかできません！</p> <p><small>たにもとみちや</small> 谷本道哉 著 2冊</p>
----	-----------------------------------------------------------------------------

日経BP 2019年■NHKの番組「みんなで筋肉体操」から生まれた数々の名言に込められた想いや背景にある理論、そして筋肉への愛を谷本道哉が自ら解説する。

文学（8タイトル）

16	<p>宇宙でいちばんあかるい屋根 <small>のなか</small> 野中ともそ 著 3冊</p>
----	--------------------------------------------------------

光文社 2020年■中学生の大石つばめは、書道教室の入る雑居ビルの屋上で謎の老女「星ばあ」と出会い…。家族との関係、そして恋心。多感な時期を生きる少女が、不思議な出会いをきっかけに自分の思いを見つめ直していく。

17	<p>うなぎ女子 <small>かとう げん</small> 加藤 元 著 3冊</p>
----	--------------------------------------------------

光文社 2020年■家族の反対をおして同棲するが、何度も浮気されるえみこ笑子。妹として育つが、実は兄ではなかった事実を中学の時に知らされたともえ…。鰻屋「まつむら」を舞台に、ひとりの男がつなぐ5人の女たちを描いた連作短篇集。

18	<p>オジいサン <small>きょうごく なつひこ</small> 京極夏彦 著 4冊</p>
----	------------------------------------------------------

中央公論新社 2015年■何者かに「オジいサン」と呼ばれたことを寢床で思い出した、とある朝一。ましごとくいち益子徳一、72歳、独身。定年後の人生を慎ましく過ごす独居老人の、大真面目で可笑しくて、少しだけせつない日常を描く。

19	<p>きみに、にゃあと鳴いてやる。～わたしが猫になった67日間</p> <p><small>むらた てん</small> 村田 天 著 3冊</p>
----	--------------------------------------------------------------------------------

KADOKAWA 2020年■仕事に疲れたOL・まいはらるり舞原留里は、吉祥寺の公園で一匹の

猫となった。路頭に迷っていると、高校の同級生・岸田頼朝きしだよりともに遭遇する。高校時代の不愛想さとは異なる、甘い笑顔を向けられて…！？

20	京都上七軒 <small>かみしちけん</small> あやかしシェアハウス 烏丸紫明 <small>からすましめい</small> 著 3冊
----	-------------------------------------------------------------------------

マイナビ出版 2019年■突然「人ではないもの」が見えるようになってしまった琴子ことこ。あやかしに怯える日々が続いていたある日、買い物に出かけた先で出会った伊織いおりの誘いで、あやかしと人間の共存を支援するシェアハウスで働くことに…。

21	樽とタタン <small>なかじまきょうこ</small> 中島京子 著 3冊
----	-----------------------------------------

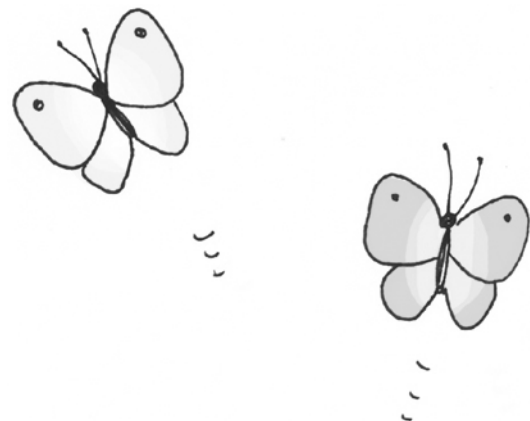
新潮社 2020年■小学校帰りに通った喫茶店。店の隅にはコーヒー豆の大樽があり、そこがわたしの特等席だった。樽に座り「タタン」とあだ名をつけられたわたしが、大人に混ざって聞いた話には沢山の「本当」と「嘘」があって…。

22	はたらく魔王さま！ 19 <small>わがはらさとし</small> 和ヶ原聡司 著 4冊
----	------------------------------------------------

KADOKAWA 2018年■マグロナルドを辞めたものの、なかなか受験勉強に専念できない千穂ちほ。鈴乃すずのは教会トップの大神官だいしんかんに出世してしまい、このままでは教会を率いて皆と対立する立場に…。悩める女子2人を前に、魔王は男気を見せられるのか！？

23	「作家」と「魔女」の集まっちゃった思い出 <small>かどのえいこ</small> 角野栄子 著 3冊
----	------------------------------------------------------

KADOKAWA 2019年■洗濯する母の背中のぬくもり、ブラジルで出会った赤毛の魔女…。喜びだけでなく、悲しみも人に力を与えてくれる一。国民的人気作「魔女の宅急便」を生み出した作家が、優しさとユーモアにあふれる日々を綴ったエッセイ集。



デイジー図書 20タイトル

医学（1タイトル）

24	がん治療中の女性のためのLIFE & Beauty さとう <small>さくらこ</small> 桜子 著 3時間42分
----	------------------------------------------------------------------

主婦の友社 2017年（厚労省委託：日本ライトハウス 製作） ■がんの体験をもとに、自身が行ったスキンケアやメイクの工夫、日常を快適にするアイテムなどを紹介する。

社会科学（2タイトル）

25	ある「BC級戦犯」の手記 冬至 <small>とうじけんたろう</small> 堅太郎 著 山折 <small>やまおりてつお</small> 哲雄 編 14時間25分
----	-----------------------------------------------------------------------------------------

中央公論新社 2019年（厚労省委託：日本ライトハウス 製作） ■昭和20年の「西部軍事件」にかかわり、敗戦後、BC級戦犯として裁判にかけられた元陸軍主計大尉・冬至堅太郎。懊悩と苦闘の経験を綴った手記のほか、獄中で詠んだ短歌や俳句などを収録。

26	相談支援の実践力 ～これからの障害者福祉を担うあなたへ 福岡 <small>ふくおか ひさし</small> 寿 著 7時間45分
----	----------------------------------------------------------------------

中央法規出版 2018年（厚労省委託：日本ライトハウス 製作） ■障害者福祉の現場で30年間活動してきた著者が、仕事を通じて気づき考えてきたことのプロセスをまとめる。

技術（2タイトル）

27	ユニバーサルファッション宣言 Part2 <small>しんたい</small> 身体と衣服の新しい関わり合い ユニバーサルファッション <small>きょうかい</small> 協会 編・著 4時間43分
----	------------------------------------------------------------------------------------------------------------

中央公論新社 2009年（厚労省委託：日本ライトハウス 製作） ■パリコレクションから骨粗しょう症対策ドレスまで、豊富な事例と共にユニバーサルファッション

の最前線を紹介する。

28	<p>くらしの豆知識 2021年版 ～特集トラブル回避！お金の知恵袋／18歳からの消費生活 <small>こくみんせいかつ</small> 国民生活センター 編集 7時間51分</p>
----	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

(国民生活センター 製作) ■日常生活にかかわりの深いテーマを幅広く取り上げ、消費者トラブルの対策にも役立つ情報をコンパクトにまとめる。

文学 (15タイトル)

29	<p>嘘と正典 <small>せいてん おがわ てつ</small> 小川 哲 著 8時間40分</p>
----	------------------------------------------------------

早川書房 2019年 (早川清文学振興財団 製作) ■CIA工作員が共産主義の消滅を企む表題作、零落した稀代のマジシャンがタイムトラベルに挑む「魔術師」など、全6編を収録したSF短編集。

30	<p>あんの青春 ～若葉の季 <small>とき</small> (お勝手のあん 3) <small>しばた</small> 柴田よしき 著 7時間23分</p>
----	-----------------------------------------------------------------------------------------------------

角川春樹事務所 2020年 (堺市立健康福祉プラザ視覚・聴覚障害者センター 製作) ■おやすは品川宿の宿屋「紅屋」の台所付きの女中として正式に雇われることとなり、充実した日々を送っていく。シリーズ第3弾。

31	<p>空白の家族 (警視庁犯罪被害者支援課 7) <small>どうばしゅんいち</small> 堂場瞬一 著 10時間29分</p>
----	---------------------------------------------------------------------------------------

講談社 2020年 (日赤北海道支部点字図書センター 製作) ■村野は誘拐された少女の父親が大規模な未公開株詐欺事件で有罪となった男だと知る。そして支援要請を受けた火災による不審死に、誘拐との奇妙な接点を見出す…。シリーズ第7弾。

32	<p>それ以上でも、それ以下でもない <small>おりてるまとう</small> 折輝真透 著 8時間46分</p>
----	-------------------------------------------------------------

早川書房 2019年 (早川清文学振興財団 製作) ■1944年、ナチス占領下のフランス。匿っていたレジスタンスの男が殺され、住民の混乱を恐れた神父は事件を隠蔽するが…。

33	月の落とし子 <small>ほなみ りょう</small> 穂波 了 著 10時間9分
----	---------------------------------------------

早川書房 2019年（早川清文学振興財団 製作）■月面探査船の宇宙飛行士が感染したのは、正体不明のウイルスだった。コントロールを失った探査船は、日本に墜落し…。

34	月夜の牙 <small>ぎぞく</small> （義賊・神田小僧 [2]） <small>こすぎけんじ</small> 小杉健治 著 6時間
----	------------------------------------------------------------------------

幻冬舎 2020年（小樽市点字図書館 製作）■紙問屋のおかみに頼まれて用心棒になった九郎兵衛。押し込みを辛くも退けるが、番頭はおかみが盗賊を手引きしたと言う…。シリーズ第2弾。

35	ブラック・ショーマンと名もなき町の殺人 <small>ひがしのけいご</small> 東野圭吾 著 15時間15分
----	--------------------------------------------------------------

光文社 2020年（日本点字図書館 製作）■新型コロナウイルス感染症により客を呼ぶ計画が頓挫し寂れた町で殺人事件が発生。そこへ現れた黒い魔術師が、知恵と仕掛けを駆使し犯人と警察に挑む。

36	本所おけら長屋 14 <small>はたけやまけんじ</small> 畠山健二 著 5時間36分
----	--------------------------------------------------

PHP研究所 2020年（小樽市点字図書館 製作）■「おけら長屋」の住人が娘のように思っているお糸の出産がいよいよ近づき、みな落ち着かない。辰次や金太らは安産祈願として、大吉のおみくじをお糸に贈ろうとするが、思わぬ事態が起こり…。シリーズ第14弾。

37	よろず屋お市 <small>いち</small> （深川事件帖） <small>ほんだりゅういち</small> 誉田龍一 著 5時間48分
----	------------------------------------------------------------------------

早川書房 2019年（早川清文学振興財団 製作）■養父が不審な死を遂げ、よろず請負い稼業を継いだお市。駆け落ち娘の行方捜し、ありえない水死の謎など、持ち込まれる難事に挑む姿を描く、人情捕物帖。

38	雪が白いとき、かつそのときに限り <small>りく しゅうさ</small> 陸 秋槎 著 <small>いなむらぶんご</small> 稲村文吾 訳 12時間28分
----	-----------------------------------------------------------------------------------------

早川書房 2019年（早川清文学振興財団 製作）■学生寮で少女の死体が発見された。雪に覆われた地面に足跡はなく、警察は自殺として処理する。それから5年、

生徒会長は密かにこの事件を調べるが…。

39	<p>いつもひとりだった、京都での日々 <small>そん しんいん</small> 宋 欣穎 著 <small>みつよし</small> 光吉さくら 訳 5時間39分</p>
----	-----------------------------------------------------------------------------------------------

早川書房 2019年（早川清文学振興財団 製作）■映画を学ぶために台湾から京都にやってきた女性は、それぞれに孤独を抱えて生きる京の人々と出会う。台湾人映画監督が、京都での日々を綴ったエッセイ。

40	<p>I Q 2 ジョー・イデ 著 <small>くまがいちとし</small> 熊谷千寿 訳 13時間36分</p>
----	-------------------------------------------------------------

早川書房 2019年（早川清文学振興財団 製作）■苦境のクラブDJを助けてほしいと依頼され、ラスベガスに赴いた探偵“IQ”。だが、ギャングの個人情報盗み売ろうとした彼女は命を狙われていて…。

41	<p><small>いぶき</small> 息吹 テッド・チャン 著 <small>おおもり のぞみ</small> 大森 望 訳 14時間44分</p>
----	-------------------------------------------------------------------------------

早川書房 2019年（早川清文学振興財団 製作）■人間がひとりも出てこない世界の秘密を探究する科学者の驚異の物語を描き、英国SF協会賞等を受賞した表題作など、全9編を収録したSF短編集。

42	<p><small>さまよ</small> 彷徨える艦隊 10 <small>じゅんこうせんかん</small> 巡航戦艦ステッドファスト <small>つぎおか さほ</small> ジャック・キャンベル 著 月岡小穂 訳 16時間6分</p>
----	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

早川書房 2015年（早川清文学振興財団 製作）■元帥が旧地球から帰還しようとした矢先、艦隊の乗員2名が忽然と姿を消した。その行方を追ううちに、細菌兵器に汚染された禁断の惑星にたどり着くが…。シリーズ第10弾。

43	<p><small>み あ</small> 三つ編み <small>さいとう か つ こ</small> レティシア・コロンバニ 著 齋藤可津子 訳 6時間4分</p>
----	-------------------------------------------------------------------------------------------

早川書房 2019年（早川清文学振興財団 製作）■インド、イタリア、カナダ。異なる境遇に生きる3人の女性の共通点は、女性に押しつけられる逆境に立ち向かうことだった。