

# 青い森通信

2021年2月号

## 目次

- 1 センターからのお知らせ ..... 2p  
(1) 新しく購入した用具のご紹介 ～触読式腕時計～
- 2 新刊録音図書のご紹介 ..... 3p
- 3 新刊点字図書のご紹介 ..... 8p
- 4 今月のトピックス ..... 12p
- 5 サピエ図書館新着図書のご紹介 ..... 13p
- 6 2月のカレンダー ..... 15p

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) 新しく購入した用具のご紹介 ～触読式腕時計～

センターでは、館内に、視覚障害者用の生活用具を展示しています。今回、新しく加わった用具をご紹介します。

### ①セイコーの触読式腕時計

蓋を開け、針先と文字盤の目盛を触って時間を知る時計です。25年ぶりにデザインが刷新されました。

※センターには女性向けのタイプ（ピンクの文字盤とボルドー色の革バンド）があります。

### ②シチズンの触読式腕時計

蓋を開けて触読するだけでなく、弱視のかたにも判読しやすいよう、黒い文字板にイエローの数字と凸線を組み合わせ、コントラストを際立たせた時計です。

※開館時間内であれば、いつでもお手にとってみるすることができます。



## 2 新刊録音図書の紹介

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。）

### 【自然科学】

#### 1 腸を活性化させる食べ方と生活

専門医が薦める健康法シリーズ

高橋 健太郎（たかはし けんたろう）監修

4時間21分

2020年出版。健康は腸を知ることからはじまる！腸の機能を最近の知見に基づいて解説し、普段の生活でどのように腸の健康を保つかを、食事のレシピなどを交えて具体的に説明する。

### 【技術. 工学】

#### 2 やめてみた。

～本当に必要なものが見えてくる、暮らし方・考え方～

わたなべ ぽん 著

2時間26分

2019年出版。炊飯器、スマートフォン、もやもや人間関係…。思い切って“やめてみる生活”をはじめた著者が、試行錯誤を繰り返しながらも少しずつ生きるのが楽になっていく様子を描いたコミックエッセイ。

### 【芸術. 美術】

#### 3 囲碁と悪女

稲葉 禄子（いなば よしこ）著

5時間42分

2017年出版。碁を打つとその人の隠れた性格が見えたりしておもしろい。そして、なぜこんなにも通じ合い親しくなれるのか…。多くの政治家・財界人・アーティストらを魅了する「囲碁インストラクター」が綴る華麗な交友録。

【文学】

4 A 不思議な国のムッシュウ ～素顔の寺山修司～

九條 今日子（くじょう きょうこ）著 6時間33分

1985年出版。結婚、そして離婚後の仕事のパートナーでありつづけた著者の目を通した《実像》と「天井桟敷」の17年！

5 A 青森縣川柳年鑑 ねぶた 2020年（第1集）

青森県川柳連盟 編 7時間5分

2020年出版。文化的に豊かな土壌を持つ青森県。この土地で育まれた川柳文化が1冊の本を生みました。参加者170名の句を収録、2019年の県柳界トピックス等も掲載。

6 狼領主のお嬢様 3

守野 伊音（もりの いおん）著 ほか 9時間1分

2019年出版。前世を乗り越え、婚約した狼領主・カイドと“お嬢様”シャーリー。婚約報告のため上がった王城で、王女・アジェーレアと出会う。模範的な王女である彼女にシャーリーは違和感を覚えるが…。転生しても続く恋物語。

7 女子大生つぐみと邪馬台国の謎

鯨 統一郎（くじら とういちろう）著 5時間22分

2019年出版。つぐみの知り合いの研究者・圭介が邪馬台国の金印発見プロジェクトのメンバーに選ばれた。金印が見つければそこが邪馬台国の地として認定される。そんな折、つぐみのスマホに圭介から金印が見つかったとのメッセージが届き…。

8 誰？ 明野 照葉（あけの てるは）著 13時間32分

2020年出版。妻を失い孤独に暮らす沢田は、親子ほど年の離れた晴美と出会った。病弱で薄幸な晴美に心奪われ、金の援助まで考え始めるが、ある日、晴美を親しげにルミと呼ぶ中年女性の存在を知る。晴美の真の姿とは？

9 ぱりとろ秋の包み揚げ ～まんぷく旅籠 朝日屋～

高田 在子（たかだ ありこ）著 7時間51分

2020年出版。お江戸日本橋にワケあり旅籠が誕生！？家と親を失い、長屋でひとり困窮するちはるの下に、元火付盗賊改の怜治が現れる。潰れた料理屋を改装した旅籠「朝日屋」を手伝うよう迫るが、ちはるには素直に願けない事情があり…。

10 プラチナエイジ 2

清水 有生（しみず ゆうき）著 6時間16分

2020年出版。もう若くないのか、まだ若いのか？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 よろず屋お市 ～深川事件帖～ 2 親子の情

誉田 龍一（ほんだ りゅういち）著 6時間39分

2020年出版。敬愛する養父・万七が不審な死を遂げ、〈ねずみ屋〉を継いだお市は、かつて万七の取り逃がした盗賊・漁火の小四郎の探索に乗り出した。やがて生みの親の死にまつわる事実近づくことに…。

12 A ワールド・イズ・ユアーズ

ハハノシキュウ 著 5時間38分

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。



13 シャルロツテ      ダヴィド・フェンキノス 著  
岩坂 悦子（イワサカ エツコ）訳      6時間50分

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ロツテ。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・寄贈録音図書 ◇

【総記】

14 知ってるつもり ～無知の科学～  
スティーブン・スローマン ほか 著      16時間42分

2018年出版。人はなぜ、自らの理解度を過大評価してしまうのか？気鋭の認知科学者コンビが、行動経済学から人工知能まで各分野の研究成果を総動員して、人間の「知ってるつもり」の正体と、知性の本質に挑む。

【歴史】

15 ご先祖様、ただいま搜索中！  
～あなたのルーツもたどれます～  
丸山 学（まるやま まなぶ）著      6時間13分

2018年出版。図書館に通い、古文書を読み込み、お墓の拓本をとり、菩提寺や本家を取材し、依頼人の先祖の姿を生き生きと浮かび上がらせる。先祖探し&家系図作成のプロが、そのテクニックを実例を挙げて紹介。

16 牟田口廉也 ～「愚将」はいかにして生み出されたのか～  
広中 一成（ひろなか いっせい）著      9時間24分

2018年出版。インパール作戦を失敗に導いた「愚将」・牟田口廉也。果たして、責任は彼だけに帰せられるべきなのか。牟田口の軍歴を丹念に追い、既存の牟田口像を覆すのみならず、昭和陸軍の組織的問題に迫る。

【社会科学】

17 〈超・多国籍学校〉は今日もにぎやか！

～多文化共生って何だろう～

菊池 聡（きくち さとし）著

3時間28分

2018年出版。外国に関係のある児童が多く学んでいる横浜市立飯田北いちよう小学校。国際教室担当として多様な文化を尊重する学校の環境づくりに長く携わってきた著者が、多文化共生教育の実践を語る。

【自然科学】

18 蜂と蟻に刺されてみた

～「痛さ」からわかった毒針昆虫のヒミツ～

ジャスティン・O・シュミット ほか 著

16時間56分

2018年出版。虫刺されの痛さを数値化した「シュミット指数」の生みの親が、ハチ・アリ82種に刺された体験談を交えながら、進化の視点からその防衛戦略をひもとく。毒針をもつ昆虫に刺されたときの痛さ一覧付き。

19 難聴・耳鳴り・めまいの治し方 ～イラスト版～

小川 郁（おがわ かおる）監修

4時間45分

2018年出版。難聴・耳鳴り・めまいはなぜ起こる？耳の病気か、それとも脳の異常か？不快な症状の原因から治療法までを徹底解説。難聴を改善する聞こえのトレーニングも紹介する。

【産業】

20 現場の悩みを知り尽くしたプロが教えるクレーム対応の教科書

～心が折れないための21の実践テクニック～

援川 聡（えんかわ さとる）著

5時間7分

2014年出版。効率的にクレームに対応するための5つの行動原則を示し、「事例」「対応のツボ」「解説+図解」という3段階で、クレーム対応のテクニックを教える。クレーム予防と、いざという時の警察・弁護士の使い方も掲載。

21 女だらけの蜜室

睦月 影郎（むつき かげろう）著

5時間40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。

●RAB耳の新聞 一般CD1枚

（2020年11月15日～2020年12月6日放送分収録）

- 2020年11月15日 ……担当：板橋 和幸  
「認知症ケア専門士について」
- 2020年11月22日 ……担当：小田垣 康次  
「WSGここにあり」
- 2020年11月29日 ……担当：棟方 庸子  
「わが人生を語る 私、ロックもクラシックも大好きです！」
- 2020年12月6日 ……担当：角田 まき子  
「デイサービスみんなの架け橋を利用してみませんか」

### 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。）

【哲学】

1 みんな、忙しすぎませんか？

～しんどい時は仏教で考える。～

笑い飯・哲夫，釈 徹宗（しゃく てっしゅう）著 3冊

2019年出版。友達って必要？努力は報われる？お金は好き？24の題目に、僧侶と仏教に造詣が深いお笑い芸人それぞれが回答を書き交わす往



復書簡。「仏教の思考回路」が笑いながら理解できる。

【社会科学】

2 襲撃 ～裏社会で最も恐れられた男たち～

大下 英治（おおした えいじ）著 5冊

2019年出版。力道山刺殺事件、美空ひばりと山口組三代目田岡一雄組長の襲撃未遂事件、打越会組員凄惨射殺事件、長崎市長銃撃事件…。血で血を洗う15の襲撃事件の主役たちに直接取材し、“その瞬間”の生々しい肉声を紹介する。

3 黒い報告書 肉体の悪魔

「週刊新潮」編集部 編 3冊

2020年出版。肉体に潜んだ悪魔の声に突き動かされるかのように、欲に狂い、情に惑い、転落していく男と女…。実際に起きた事件をエロティックに読み物化した『週刊新潮』の連載アンソロジー。

【自然科学】

4 図解 鎌田實医師が実践している認知症にならない29の習慣

鎌田 實（かまたみのる）著 2冊

2020年出版。ふだんの習慣を少し変えて、一生、楽しい生活を続けましょう。72歳になる鎌田實医師が日ごろ実践している認知症予防の習慣を紹介します。コロナに負けない7つの習慣も収録。

【芸術・美術】

5 古関裕而 応援歌（エール）の神様

～激動の昭和を音楽で勇気づけた男～

長尾 剛（ながお たけし）著 4冊

2020年出版。生涯で5000にもものぼる音楽を生み出した、昭和の音楽史を代表する天才作曲家・古関裕而。彼はいかにして激動の時代に、国民から愛される数々の名曲を生み出したのか。妻と共に歩んだ、その知られざる一生に迫る。

【文学】

6 紅の刺客 ～剣客奉行柳生久通 2～

藤 水名子（ふじ みなこ）著 4冊

2019年出版。老中松平定信が襲われ、刺客探しの密命を受けた將軍世嗣の剣術指南役・柳生久通。刺客は「異国の女」との定信のほのめかしに、見世物小屋の娘軽業師に目をつけるのだが…。久通の刺客炙り出しの秘策とは？

7 参謀のホテル ～ラスト チャンス～

江上 剛（えがみ ごう）著 5冊

2020年出版。“再生請負人” 榎村徹夫は、老フィクサーに名門「大和ホテル」の立て直しを依頼され、総支配人に就任。シビアな創業家の社長やクセあり従業員に大苦戦。迫る中国資本による買収の危機、予想外の裏切り…。老舗の看板を守れ！

8 正義の翼 警視庁53教場

吉川 英梨（よしかわ えり）著 5冊

2018年出版。府中市内で交番襲撃事件が発生。警官1人が殺され、五味教場の卒業生も重傷を負った。五味は場長の深川が事件当夜、学校を脱走していたことを知る。これをきっかけに、過去になく団結していた53教場に綻びが生じ…。

9 A わが家は幽世（かくりよ）の貸本屋さん

～あやかしの娘と祓い屋の少年～

忍丸（しのぶまる）著 4冊

2019年出版。〈幽世〉で貸本屋を営むあやかし・東雲に育てられた夏織は、ある日、行き倒れの少年と出会う。困っている人を放っておけない夏織は「あやかし捜し」が目的の少年に手を貸すのだが…。

◇厚労省委託・寄贈点字図書◇

【社会科学】

10 心の青空のとりもどし方

加藤 久雄（かとう ひさお）著 3冊

2017年出版。すべての人の心の奥底にある立ち直る力、「青空」をとりもどすには？小学校の教員兼セラピストの著者が、長年の経験から身につけた技術をわかりやすく伝える。

あんな本こんな本（官能小説）

11 脱がせてあげる

橘 真児（たちばな しんじ）著 4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。

- 平成30年版 少子化社会対策白書（概要版） 全4冊
- 平成29年 社会福祉施設等調査の概況 全2冊
- 平成29年度 地域保健・健康増進事業報告の概況 全1冊
- 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
- にってんボイス . . . . . 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、2020年度の主な文学賞受賞作から、サピエ図書館で完成している作品をご紹介します。

尚、製作館名は、サピエ図書館の略称に基づいています。

夢見る帝国図書館 中島 京子 著

5冊 福井視情セ / 11時間5分 川崎情セ

2019年出版。友人から依頼された「日本で最初の国立図書館の小説」を綴りながら、涙もろい大学教授や飄々たる元芸大生らと共に思い出をたどり、友人の人生と幻の絵本の謎を追う。本を愛した人々の物語。第30回紫式部文学賞受賞。

家族じまい 桜木 紫乃 著

5冊 釧路点図 / 7時間9分 西宮視障

2020年出版。認知症の母と、齢を重ねても横暴な父。両親の老いに姉妹は戸惑い、それぞれ夫との仲も揺れて…。大人の諦観と慈愛に満ちた長編小説。第15回中央公論文芸賞受賞。

逆ソクラテス 伊坂 幸太郎 著

4冊 島根ラ / 6時間28分 西宮視障

2020年出版。敵は、先入観。世界をひっくり返せ！デビュー20年目の著者が描く少年たちの物語。短編5編。第33回柴田錬三郎賞。



潜入ルポamazon帝国 横田 増生 著

6冊 鹿児島視情セ / 14時間47分 福井視情セ

2019年出版。“世界最大の小売企業”アマゾンによって、いまや日本市場は制圧されつつある。果たして、その現場では何が起きているのか。アマゾンのさまざまな現場に忍び込み、「巨大企業の光と影」を明らかにするルポルタージュ。第19回新潮ドキュメント賞受賞。

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11月23日から2020年12月22日）より、一部ご紹介します。

### 【デイジー図書】

漢方主治症総覧

～鍼灸師と漢方家のための薬方・薬物・鍼灸治療の解説～

池田 政一 編著 48時間13分 名古屋情文

2020年出版。230あまりの薬方の使い方を解説し、民間薬や各薬方に用いられる薬物の植物名、科名、品考、修治、薬理・薬効を収録。鍼灸で治療することが多い疾患に用いられる経穴も列記する。主治、薬物名、薬効から検索できる索引付き。

「死」とは何か ～イエール大学で23年連続の人気講義～

シェリー・ケーガン 著 柴田 裕之 訳

14時間29分 大田区声の図

2018年出版。死はなぜ悪いのか。なぜ哲学は「死なないほうが良い」ことを論証できないのか。死の本質について沸き起こる哲学的な疑問の数々を検討する。道徳・哲学・倫理の専門家が「死」をテーマに行うイエール大学の講義を書籍化。

変なおじさん〈完全版〉

志村 けん 著

6時間49分 山形点図

2020年出版。「あいつは変わってる」と言われるのは光栄なことだ。1回きりしかない人生なんだから、自分の好きなように、自分に正直に生きようよ。ドリフの付き人から『全員集合』『加トケン』『だいじょうぶだあ』『バカ殿様』とお笑い一直線。そんな僕の人生をちょっとだけ振り返ってみたヨ。

【点字図書】

心がワクワクして元気が出る！37の旅の物語

西沢 泰生 著 2冊 石川情文セ

2019年出版。旅についての名言、有名人の旅のエピソード、旅に関するよもやま話、旅を演出するプロたちの話…。旅に出た時のような元気がわいてくる言葉と物語を収録。著者の「アメリカ横断ウルトラクイズ」での体験も綴る。

腸がよろこぶ料理

たなか れいこ 著

2冊 奈良視福セ

2016年出版。幸せも健康も腸内に住んでいる細菌たちが握っています。お米、味噌、醤油、オイルを常備して季節の野菜を求めることからはじめてみましょう。腸をいたわる食材、腸を冷やさない夏野菜の食べ方など、腸に効く75レシピを紹介。

北斎になりすました女 ～葛飾応為伝～

檀 乃歩也 著 3冊 島根ウ

2020年出版。表の顔が北斎なら、裏の顔は応為。父娘はふたりでひとつの顔を持っていた。天才の陰に隠れたもう一人の天才、葛飾応為。消えた女絵師の“幻の絵”を追う、美術ノンフィクション。

以上、貸出ご希望の方は、貸出係へお問い合わせください。

## 6 2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。

- 情報化対応支援者研修会（情報機器コース）に職員1名参加  
※ZOOM使用・・・・・・・・・・・・・・・・3日（水）～5日（金）
- 図書選定委員会・・・・・・・・・・・・・・・・10日（水）
- 図書整理日・・・・・・・・・・・・・・・・26日（金）

