

青い森通信

2024年1月号

目次

- 1 センターからのお知らせ 2p
 - (1) 新年を迎えて 2p
 - (2) 録音図書CDの寄贈 2p
 - (3) サピエ停止による貸出休止について 2p
 - (4) 雑誌の紹介 3p
 - (5) 青森県視覚障害者情報センターのサービス、仕事紹介 4p
- 2 新刊録音図書の紹介 5p
- 3 新刊点字図書の紹介 10p
- 4 今月のトピックス 15p
- 5 サピエ図書館新着図書の紹介 16p
- 6 1月のカレンダー 17p

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) 新年を迎えて

青森県視覚障害者情報センター 所長 阿部 優美子

新年あけましておめでとうございます。昨年は、青森県視覚障害者情報センターをご利用いただき誠にありがとうございました。

2024 年も職員一同、ボランティアの皆さまと力をあわせてがんばります。

今年も青森県視覚障害者情報センターをどうぞよろしく願いたします。

(2) 録音図書 CD の寄贈

一般社団法人青森県医薬品配置協会様から、視覚障害者の方々のためにと、CD200 枚の寄贈がありました。

毎年のご奉仕に心から感謝申し上げます。

(3) サピエ停止による貸出休止について

3月4日(月)午前3時から、3月27日(水)午前10時まで、サピエ改修のため、サピエの停止が予定されています。サピエを利用して貸出業務を行う当施設は、サピエの停止に伴い、図書の貸出・検索をお休みさせていただきます。

利用者の皆様には大変ご不便をおかけしますが、ご理解のほどよろしく願いたします。



(4) 雑誌の紹介

全国で製作されている点字・録音（デイジー）雑誌をジャンル別に紹介します。貸出ご希望の方は雑誌担当へご連絡ください。

今月のテーマは「料理」「児童向け」です。タイトル、冊数・時間数、発行頻度、内容の順にご紹介します。製作館名は省略します。

【料理】

栄養と料理

8時間30分

月刊

家族みんなの健康を守るために役立つ情報&レシピが満載。

NHKきょうの料理

2冊／1時間30分

月刊

旬を大切にし、人気食材を使った「つくりやすい」レシピをお届け。

オレンジページ

5時間

月刊

「誰でも手の届く」「やってみたくなる」等身大の情報をお届け。

NTV3分クッキングテキスト

1冊

月刊

「キューピー3分クッキング」（日本テレビ系）放送テキストのほか、美味しい「旬」レシピが満載。

【児童向け】

ジュニアエラ

2冊／5時間

月刊

みんなが知りたい時事ニュースを、朝日新聞の専門記者らがジュニア向けにわかりやすく解説。教科書では学べない新鮮なニュースと深い分析で、中学受験や高校受験の学習にも対応。

(5) 青森県視覚障害者情報センターのサービス、仕事紹介

今月は、先月号でご紹介した「中途視覚障害者への点字触読指導法研修会」の様子をお伝えします。

11月2日(木)、日本点字普及協会理事の加藤三保子氏を講師に迎え、当センターにて中途視覚障害者への点字触読指導法研修会が開催されました。当日は県内各地の点訳奉仕員 16 名の方が参加されました。

加藤氏によると、点字の読み書きができる視覚障害者は全国で約 3 万人。点字が必要だが読み書きできないという方が多くいるとのこと。音声対応の便利な道具等が増えてきていますが、点字の読み書きを習得できれば、「自分でメモを取ることができるのが嬉しい」と感じたり、新たな活動に出会うことができる等、生活意欲の向上につながるとお話しされました。

触読の指導をする際のポイントとして、

- 1 対 1 の対面形式
- L サイズ点字を使用
- 五十音順ではなく認識しやすい点の形から練習する
- 指導者は点字を上下反対の状態でも読めるようにし、学習者の指の動きを観察しながら声掛けする



等が紹介された後、参加者の皆さんは、指導者・学習者に分かれて実技に望みました。約 4 時間にわたる研修でしたが、「あっという間だった！」との声がるほど、熱心に取り組んでいらっしゃいました。

※中途視覚障害者の方で点字習得のための指導をご希望される方は、センターへご連絡ください。

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。）

【哲学】

1 声に出して読みたい旧約聖書〈文語訳〉

齋藤 孝（さいとう たかし）著 7時間23分

2022年出版。「創世記」「アダムとエバ」「ノアの箱舟」など、二千数百年を経て生き抜くユダヤ民族の興亡を書き記した旧約聖書を、格調高い文語訳、名言、詩、西洋絵画などで多面的に味わう。現代語訳と場面解説・ストーリー解説付き。

【社会科学】

2 同調圧力のトリセツ

鴻上 尚史（こうかみ しょうじ），
中野 信子（なかの のぶこ）著 5時間28分

2022年出版。同調圧力の正体や扱い方を知り、コミュニケーションをトレーニングすれば、孤立するでもなく、群れるでもない自分が一番心地良い距離で、社会と関わることができる。脳科学と演劇の垣根を越え、生き方をさぐる痛快対談。

【自然科学】

3 文系のための東大の先生が教える食と栄養

～やさしくわかる！～

加藤 久典（かとう ひさのり）監修 8時間55分

2023年出版。食は健康を支える根幹。食と栄養について理科が苦手でも理解できるよう、各種の栄養素の働きや必要量、人のからだのしくみ、正しい食事の取り方などをイラストや図を交えて、会話形式でわかりやすく解説する。

【技術. 工学】

4 弱い力でも使いやすい頼もしい文具たち

波子（なみこ）著

2時間43分

2022年出版。握る力が半分でいいホッチキス、丸いフォルムで握りやすいカッター、親指を動かすだけで切れるはさみ…。車椅子ライターが厳選した、誰でも使いやすい文具を紹介する。



【文学】

5 シルバー川柳 ～笑いあり、しみじみあり～ 長生き上手編

みやぎシルバーネット, 河出書房新社編集部 編 55分

2023年出版。仙台の高齢者向けフリーペーパー『みやぎシルバーネット』などに投稿された、60～102歳のリアル・シルバーが詠んだ傑作川柳179句を収録。

6 A キッチン・テルちゃん なまけもの繁盛記

堀川（ほりかわ）アサコ 著

7時間20分

2023年出版。新卒で入った会社を1年で辞め、無気力に過ごしていた28歳の米田亜美。親戚の紹介で受けたお惣菜屋の採用面接で、いかに「働くのがキライ」かを説いた亜美だったが、店長のテルちゃんに気に入られ…。波乱万丈&お仕事小説。

7 荒野は群青に染まりて 相剋編

桑原 水菜（くわばら みずな）著

11時間56分

2023年出版。昭和34年。大学へと進学したはずの群青は姿を消し、ありあけ石鱈は倒産の危機から身売りし、赤城は社長からいち社員になっていた…。 “夢” と “欲望” がせめぎ合う、絆と希望の物語。

8 婚活食堂 9

山口 恵以子（やまぐち えいこ）著 6時間8分

2023年出版。「めぐみ食堂」の常連客の友人で介護士の山添ありさは、10年越しの恋を終わらせることができずにいた。一方、恵は、初めて来店した社会福祉法人の経営者から心を寄せられるが…。レシピも掲載。

9 A 死にたがりの完全犯罪と月夜に散る光の雨

山吹（やまぶき）あやめ 著 8時間37分

2023年出版。「もし、俺が生まれつきの犯罪者だったとしたら…」後輩・陽介の目を盗んで「お悩み相談サイト・理系探偵」の紹介文に手を加えた月也。奇妙な謎を解くうちに「ハロウィンの渋谷を壊したい」という物騒な依頼が舞い込んで…。”家族”に縛られる二人のステイホーム・ミステリー第3弾！

10 准教授・高槻彰良の推察 9 境界に立つもの

澤村 御影（さわむら みかげ）著 8時間42分

2023年出版。3年生に進級した尚哉は高槻ゼミの一員となり、グループ発表をやることに。動画サイトで話題の「幽霊トンネル」を題材にしようと現地に赴くも、怪しい現象は起きなかった。しかし帰り際に…。民俗学ミステリ、第9弾。

11 A 東奥文学賞大賞作品 第7回 漆花に捧ぐ

日野 洋三（ひの ようぞう）著 2時間41分

2023年出版。困難や葛藤に対面しつつ漆塗りに向き合い続けた男の執念、彼を支えた家族との強い絆…。江戸時代中期の弘前藩で津軽塗につながる中心的技法を築いた塗師を描いた第7回東奥文学賞大賞作品「漆花に捧ぐ」を選評とともに収録。



◇厚労省委託・寄贈録音図書等◇

【哲学】

12 セネカ 人と思想 186

角田 幸彦（かくた ゆきひこ）著 13時間25分

2014年出版。ローマ帝政の暴虐と化した時代を生き、哲学者・悲劇作家・宮廷政治家のセネカ。キケローと並んで、ヨーロッパ精神史の恩人である彼の人間性に迫る。

【歴史】

13 ビスマルク 人と思想 182

加納 邦光（かのう くにみつ）著 9時間46分

2015年出版。「鉄血宰相」と呼ばれた政治家ビスマルク。私生活と生身の人間像にも注目しつつ、彼の政治と成し遂げたドイツ統一の意味を検証する。

14 ハンナ＝アーレント 人と思想 180

太田 哲男（おおた てつお）著 9時間48分

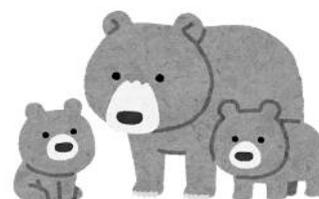
2016年出版。ドイツ出身の政治哲学者ハンナ＝アーレント。アメリカ合州国市民権の獲得までの経歴を紹介し、『全体主義の起源』を中心に彼女の著作を解説する。

【自然科学】

15 正解は一つじゃない 子育てする動物たち

斎藤 慈子（さいとう あつこ）ほか 編 14時間38分

2019年出版。助産師もこなす超イクメンザル（マーモセット）、冬眠中に出産して身を削って子育て（ツキノワグマ）、重複障害児を育てる（チンパンジー）…。いろいろな動物の子育てを紹介し、進化という視点から子育てをとらえなおす。



【芸術. 美術】

16 こじらせ美術館 ナカムラ クニオ 著 3時間52分

2021年出版。歴史に残る芸術は偉大なる「こじらせ」から生まれた！？ゴッホ、ダリなど巨匠たちのエピソードを紹介する。美術鑑賞がもっと楽しくなる美術ネタ帳。

【文学】

17 谷崎潤一郎 人と思想 198

板東 洋介 (ばんどう ようすけ) 著 10時間52分

2020年出版。女性の美しさを描き続け、“無思想”の作家と評された谷崎潤一郎。彼が持っていた「思想」や「哲学」の内実を、日本思想史の流れの中から捉える。

18 スタール夫人 人と思想 185

佐藤 夏生 (さとう なつお) 著 7時間27分

2015年出版。フランス革命時にロマン主義理論を確立した文学者スタール夫人は、政治・社会・文化の広い領域にわたる著作も残している。彼女の生涯と思想を描き出す。

あんな本こんな本 (官能小説)

19 銀座飾窓夫人

南里 征典 (なんり せいてん) 著 8時間12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 CD 1枚

(2023年10月22日～2023年11月12日放送分収録)

- ・2023年10月22日・・・・・・・・担当：小田垣 康次
「これが点字だ」

- 2023年10月29日・・・・・・・・・・担当：角田 まき子
「我が人生を語る」
- 2023年11月5日・・・・・・・・・・担当：棟方 庸子
「就労移行 A-Run（アラン）
障害のある方の働きたいを支援します」
- 2023年11月12日・・・・・・・・・・担当：小田垣 妙子
「2023の秋」

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 般若経 ～空の世界～
梶山 雄一（かじやま ゆういち）著 4冊

2022年出版。ものへの執着と輪廻の恐怖から人々を解放した「般若経」。原型成立以降、度重なる翻訳や加筆によって難解になった大教典を〈空思想〉の泰斗が解説。

【歴史】

2 A 青森の暮らし 2023年夏号 No.439 青森の焼きそば
グラフ青森 編集 2冊

2023年出版。『青森の暮らし』は、青森に住む人々の生き甲斐や思いを伝える雑誌です。本号では、青森で長年愛され続ける焼きそばの味や、新たにオープンしたお店の想いやこだわりを紹介します。



【技術. 工学】

3 5キロ痩せたら100万円 ～「健康」は最高の節約～

荻原 博子（おぎわら ひろこ）著 2冊

2023年出版。メタボを放置すると医療費は2.5倍！散歩で保険料が安くなるのは本当？自身の経験と詳細なデータをもとに、“病気になると損” “健康は得”の根拠と対策を明かす。知らないと損する医療費の真実&家計防衛術が満載。

【芸術. 美術】

4 野村克也は東北で幸せだったのか

金野 正之（この まさゆき）著 4冊

2023年出版。野村克也は東北で何を成し遂げようとしたのか？爆弾を抱えた肉体、看取りの秘話…。東北楽天時代の地元紙・野村番記者が、名将との日々を記す。

【文学】

5 A 鬼どんと弥十郎 [児童書]

高森 美由紀（たかもり みゆき）文 ほか 1冊

2022年出版。むかしむかし、岩木山の奥深くには、すもうが大好きな鬼がすんでいました。ある時、鬼とすもうをとった男が、鬼に気に入られ…。青森県弘前市の鬼沢地区に伝わる鬼伝説を絵本化。小山隆秀の解説「津軽の鬼たちの系譜」も収録。

6 朝比奈凜之助捕物暦 2 駆け落ち無情

千野 隆司（ちの たかし）著 3冊

2023年出版。河岸の船具小屋で付火があり、焼け跡から死体が発見された。報せを聞いた定町廻り同心の朝比奈凜之助は、早速探索をはじめ。同じ頃、祝言を控えた薬種問屋の娘が姿を消し、蝋燭問屋が賊に襲われる事件が相次いで起こり…。

7 刑事ダ・ヴィンチ

加藤 実秋（かとう みあき）著 4冊

2023年出版。4人の子を育てながら家事に仕事に奮闘する刑事、小暮時生は、東京藝大絵画科卒の「ダ・ヴィンチ刑事」南雲士郎とバディを組むことに。ふたりにはコールドケースとなった連続猟奇殺人事件を共に追った過去があり…。

8 芥子はミツバチを抱き

藍内 友紀（あいうち ゆき）著 6冊

2023年出版。ドローンレースの大会で起きた爆弾テロの実行犯として疑いをかけられ日本に居られなくなった少年イエリコは、母の遠縁を名乗るマルグッドと旅に出ることに。そこで出会ったのは、歌声でドローンを制御する少年少女たちで…。

9 結婚式

山田 邦子（やまだ くにこ）著 3冊

1991年出版。いろいろあったけど…。複雑な想いを抱えて「幸福の儀式」に集まった5人の女性たちに訪れる、様々なハッピー・スタートの形。あなたのための実用的恋愛・結婚小説。

10 ここが終の住処かもね

久田 恵（ひさだ めぐみ）著 3冊

2022年出版。70代のシングルマザー。都会から移住した「サ高住」で気ままに暮らしていたが…。いまどきアクティブシニアのリアルな本音と暮らしをいきいきと描いたシニア小説。

11 A バールの正しい使い方

青本 雪平（あおもと ゆきひら）著 5冊

2022年出版。転校を繰り返す小学4年生の礼恩が、行く先々で出会うクラスメイトは嘘つきばかり。さらにはどの学校でもバールについての噂が出回っていた。やがて礼恩は、バールを手にとり…。スクールミステリ。

◇厚労省委託・寄贈点字図書◇

【歴史】

12 「慰安婦」問題ってなんだろう？ ～あなたと考えたい
戦争で傷つけられた女性たちのこと～ [児童書]

梁 澄子 (ヤン チンジャ) 著 3冊

2022年出版。性暴力のない、戦争のない、誰も犠牲にならない社会を目指して。日韓政治問題のように語られることの多い「慰安婦」問題を、戦争で傷つけられた女性たちのこととして見つめ直し、問題の本質に迫る。

【言語】

13 どうぶつ英語フレーズ大集合！

河本 望 (かわもと のぞむ) 著 2冊

2021年出版。White Elephant(白い象)、Swan Song(白鳥の歌)…動物が出て来る英語のことわざ・熟語・慣用句をイラストとともに紹介。

【文学】

14 アイドルが好き！ [児童書]

イノウエ ミホコ 作 2冊

2021年出版。14歳のタマキは、K-POPアイドル“ノババ”の熱狂的なファン。そんなある日、「ノババ来日」というニュースが届き…。K-POPアイドルが縁で出会った3人の中学生が、「好き！」のチカラで世界とつながる物語。

15 風雷きんとん お江戸豆吉 3 [児童書]

桐生 環 (きりゅう たまき) 作 2冊

2022年出版。豆吉がスリにあい、若旦那が激怒！しかし犯人は子どものようだった。事情があるのかもしれないと思った豆吉は3日間猶予をもらい、自分で探し出すことに…。「豆吉のお江戸豆ちしき」も収録。

16 れんこちゃんのさがしもの〔児童書〕

戸森（ともり）しるこ 作 1冊

2021年出版。誕生日に自分の包丁を買ってもらったれおくんが、ある日れんこんを切ると、れんこんが話したし…。料理好きの男の子とれんこんの女の子の不思議な冒険。

あんな本こんな本（官能小説）

17 愛と欲望の深夜バス

霧原 一輝（きりはら かずき）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。

- ・令和4年版 自殺対策白書（概要版）・・・・・・・・・・・・・・・・全3冊
- ・令和3年度 福祉行政報告例の概況・・・・・・・・・・・・・・・・全1冊
- ・令和2年版 厚生労働白書・・・・・・・・・・・・・・・・全6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
- ・にってんブレイル・・・・・・・・・・・・・・・・日本点字図書館 発行
- ・広報あおもり・・・・・・・・・・・・・・・・青森市 発行
- ・点字毎日・・・・・・・・・・・・・・・・毎日新聞社 発行



4 今月のトピックス

アンケートで「文学賞（の候補に入ったが）受賞できなかった人を紹介してほしい」というご意見をいただきました。そこで今月は、「氷柱の声」が芥川賞候補となったくどうれいん氏をご紹介します。

氏は、岩手県出身・在住の94年生まれの歌人で、児童文学やエッセイも出版しています。初の小説が第165回芥川賞候補作となりました。また、昨年の夏には弘前れんが倉庫美術館でトークイベントが開催されました。

ご紹介する図書製作館名は省略します。

水中で口笛

1冊 / 56分

2021年出版。夕暮れを先に喻えたひとが負けなのに負けたいひとばかりいる わたしだって空に吸われて死にたいよシャツ振り回しふりまわし干す 高校生から社会人になるまでの作品から選んだ第1歌集。

氷柱の声

2冊 / 3時間1分

2021年出版。語れないと思っていたこと、言葉にできなかったこと…。東日本大震災が起きたとき盛岡の高校生だった伊智花の、それからの10年の時間をたどり、人びとの経験や思いを語る声を紡ぐ、著者初の小説。

わたしを空腹にしないほうがいい

1冊 / 1時間46分

2018年出版。盛岡在住の歌人が2016年6月に俳句のウェブマガジン「スピカ」に連載した、俳句と食にまつわるエッセイをまとめたもの。

桃を煮るひと

点字なし / 2時間53分

2023年出版。家事なんかしてる暇ないくらい忙しい自分と、いきいきと夕飯を作る自分をどうしても両方やりたい…。著者の最新エッセイ集。

以上、貸出ご希望の方は、貸出係へお問い合わせください。

【点字図書】

9割が間違っている「たんぱく質」の摂り方

金津 里佳 (かなづ りか) 著 2冊

2023年出版。お腹を壊しやすい、胃もたれ、疲れやすい、よく眠れないといった不調はたんぱく質の摂り方が原因。最新栄養学でわかった、たんぱく質をきちんと消化吸収できる食べ方を紹介する。

カツオが磯野家を片づける日 ～後悔しない「親の家」片づけ入門～

渡部 亜矢 (わたなべ あや) 著 3冊

2016年出版。思い出の品をどうする？空き家を防ぐには何を？実家が散らかる原因と対策、片づけ方のポイントを、国民的アニメ「サザエさん」の磯野家をモデルに、わかりやすく解き明かします。

ぼくはあと何回、満月を見るだろう

坂本 龍一 (さかもと りゅういち) 著 5冊

2023年出版。自らに残された時間を悟り、教授は語り始めた。創作や社会運動を支える哲学、国境を越えた多彩な活動、坂本家の歴史と家族に対する想い、ガンと共に生きること…。最晩年までの足跡を未来に遺す自伝。

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 1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。

- ・ 仕事始め 4日 (木)
- ・ 図書選定委員会 18日 (木)
- ・ 目録研修会 (Zoom) に職員1名参加 25日 (木)
- ・ 図書整理日 31日 (水)