

点字図書館だより

No. 168 2026年2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 <https://www.thka.jp/>

開館時間 9:00~17:00/休館日 土日祝日



話題の本 — 追悼

◆「終わった人」 うちだてまきこ 内館牧子 著

たしろそうすけ
仕事一筋だった田代壮介は定年を迎えて途方に暮れた。「まだ俺は成仏していない」と職探しをするが…。生き甲斐を求め、居場所を探して、あがき続ける男に再生の時は訪れるのか？

◆「女盛りはモヤモヤ盛り」 うちだてまきこ 内館牧子 著

失言を繰り返す政治家。相手を不愉快にさせる不作法者…。日常のふとした違和感をすくい上げ、ズバッと切り込む忖度なしの痛快エッセイ。

◆「老いの贅沢」 そのあやこ 曾野綾子 著

残された時間を自分にとって一番大切なものにかける。前向きで豊かな老後の楽しみ方を伝えるメッセージ集。

◆「夢幻」 ゆめまぼろし そのあやこ 曾野綾子 著

デビュー当初より短編の名手として知られる著者。作家生活70年を迎

えた彼女の初期の短編を中心に、表題作を含む単行本未収録の全10篇を収録。

◆「完全版 うえすぎようざん 上杉鷹山 どうもんふゆじ 童門冬二 著

経済破綻した米沢藩よねざわはんを立て直した名藩主の事績。『小説 うえすぎようざん 上杉鷹山』

『うえすぎようざん 上杉鷹山の経営学』の2作品に加え、著者最新の「うえすぎようざん 上杉鷹山論」を収録！

◆「90歳を生きること」 どうもんふゆじ 童門冬二 著

90歳になっても学ぶことばかり。だから、毎日が楽しくなる！あちこちカラダの不調を訴えつつも、ワクワク感いっぱい生きる秘訣。

◆「くめひろし 久米宏です。」 くめひろし 久米宏 著

入社試験の顛末から、病気に苦しんだ新人時代。『ザ・ベストテン』『ニュースステーション』の18年半。「ない番組」を切り開いてきた、一人の人間の成長物語。圧巻のドキュメント。

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2026年4月末までとなります。

【貸し出し】

- ◆「T O K Y O ノーカスハラ支援ナビ」 東京都福祉局 点字版、テープ版、デイジー版
- ◆「ふれあいらしんばん 第106号」 内閣府政府広報室 点字版
- ◆「あす 明日への声 Vol.106」 内閣府政府広報室 一般CD版
- ◆「月刊みんなぱく 2025年12月・2026年1月号」 国立民族学博物館 デイジー版

点字・録音図書追加目録

No.218 2025年12月・2026年1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 15タイトル

医学（5タイトル）

1	<p>コロナ後遺症 ～治らない“慢性不調”の正体</p> <p><small>ひらはたこういち</small> 平畑光一 著 3冊</p>
---	---

扶桑社 2025年■コロナ後遺症患者を診続けた医師が、コロナ後遺症の概要、考えられる原因、日常生活での注意点などを分かりやすく解説する。

2	<p>開業医の正体 ～患者、看護師、お金のすべて</p> <p><small>まつながただし</small> 松永正訓 著 3冊</p>
---	--

中央公論新社 2024年（点訳つくし 製作）■クリニックはどうやって作るの？診察しながら何を考えているの？ 開業医のリアルと本音を包み隠さず明かす。

3	<p>看護師の正体 ～医師に怒り、患者に尽くし、同僚と張り合う</p> <p><small>まつながただし</small> 松永正訓 著 4冊</p>
---	---

中央公論新社 2025年（大阪市立早川福社会館点字図書室 製作）■一人の看護師が奮闘する日々を追いかけて、看護師のリアルと本音を包み隠さず明かす。「開業医の正体」の姉妹編。

4	<p>毎日の体調がよくなる本</p> <p>～ちょっとしたことだけど効果的な方法50</p> <p><small>こばやしひろゆき</small> 小林弘幸 著 2冊</p>
---	---

興陽館 2025年■「目覚めに1杯の水を飲む」「食事はゆっくりよくかむ」など、自

律神経を整えて毎日の体調がよくなる、簡単にできる健康法50個を紹介する。

5	脳のオイル交換 ～油を変えるだけで認知症を防ぐ！ <small>ねもとちよこ つかもと ひろし</small> 根本千代子 著 塚本 浩 医学監修 2冊
---	--

Gakken 2025年■認知症や生活習慣病への不安を解消する、脳によい油を使って脳を健康にするための具体的な方法をわかりやすく解説。

社会科学（1タイトル）

6	50人の天才児物語 <small>かわかみてるあき</small> 川上輝昭 著 2冊
---	--

弘報印刷出版センター 2022年■知的に障害のある子どもたちの教育に携わってきた著者が、特に印象深かった50人について記憶をたどる。

芸術（1タイトル）

7	すばらしいクラシック音楽 ～涙がでるほど心が震える <small>くるまだかづひさ</small> 車田和寿 著 5冊
---	---

あさま社 2025年■天才の意外な素顔と「愉しみ方」がわかる、クラシック音楽の入門書。オペラ歌手が、作曲家の人生と130の名曲を知的かつ情熱的に解説する。

文学（8タイトル）

8	あたたかな手 ～なのはな整骨院物語 <small>はまのきょうこ</small> 濱野京子 著 2冊
---	---

偕成社 2025年（点訳つくしんぼ 製作）■すこしでも誰かの痛みや苦しみをやわらげることができたらー。人に触れるのが苦手だった新人柔道整復師の春哉はるやと整骨院の人々、そして地域ネコのマルがつむぐ優しい物語。

9	エルフの渡辺 2 <small>わがはらさとし</small> 和ヶ原聡司 著 4冊
---	---

KADOKAWA 2025年■渡辺風花わたなべふうかはエルフである。悩める高校生・大木おおきが姿隠しの魔法を破ったことで、呪われしエルフの使命「魔王討伐」に再び向き合うことになってしまったー。シリーズ第2弾。

10	黄色いコスモス <small>くさかわ や え こ</small> 草川八重子 著 4冊
----	--

花伝社 2023年■突然亡くなった4歳の妹のために掘られた穴のまわりをふちどる花。真新しく匂う土の底にも、黄色いコスモスの花が落ちていた。表題作をはじめ、「青い椅子」など全12編を収録する。

11	恋バナ 赤 Yoshi 著 2冊
----	------------------

双葉社 2025年■携帯小説の生みの親である著者に届いた数多くの恋愛相談メール。それに応えるべく、物語は書かれた。5つのストーリーと詩を収録。

12	最後のひと <small>まつい ひさこ</small> 松井久子 著 3冊
----	--

中央公論新社 2025年■七十五歳になって、ひとを好きになって、何が悪いの？奇跡の出会いと人生総仕上げの情愛を実感を込めて綴った希望の物語。

13	シロクマのシロさんと北海道旅行記 <small>ひやくど あ</small> 百度ここ愛 著 3冊
----	---

アルファポリス 2025年■受験に失敗し、彼氏にも振られ、思わず家を飛び出した めぐみ 恵。衝動的に姉の居る北海道に向かうも、姉は不在。けれどそこで、シロクマのシロさんに出会い、一緒に旅をすることになる…。

14	静電気と、未夜子の無意識。 <small>みやこ</small> 木爾チレン 著 3冊
----	---

幻冬舎 2025年■未夜子は風変わりな男に出会う。男を追いかけて部屋まで乗り込むが、彼女として認めてもらえず…。美人だけど不器用な未夜子の恋を描く。

15	<small>ひやくねんちゆうぼう</small> 百年厨房 <small>むらさき</small> 村崎なぎこ 著 4冊
----	---

小学館 2024年■宇都宮の旧家に独り住む大輔 だいすけ。ある日アヤという若い女が現れ、大正時代にここで働いていたと言う。友人は「タイムスリップだ！」と騒ぐが、大輔 だいすけ は信じない。奇蹟の感涙ファンタジー。



デジター図書 36タイトル

医学（3タイトル）

16	開業医の正体 ～患者、看護師、お金のすべて <small>まつながただし</small> 松永正訓 著 6時間45分
----	--

中央公論新社 2024年（熊本県点字図書館 製作）■クリニックはどうやって作るの？ 診察しながら何を考えているの？ 開業医のリアルと本音を包み隠さず明かす。

17	看護師の正体 ～医師に怒り、患者に尽くし、同僚と張り合う <small>まつながただし</small> 松永正訓 著 6時間35分
----	---

中央公論新社 2025年（川崎市視覚障害者情報文化センター 製作）■一人の看護師が奮闘する日々を追いかけて、看護師のリアルと本音を包み隠さず明かす。「開業医の正体」の姉妹編。

18	食の選び方大全 あるとむ 著 <small>たかじょうよしき</small> 高城嘉樹 監修 10時間57分
----	--

サンクチュアリ出版 2024年（厚労省委託：日本点字図書館 製作）■体は、選んだ食べ物でできている。調味料、野菜、生鮮食品など、自然食品店店長が、「おいしくて・安心で・体にいい」食品の見分け方を伝授する。

総記（2タイトル）

19	アメリカ大統領と大統領図書館 <small>とよだきょうこ</small> 豊田恭子 著 9時間34分
----	--

筑摩書房 2024年（厚労省委託：日本点字図書館 製作）■アメリカ大統領の任期中の記録を収蔵する大統領図書館。全米各地に現存する全13館を訪ね、それぞれの大統領たちの知られざる横顔とともに紹介する。

20	ふくらむ読書 <small>おかざきたけし</small> 岡崎武志 著 7時間25分
----	--

春陽堂書店 2024年（厚労省委託：日本点字図書館 製作）■やまもとしゅうごろう山本周五郎著『あお青べ

『ものがたり か物語』、中里恒子^{なかざとつねこ}著『歌枕』^{うたまくら}…。一冊一冊の本に隠されている小さな発見と大きな宇宙を、古書ライター^{ものごと}の著者が綴る。

哲学（1タイトル）

21	りんざいりく 臨濟録	りんざいぎげん 臨濟義玄 著	いりやよしたか 入矢義高 訳注	10時間51分
----	---------------	-------------------	--------------------	---------

岩波書店 1991年（厚労省委託：日本ライトハウス 製作）■臨濟^{りんざい}の言行を弟子が記した『臨濟録』^{りんざいりく}は、「無事の人」^{ぶじひと}に到達しようとする臨濟^{りんざい}の自己格闘の跡をまざまざと描いている…。長年にわたり、本書を愛読した訳者による待望の書。

社会科学（2タイトル）

22	難民・移民のわたしたち ～これからの「共生」ガイド			
	あまみやかりん 雨宮処凛 著	6時間11分		

河出書房新社 2024年（厚労省委託：日本点字図書館 製作）■難民・移民を知るための超入門書。彼らが日本にいる理由や、彼らの生活、その子どもたちが困っていること、日本の難民・移民政策などを紹介する。

23	知的障害のある生徒が料理を好きになるレシピ ～ひとりでできた！またやってみよう！			
	やすおかともみ 安岡知美 著	5時間55分		

ジアース教育新社 2024年（厚労省委託：日本点字図書館 製作）■障害者の真の自立には食の自立が欠かせない。特別支援学校の家庭科教諭が、授業の工夫とともに、調理の技術に合わせた40あまりのレシピを紹介する。

自然科学（1タイトル）

24	歴史は化学が動かした ～人類史を大きく変えた12の素材			
	さいとうかつひろ 齋藤勝裕 著	8時間22分		

明日香出版社 2024年（厚労省委託：日本点字図書館 製作）■デンポン、金属など、人類の歴史に大きな影響を与えた12の素材に焦点を当て、歴史と化学の関連

性を解説。人類が豊かさを獲得してきた過程をたどる。

産業（1タイトル）

25	猫を救うのは誰か ～ペットビジネスの「奴隷」たち おおたまさひこ 太田匡彦 著 9時間41分
----	--

朝日新聞出版 2024年（厚労省委託：日本点字図書館 製作）■猫は蛍光灯を1日12時間以上あてると、年3回は産める。「かわいい」の裏側でビジネスの「奴隷」となる犬や猫の凄惨な実態を、信念の取材が暴く。

芸術（1タイトル）

26	くまさんのこだわりシネマ社会学 よしいひろあき 好井裕明 著 7時間16分
----	---

晃洋書房 2024年（厚労省委託：日本点字図書館 製作）■日常生活を批判する力を鍛える営みとして「映画を読み解く社会学」を提案。映画の人間関係、やり取りなどが、どんな意味を持っているのかを解読する。

言語（2タイトル）

27	和のふるまい言葉事典 ～所作まで身にしみる趣ある言い方 まさきりょうこ 榎木良子 著 5時間44分
----	---

すばる舎 2024年（厚労省委託：日本点字図書館 製作）■少し古風な日本人らしさを感じる言葉300語余りを厳選し、言葉にまつわるエピソードを添えて紹介する、大人のための語彙集。

28	10代からの文章レッスン ～みんなどうやって書いているの？ おぬま おさむ あだちまりこ 小沼 理 編著 安達茉莉子 ほか著 4時間59分
----	---

河出書房新社 2024年（厚労省委託：日本点字図書館 製作）■身の回りの事や自分の気持ちを言葉でうまく表現するには。エッセイストや作家ら15人が、自分の

経験や気持ちを書くためのコツや工夫、心構えを伝授する。

文学（19タイトル）

29	いのちの芽 ～詩集 <small>おおえみつお</small> 大江満雄 編	7時間51分
----	--	--------

岩波書店 2024年（厚労省委託：日本点字図書館 製作）■全国8つのハンセン病療養所の入所者が参加した合同詩集。73人の227作品を略歴とともに掲載。

30	<small>きたかぜ</small> 北風の用心棒 <small>すろうにんしまつき</small> （素浪人始末記 3） <small>こすぎけんじ</small> 小杉健治 著	6時間35分
----	---	--------

文藝春秋 2025年（香川県視覚障害者福祉センター 製作）■藩命により名を変え、素浪人に身をやつしているへいはちろう平八郎。道場破りを撃退し、評判をとってしまった彼のもとに、強盗に主人夫妻を殺された女中がやってきて…。シリーズ第3弾。

31	クロエとオオエ <small>ありかわ</small> 有川ひろ 著	10時間54分
----	------------------------------------	---------

講談社 2025年（日本点字図書館 製作）■宝石商のちやくなん嫡男と彫金を家業とする職人の娘。彼の贈ったリングを彼女が突き返してから、2人の関係は曖昧に。だが、仕事を通して次第に変わっていき…。

32	さよならジャバウォック <small>いさかこうたろう</small> 伊坂幸太郎 著	10時間34分
----	---	---------

双葉社 2025年（日本点字図書館 製作）■結婚直後の妊娠と夫の転勤で、夫は別人のように冷たくなった。今、自宅で夫が倒れている。私が殺したのだ。途方に暮れる中、大学の後輩が訪ねてきた…。

33	終着駅で待つ君へ <small>いぬじゅん</small> いぬじゅん 著	6時間25分
----	---------------------------------------	--------

実業之日本社 2025年（宮城県視覚障害者情報センター 製作）■その改札を抜けたら、もう一度だけ、愛する人に会える「奇跡」が起きる駅がある。案内人は、謎めいた駅員…。心揺さぶる、4つの奇跡の物語。

34	<small>げんえい</small> 真実の幻影 <small>どうぼしゅんいち</small> 堂場瞬一 著	11時間5分
----	--	--------

朝日新聞出版 2025年（小樽市点字図書館 製作）■ノンフィクションの連載を担当することになったたかおか高岡。未解決の女兒誘拐事件を取り上げることにしたが、不可解な点が次々と浮かび上がり、脅迫まで受けてしまう…。

35	救いたくない命 (俺たちは神じゃない 2) なかもやまゆうじろう 中山祐次郎 著 8時間4分
----	--

新潮社 2024年 (群馬県立点字図書館 製作) ■夏のある日、剣崎^{けんざき}は腹痛に襲われる。この症状は何だっけ? 誰でも患者になる。そう、医師だって…。外科医コンビの活躍を描く、医学エンターテインメント。シリーズ第2弾。

36	ちぎれ雲 4 血旅の剣 富樫倫太郎 著 8時間36分
----	----------------------------

中央公論新社 2025年 (小樽市点字図書館 製作) ■将軍より^{ようだい}湯帝討伐の命を受け、謎の美女・朱雀^{すばく}を旅の道連れに、京をめざす愛之助^{あいのすけ}だが、恐るべき凶敵と対決することになる…。シリーズ第4弾。

37	ナースの卯月に視えるもの 3 命の交差点 あきや 秋谷りんこ 著 5時間38分
----	---

文藝春秋 2025年 (日本点字図書館 製作) ■患者が死を意識したときに現れる「思い残し」が視える能力を持つ看護師。ある日、自身の検診で再検査の通知を受けてしまう…。シリーズ第3弾。

38	ひゃっきえんじけんちょう みかみ えん 百鬼園事件帖 三上 延 著 8時間53分
----	---

KADOKAWA 2023年 (兵庫県点字図書館 製作) ■大学生の甘木^{あまき}は偏屈教授と名高い内田^{うちだ}先生と親しくなった。先生の周囲では理屈のつかない怪現象が次々と発生。さらに事件を解決して回る先生には、目的があるようで…。

39	ふかがわせいしゅんとりものひかえ あずま けいいち 深川青春捕物控 3 黒い血 東 圭一 著 5時間18分
----	--

角川春樹事務所 2025年 (宮城県視覚障害者情報センター 製作) ■北町奉行同心・新之助^{しんのすけ}と御用聞きに成りすました、2人組の詐欺が横行している。新之助^{しんのすけ}の腹違いの弟である雄太^{ゆうた}は、兄の汚名をそそぐため犯人を追う…。シリーズ第3弾。

40	あっか しずく にしかわ つかさ 深川の重蔵捕物控 6 悪華の雫 西川 司 著 6時間15分
----	---

二見書房 2025年 (小樽市点字図書館 製作) ■川に妊娠中の若い女の亡骸が浮かんだ。その2日後、米問屋のあるじが包丁で心臓を一突きにされる事件が起きた。ふたりの死は繋がっているのか…。シリーズ第6弾。

41	普天を我が手に 第1部 <small>おくだひでお</small> 奥田英朗 著 21時間58分
----	--

講談社 2025年（西宮市視覚障害者図書館 製作）■戦争、革命、陰謀、青春、差別、音楽…。大正15年12月、たった7日間しかなかった昭和元年に生まれた4人は、互いの運命を交差させながら、新たな時代を切り拓く一。

42	普天を我が手に 第2部 <small>おくだひでお</small> 奥田英朗 著 21時間48分
----	--

講談社 2025年（西宮市視覚障害者図書館 製作）■戦争が勃発し、志郎しろうは渡米したが、そこで捕虜となる。帰国後は捕虜収容所の通訳となるも、目にしたのは看守の虐待が横行するずさんな実態だった一。シリーズ第2弾。

43	フラダン <small>ふるうちかずえ</small> 古内一絵 作 6時間23分
----	---

小峰書店 2016年（厚労省委託：日本ライトハウス 製作）■フラダンス愛好会に集められた4人の男子高校生。その目的は男女混合によるフラガールズ甲子園出場だった！ 震災から5年後の福島を舞台に描く笑顔と涙の青春ストーリー。

44	まぐさ桶の犬 <small>おけ わかたけななみ</small> 若竹七海 著 15時間28分
----	---

文藝春秋 2025年（小樽市点字図書館 製作）■仕事はできるが、不運すぎる女探偵・晶あきらに人探しの依頼が舞い込んだ。依頼主は学園の元理事長。癖のある関係者たちに翻弄されながら奔走する晶に、謎の影が忍び寄る…。

45	霧のなかの白い犬 アン・ブース 著 <small>すぎたななえ</small> 杉田七重 訳 5時間43分
----	--

あかね書房 2016年（厚労省委託：日本ライトハウス 製作）■子犬がやってきて、ジェシーは大喜び！ けれど、子犬を飼った理由には、祖母の過去が関係していた…。少女の悩みと戦争の歴史が交差する、深い悲しみと寛容かんようを描いた物語。

46	ホイッパーウィル川の伝説 キャシー・アッペルト、アリスン・マギー 著 5時間42分
----	---

あすなる書房 2016年（厚労省委託：日本ライトハウス 製作）■特別な絆で結ばれた二人の姉妹と子ギツネの魂が響きあうスピリチュアル・ファンタジー。

47	シェリ コレット 著 <small>こうの まりこ</small> 河野万里子 訳 8時間20分
----	--

光文社 2019年■50歳を目前にして、美貌のかげりと老いを自覚する元高級娼婦のレア。24歳年下の恋人シェリの突然の結婚話に驚き、表向きは祝福して別れを決心しつつも、心穏やかではいられず…。

厚労省委託図書「人と思想」(4タイトル)

48	<small>やなぎたくにお</small> 柳田國男 <small>かんの かくみょう</small> 菅野覚明 著 15時間23分
----	---

清水書院 2023年(日本点字図書館 製作)■日本民俗学の創始者であるやなぎたくにお柳田國男の思想世界は、どのような体系性を持つのか。柳田学やなぎたかくの全貌を描いた評伝。

49	<small>ふてい</small> 漢の武帝 <small>ながたひでまさ</small> 永田英正 著 10時間59分
----	---

清水書院 2015年(日本点字図書館 製作)■かん漢の武帝ふていは、中央集権体制を確立するなど、古代中国に多くの足跡を残した。彼の思想とその根源を探る。

50	アメリカ=ヴェスプッチ <small>しのはらあいと</small> 篠原愛人 著 10時間59分
----	---

清水書院 2016年(日本点字図書館 製作)■フィレンツェに生まれ、初代のスペイン主席航海士となったアメリカ=ヴェスプッチ。その実像に迫る。

51	グロティウス <small>やなぎはらまさはる</small> 柳原正治 著 8時間55分
----	---

清水書院 2014年(日本点字図書館 製作)■「国際法の父」と称されるグロティウス。戦争発生防止、戦争の連鎖の切断に取り組んだ彼の生涯を紹介する。

