

青い森通信

2020年11月号

目次

- 1 センターからのお知らせ 2p
(1) 利用者アンケートへのご協力について(予告)
- 2 新刊録音図書を紹介 2p
- 3 新刊点字図書を紹介 8p
- 4 今月のトピックス 14p
- 5 サピエ図書館新着図書の紹介 16p
- 6 11月のカレンダー 18p

編集・発行 青森県視覚障害者情報センター

開館時間 平日 月曜日～金曜日 8:30～17:15

休館日 土曜日・日曜日・国民の休日及び年末年始

所在地 〒038-8585 青森市石江字江渡5-1
青森県青森福祉庁舎3階

電話 017-782-7799 FAX 017-782-7228

E-mail aosise@aosise.com (代表) refere@aosise.com (貸出専用)

ホームページ <http://www.aosise.com/>

1 センターからのお知らせ

(1) 利用者アンケートへのご協力について（予告）

当センターの管理・運営の参考にさせていただくため、指定管理者である青森県視覚障害者福祉会からの依頼で、利用者アンケートを実施します。

つきましては、アンケート調査を12月発行の「青い森通信」に同封いたしますので、ご協力のほどよろしくお願い申し上げます。昨年度の回答率は、25%でした。多くの皆様からのご意見をいただきたいので、ご協力お願いいたします。

なお、アンケートの媒体は以下の5種類です。

設問の媒体は、点字、墨字、メール、テープ、デイジー

回答の媒体は、点字、墨字、メール、テープ、電話

設問の媒体は、「青い森通信」の送付媒体と同じです。別の媒体を希望される方は、センターまでご連絡ください。

2 新刊録音図書を紹介

図書番号・書名・著者名・時間数・原本出版年・内容紹介の順にご紹介します。（書名の前のAの記号は郷土資料を示します。）

【哲学】

1	1分自己肯定感	～一瞬でメンタルが強くなる33のメソッド～
	中島 輝（なかしま てる）著	6時間

2020年出版。今すぐに自分を変えるには、毎日「1分」自己肯定感を高める時間をとること。「自己肯定感」のメンテナンスを行い、失敗を成功につなげるサイクルをつくり、長期的にズバ抜けた差を生み出すメソッドを厳選して紹介する。

2 どんなことから立ち直れる人

～逆境をはね返す力「レジリエンス」の獲得方～

加藤 諦三（かとう たいぞう）著 4時間54分

2019年出版。挫折や落ち込みから立ち直り、ポジティブに生きられる人が共通して持っている能力「レジリエンス」。彼らの実例を通して、「自ら幸せを得る力」「自己肯定感」を身につける方法を易しく説く。

【歴史】

3 A 霊山十和田 ～忘れられたもうひとつの十和田湖～

斉藤 利男（さいとう としお）ほか 著 2時間24分

2018年出版。2018年1月から3月まで「東奥日報」朝刊に連載した「霊山十和田 復興への道しるべ！」と、十和田湖伝説の伝え方を考える会の研究発表をもとにした、はじめての十和田湖ガイドブック。

【技術. 工学】

4 ごみ育 ～日本一楽しいごみ分別の本 50問クイズ式！～

滝沢 秀一（たきざわ しゅういち）著 2時間34分

2019年出版。使い終わったカイロは何ごみ？保冷剤はどう捨てる？ごみ清掃員兼芸人の滝沢秀一が、ごみの分別やごみとのつき合い方を、難易度順にやさしく紹介する。

5 A 酒と料理と人情と。青森編

栗原 心平（くりはら しんぺい）著 4時間19分

2019年出版。ドライブインのまぐろタワー、寿司屋のかき揚げ丼、世界最高峰のカツサンド…。青森県に通って4年、計20回以上も訪れている料理家・栗原心平が、好きすぎる青森の選りすぐりを紹介する。青森食材を使ったレシピ付き。



【文学】

6 太宰を読んだ人が迷い込む場所

齋藤 孝（さいとう たかし）著 6時間22分

2020年出版。太宰の作品を読むと、何かに迷い込んだような心持ちがする…。「生れて、すみません」「八月のおわり、私は美しいものを見た」など、太宰治の全作品から忘れがたい文言を抽出し、太宰の「毒」の魅力を解説する。

7 幸せのプチ

朱川 湊人（しゅかわ みなと）著 10時間17分

2020年出版。都電が走るこの下町には、白い野良犬の“妖精”がいる…。生活感が溢れ、地味なくせに騒々しい迷路のような路地。そこに生き、通り過ぎた人たちの心あたたまる6つの物語を収録する。

8 時効警察はじめました 下

三木 聡（みき さとし）ほか 著 6時間29分

2019年出版。時効を迎えた事件を趣味で捜査する男・霧山修一郎。助手の三日月とともに、お笑い芸人やメガネ会社社長らを相手に、事件の真相を解き明かしていく。さらに三日月との恋の行方はいかに？TVドラマの脚本をもとに小説化。

9 はんぶんこの、おぼろくん

犬飼 鯛音（いぬかい たいね）著 7時間50分

2019年出版。高校生になった小春は、隣の席の“おぼろくん”に恋をした。おぼろくんは、体は男の子、心は女の子。女装して歩くおぼろくんの助けになりたくて、小春は兄の美容院へ彼を連れていき…。



10 プラチナエイジ 1

清水 有生（しみず ゆうき）著 6時間45分

2020年出版。笑い、涙し、時に怒る。湘南に暮らす夫婦3組の、交流と友情を生き生きと描く“還暦の青春物語”。同名ドラマの小説化。

11 A 盆土産と十七の短篇

三浦 哲郎（みうら てつお）著 6時間50分

2020年出版。えびフライ、と呟いてみた…。忘れ得ぬ一行で始まる「盆土産」ほか、「金色の朝」などの名短篇と、人生の哀歓を描いた佳篇による精選集。中学・高校の国語教科書に収録された作品を中心に選び、独自に編集したもの。

12 A 魔女ラグになれた夏

蓼内 明子（たてない あきこ）著 3時間40分

2020年出版。三人姉妹の末っ子で6年生の岬。いつも物事を一步さがって見ていたけれど、幼なじみの要の言葉がつきささり…。自己主張が苦手な岬が、姉の「あてねちゃん」や要との関わりを通して成長していく物語。

13 ゆきうさぎのお品書き 9 ～風花舞う日にみぞれ鍋～

小湊 悠貴（こみなと ゆうき）著 7時間5分

2020年出版。季節はめぐり3月。碧の大学卒業が近づき、勤務先となる学校では研修が始まった。ある日、帰宅すると父親のつくった肉じゃがが食卓に。「ゆきうさぎ」のレシピでつくったそれを食べながら、碧はある報告をする…。

14 リメンバー

五十嵐 貴久（いがらし たかひさ）著 9時間23分

2019年出版。バラバラ死体を川に捨てていた女が現行犯逮捕された。フリーの記者で、20年前の「雨宮リカ事件」を調べていたという。精神

鑑定を担当した立原教授の周りでは異常かつ凄惨な殺人が続発し…。ドラマ化したりカシリリース。

15 ひとり旅立つ少年よ ボストン・テラン 著
田口 俊樹（たぐち としき）訳 11時間35分

2019年出版。父は奴隷解放運動の資金の名目で大金を巻き上げ、それを狙う悪党に殺された。父の贖罪のため、12歳の少年チャーリーは金を約束どおり届けようと、遙か南へ向けて旅立つ。だがそのあとを父を殺した男たちが追う…。

16 ヒトラーの毒見役 ロッセラ・ポストリノ 著
松木 りか子（まつき りかこ）訳 12時間10分

2020年出版。1943年、ポーランドの田舎町に疎開していたローザは、ヒトラーに食事が運ばれる前に試食する係…毒見役として働くことを命じられる。絶望的な毎日を送る彼女の唯一の救いは、出征中の夫から届く手紙だったが…。

◇マルチメディアダイジー図書◇

ダイジー再生機では音声ダイジーとして利用できます。パソコンで再生ソフトを使用すると、文字・画像・音声が同時に再生されます。

【哲学】

17 幸福と不幸 哲学のおやつー10代からの考えるレッスンー
ブリジット・ラベ ほか 著 1時間32分

2010年出版。おやつを食べるように気軽に楽しく、哲学にふれてみませんか？身近な例を用いて「幸福」と「不幸」について考えます。すぐに答えの出る問いではないけれど、今だからこそ考えたいテーマばかりです。



【社会科学】

18 10代からのワークルール 1

～これだけは知っておきたい「働くこと」の決まり～
ワークルールってなんだ？

上西 充子（うえにし みつこ）監修 ほか 2時間19分

2019年出版。働く人（労働者）が会社から不利益を被らないように定められた「ワークルール」。中学生や高校生が将来アルバイトや社員として働くときに必要となるワークルールについて、その基本をわかりやすく解説する。[合成音]

19 オープンキャンパスの超トクする歩き方講座

～志望大合格への最短コース！～

石橋 知也（いしばし ともや）著 2時間28分

2017年出版。オープンキャンパスを最大限活用するための、基礎知識、見どころ、絶対にしておきたいこと、学年別の歩き方等を紹介する。[合成音]

【文学】

20 ラチとらいおん

マレーク・ベロニカ 文・絵

とくなが やすもと 訳 43分

1965年出版。ラチは世界でいちばん弱虫です。犬をみると逃げ出しますし、暗い部屋には入ることができません。そんなラチのところに小さな強いライオンがやってきました。ラチはライオンがそばにいてくれることで少しずつ強くなっていきます。ハンガリーの国民的絵本作家のロングセラー。

あんな本こんな本（官能小説）

21 人妻の別荘

霧原 一輝（きりはら かずき）著 6時間39分

◇ その他貸出録音資料 ◇

ここで紹介する資料は、センターへ寄贈されたものです。各自治体の資料などは、自治体へ直接お問い合わせください。

- 私たちの税金 令和2年度版 デイジー1枚
- RAB耳の新聞 一般CD1枚
(2020年8月23日～2020年9月13日放送分収録)
- 2020年8月23日 ・ ・ ・ ・ ・ 担当：小田垣 康次
「一心不乱 心にしみる魂の響き」
- 2020年8月30日 ・ ・ ・ ・ ・ 担当：南舘 邦士
「よってらっしゃい、みてらっしゃい
青森県視覚障害者情報センター」
- 2020年9月6日 ・ ・ ・ ・ ・ 担当：棟方 庸子
「見えない人のためのメガネ」
- 2020年9月13日 ・ ・ ・ ・ ・ 担当：小田垣 康次
「災害はここにもきっとやって来る
住まいのハザードマップを知ろう」

3 新刊点字図書を紹介

図書番号・書名・著者名・冊数・原本出版年・内容紹介の順にご紹介します。(書名の前のAの記号は郷土資料を示します。)

【歴史】

1 日本史で読み解く日本人

井沢 元彦 (いざわ もとひこ) 著 3冊

2019年出版。なぜ、日本人は「和」を乱すのを嫌がるのか。なぜ、独断専行のリーダーを嫌うのか。なぜ、憲法を改正できないのか…。外国とは異なる日本固有の行動原理を日本史で読み解く。

2 お札に描かれる偉人たち ～渋沢栄一・津田梅子・北里柴三郎～
楠木 誠一郎（くすのき せいいちろう）著 2冊

2019年出版。2024年（令和6年）に変わるお札の肖像画のモデルとなる渋沢栄一、津田梅子、北里柴三郎は、いつの時代に何をした人たちなのか。その偉大な足跡が、今日の日本にとってどれだけの意味を持っているのか。3人の人生を辿る。

3 A 長谷川誠三 ～津軽の先駆者の信仰と事績～
岡部 一興（おかべ かずおき）著 7冊

2019年出版。「敬天愛人」を実践し、多角的な事業展開で地方産業を振興した一大事業家・長谷川誠三。キリスト教教育に注力し、大凶作時には窮民へ米を配布し慰問伝道を行った彼の信仰に学び、知られざる実像に迫る。

4 ガラスの城の約束 ジャネット・ウォールズ 著
古草 秀子（ふるくさ ひでこ）訳 6冊

2019年出版。NYで活躍する記者・ジャネットが明かした極貧の少女時代。夜逃げを繰り返すなか、夢ばかり追う身勝手な父母への怒りと愛の狭間で苦悩しつつ、少女は勇敢に人生を切り拓いていく。2019年公開の同名映画の原作。

【社会科学】

5 神は詳細に宿る
養老 孟司（ようろう たけし）著 3冊

2019年出版。私たちはこれからどこへ向かうのか？進化理論、科学信仰、戦争体験、国際情勢、気候変動、市場経済…。日本を代表する解剖学者が、あらゆる現象を論じつつ、ヒトの意識を「解剖」する。



6 名医が教える「本当に正しい糖尿病の治し方」

～薬に頼らずヘモグロビンA1cを下げる～

栗原 毅（くりはら たけし）著 2冊

2019年出版。薬もインスリンも使わずに患者を改善に導いた糖尿病治療の名医が教える、医学的に正しい治し方。最先端の医学情報や栄養学に基づいた食事療法と、トータル2分未満で最大限の効果が得られる運動療法を紹介する。

【技術、工学】

7 うおつか流食べつくす！ ～一生使える台所術～

魚柄 仁之助（うおつか じんのすけ）著 2冊

2020年出版。採れすぎて持て余してしまう胡瓜も、パサパサして食味の良くない鶏のムネ肉も、食べつくせる技術を身に付けておけば全て食べられる。個別のレシピを覚えるのではなく、自分でつくるために必要な食のスキルを伝授する。

【産業】

8 A マグロの最高峰

中原 一歩（なかはら いっぽ）著 3冊

2019年出版。豊洲市場で1日に並ぶ200本のうち、2、3本という“マグロの中のマグロ”とは、どんな魚なのか？どんな季節の、どこで獲れた魚の、どの部位が「最高の味」なのか？漁・卸・鮪の各局面に通じたライターが追う。

【文学】

9 A うさぎ通り丸亀不動産 ～あの部屋、ワケアリ物件でした～

堀川（ほりかわ）アサコ 著 3冊

2019年出版。丸亀不動産の「見えるひと」美波は、入居者が出て行くアパートの原因究明に送り込まれる。娘へ大切なことを伝えるために現れた両親、妻に謝りたかった高齢の男性など、それぞれの切ない事情に美波は…。新感覚お仕事小説。

10 A 幻想寝台車

堀川（ほりかわ）アサコ 著 3冊

2019年出版。恋人が出ていった部屋で自殺を図った多聞。気がつくと死神たちの村にいた。だが死神は多聞は実は死んでいないという。現世に戻るため「寝台特急ひとだま」に乗り、ある人を捜すよう言われるが…。

11 女子大生つぐみと古事記の謎

鯨 統一郎（くじら とういちろう）著 4冊

2018年出版。大学で古事記を研究する森田つぐみは、謎の組織に拉致されそうになり、雑誌記者の犬飼に助けられる。おまけに身に覚えのない同級生殺しの容疑者として追われるはめに。つぐみは古事記に関するある謎の鍵を握っていて…。

12 A 津軽鬼面舞

野良 生治（のら しょうじ）著 2冊

2019年出版。漁師の父を海で亡くした少女・由（ゆう）は、貧しいながらも懸命な努力によって大学に進学。演劇サークルに入部した彼女が出会ったのは上級生・直之と、彼が書いた脚本「鬼面舞」だった。津軽、函館を舞台に“生きていくことの孤独”を描いた純愛小説。

13 歳三の剣

小松（こまつ）エメル 著 6冊

2019年出版。幕末、江戸。土方歳三は人生に迷っていた。どこにも馴染めぬ己は、どこに行けばいいのか。そんな歳三は、吉原の帰り、人斬りに遭遇し…。新選組を支えた「鬼の副長」土方歳三は、なぜ「鬼」と呼ばれたのか？新選組興亡小説。



14 派遣社員あすみの家計簿

青木 祐子（あおき ゆうこ）著 4冊

2019年出版。恋人に騙され会社を“寿退社”した藤本あすみ。カードの支払いでピンチに陥り親友に説教され、家計簿をつけることに。必死の節約で食いつなぎ、ようやく派遣先を得たあすみ。そんな折、商社マンの八城からアプローチを受け…。

15 ラッコの家

古川 真人（ふるかわ まこと）著 3冊

2019年出版。見えないからこそ見えてくるものがある。夢とリアルが絶え間なく交錯する老女は、自らの空想に怯えていたことを笑い飛ばして生きる…。第161回芥川賞候補作収録。

16 A ワールド・イズ・ユアーズ

ハハノ シキユウ 著 3冊

2019年出版。2005年。僕は渚と東京に出て、安アパートで暮らし始めた。彼女は容姿こそとても美しかったが、相反して心が醜かった…。“あのころ”のリアリティを活写する青春私小説。弘前市出身の異才のラッパーのデビュー作。

17 シャルlotte ダヴィド・フェンキノス 著

岩坂 悦子（いわさか えつこ）訳 4冊

2020年出版。才能を認められベルリンの美術学校に通うようになったシャルlotte。ナチに追われて南仏に逃れ、そこで畢生の大作が誕生する…。アウシュヴィッツに送られ、26歳の若さで命を落とした天才画家の知られざる生涯を描く。



◇厚労省委託・寄贈点字図書◇

【総記】

18 解説著作権法の一部を改正する法律（平成30年改正）について
文化庁著作権課 著 2冊

2018年発行。2019年1月1日に施行された改正著作権法。その改正の経緯、改正の趣旨及び内容、各改正事項などを解説。視覚障害者等のための複製等についても解説する。

【社会科学】

19 合理的配慮 ～対話を開く，対話が拓く～
川島 聡（かわしま さとし）ほか 著 8冊

2016年出版。「合理的配慮」。この新しい概念は、障害分野を超えて「共生の技法」となる可能性を秘めている。その意義と課題を法学・社会学・ジェンダー研究の視点で追究する。

20 高齢者、障害者等の移動等の円滑化の促進に関する法律
障害者による文化芸術活動の推進に関する法律 1冊

2019年発行。平成30年5月25日改正の「高齢者、障害者等の移動等の円滑化の促進に関する法律」と、平成30年6月13日公布の「障害者による文化芸術活動の推進に関する法律」を収録。

あんな本こんな本（官能小説）

21 抱かずにはいられない
牧村 僚（まきむら りょう）著 3冊



◇その他貸出点字資料 ◇

ここで紹介する資料は、センターへ寄贈されたものです。各自治体の資料などは、自治体へ直接お問い合わせください。

- ・ 私たちの税金 令和2年度版 国税庁 発行
- ・ 平成29年度福祉行政報告例の概況 厚生労働省 発行
- ・ 平成30年版交通安全白書（概要版） 内閣府 発行
- ・ 心の糧 曹洞宗宗務庁 発行
- ・ 月刊東洋療法 全日本鍼灸マッサージ師会 発行
- ・ にってんブレイル 日本点字図書館 発行
- ・ 県民だよりあおもり 青森県 発行
- ・ 広報あおもり 青森市 発行
- ・ あおもり市議会だより 青森市 発行
- ・ 点字毎日 毎日新聞社 発行
- ・ 赤旗 日本共産党 発行

4 今月のトピックス

今月は、青森が舞台となっている映画化作品の原作をご紹介します。

また、映画のシネマデイジーが完成しているものは、そちらもご紹介します。シネマデイジーは、映画の音声に登場人物の表情や動作、画面の様子を説明する音声解説を付けたものです。

尚、製作館名はサピエ図書館の略称に基づいています。

いとみち 越谷 オサム 著

4冊 福井視情セ / 9時間42分 小樽点図

2011年出版。ちっこくて泣き虫で、濃厚すぎる津軽弁の相馬いと。変わりたいと思って始めたアルバイト先は「津軽メイド珈琲店」。日本代表クラスのドジッ娘・いとが進化が全速力で始まる！2021年公開予定。

犬部！ ～北里大学獣医学部～ 片野 ゆか 著

4冊 / 8時間6分 青森視情セ

2010年出版。行き場を失った犬や猫を救うため奔走する現役獣医学部生たち。動物だらけのキャンパスライフは、笑いと涙と感動の連続！？青森・十和田でくりひろげられる実録青春ストーリー。2021年公開予定。

奇跡のリンゴ ～「絶対不可能」を覆した農家木村秋則の記録～

石川 拓治 著 ほか 3冊 / 7時間1分 青森視情セ

2008年出版。農薬も肥料も使わずに、たわわにりんごを实らせる農家。ニュートンよりも、ライト兄弟よりも偉大な奇跡を成し遂げた男の、長く壮絶な闘いの記録。NHKテレビ番組の内容に大幅な取材を加えて書籍化。

私、コスモの目になる！ 橘内 美佳 取材と文

1冊 / 2時間 青森視情セ

2002年出版。「この目は本当にもう何も見えないんだ」 急に華苗は胸がキュッと締めつけられた。「見えないのなら、私が見てあげようか…」 青森県立三本木農業高校の盲目の馬・タカラコスモスと女子馬術部員・湊華苗との3年間の記録。映画『三本木農業高校、馬術部』原案。

【シネマ・デイジー】

奇跡のリンゴ

阿部 サダヲ・菅野 美穂 主演 ほか

2時間13分 日ラ情文

2013年公開。



三本木農業高校、馬術部

長瀬 文音 主演 柳葉 敏郎 出演 ほか

2時間3分 京ラ情ス

2008年公開。

以上、貸出ご希望の方は、貸出係へお問い合わせください。

5 サピエ図書館新着図書を紹介

サピエ図書館の新着完成図書（2020年8月9日から2020年9月24日）より、一部ご紹介します。

貸出ご希望の方は、貸出係へお問い合わせください。

【デジター図書】

触常者として生きる ～琵琶を持たない琵琶法師の旅～

広瀬 浩二郎 著 10時間46分 滋賀視障セ

2020年出版。全盲の文化人類学者が「障害」について多面的に考え、博物館をフィールドとする研究成果をまとめる。『日本経済新聞』連載コラムも収録。

一目置かれる知的教養日本美術鑑賞

秋元 雄史 著 4時間39分 日点図

2019年出版。絵巻物、水墨画、狩野派、浮世絵…。最低限の教養として知っておくべき日本美術の定番作品や作家を厳選して紹介。

首里の馬 高山 羽根子 著 4時間30分 西宮視障

2020年出版。中学生の頃から沖縄の郷土資料館の資料整理を手伝う末名子は、世界の果ての遠く隔たった場所にいる人たちにオンライン通話でクイズを出題するオペレーター。ある台風の夜、庭に迷いこんできたのは…。第163回芥川賞受賞作。

【点字図書】

天皇はなぜ紙幣に描かれないのか

～教科書が教えてくれない日本史の謎30～

三上 喜孝 著 4冊 島根う

2018年出版。聖徳太子は本当に「万能の政治家」だったのか？災害記録の数々は、何を物語っているのか？教科書だけでは分からない歴史の真実と、その教訓を紐解く。

視覚障害者向け iPhone・iPad操作マニュアル 拡大版

視覚障害者パソコンアシストネットワーク（SPAN）編集

1冊 鹿児島視情セ

2020年出版。初めてスマートフォンを使ってみようとする方を対象に、iPhoneの基礎を簡略的にまとめた初心者向けのものです。VoiceOverオン時の操作をまとめています。

世界に誇る江戸期の盲目の偉人 杉山和一と塙保己一

桜雲会 編 2冊 四日市市図

2012年出版。第5回サイトワールドで行われた企画展の講演録・解説集。「杉山和一の生涯と功績」「塙保己一の生涯」「江戸時代の二人の盲偉人」「鑑定書『杉山真伝流』」「『群書類従』解説」。



6 11月のカレンダー

センター関連の行事等をお知らせします。

- 点訳奉仕員養成講習会（青森市）・・・10日（火）、17日（火）、
24日（火）
- 音訳奉仕員養成講習会（青森市）・・・4日（水）、11日（水）、
18日（水）、25日（水）
- 鶴田町立鶴田小学校（点字教室）に職員1名派遣
・・・4～6日（水～金）
- 音訳奉仕員スキルアップ研修会（弘前市）・・・・・・5日（木）
- 点訳奉仕員スキルアップ研修会（青森市）・・・・・・12日（木）
- 図書選定委員会・・・・・・12日（木）
- 点訳・音訳校正奉仕員スキルアップ研修会（青森市）
・・・・・・14日（土）
- 図書整理日・・・・・・30日（月）

※新型コロナウイルス感染拡大状況によっては、日程が変更になる場合もあります。

