

# すばる

2025 年 12 月号



ルミエールフェスタ 2025 声と点字の図書館ブースの様子



**オーテピア高知声と点字の図書館**  
OTEPIA Kochi Talking Book & Braille Library

通算 391 号

## 目次

☆声と点字の図書館からのお知らせ……………	1 ページ
☆製作図書選書会からのお知らせ……………	2 ページ
☆情報支援アラカルト……………	3 ページ
☆ルミエールサロンからこんにちは……………	4 ページ

### ☆新刊図書紹介

音声デイジー図書(1 から 8)……………	6 ページ
点字図書(21 から 50)……………	8 ページ

### ☆読書のすすめ

音声デイジー図書(51 から 70)……………	15 ページ
点字図書(71 から 90)……………	19 ページ

### ☆司書の掘り出し物

点字図書(91 から 95)……………	23 ページ
---------------------	--------

# 声と点字の図書館からのお知らせ

## ●開館時間

火曜日から金曜日：9時から20時まで

土曜日：9時から18時まで

日曜日・祝日：9時から18時まで

## ●休館日 令和7年度

月曜日（祝日の場合は開館）／毎月第3金曜日（8月および祝日を除く。）

資料特別整理期間（令和7年度は8月10日から13日まで）

年末年始（12月29日から1月5日まで）

令和8年2月20日（金曜日）は第3金曜日ですが、開館します。

令和8年2月24日（火曜日）は休館します。

## ●【重要】年内の本のリクエストについてのお願い

年末は本のリクエストが大変多くなります。リクエストのご連絡はお早めをお願いします。なお、年内にお届けするためには、12月18日（木曜日）までにご連絡ください。ご理解ご協力をよろしくお願いします。

なお、年末は休館日を除き、12月28日（日曜日）まで開館し、新年は1月6日（火曜日）から開館します。

## ●点字版『お金に関するトラブルに巻き込まれないために』配布のお知らせ

高知県金融広報委員会（日本銀行）が発行した、点字版『お金に関するトラブルに巻き込まれないために』をご希望の方に配布いたします。

悪質な消費者トラブルや特殊詐欺被害にあわないために作成された注意喚起用の資料です。ご希望の方は、声と点字の図書館（電話：088-823-9488）へご連絡ください。なお、この資料は、点字版のみとなっております。

## 製作図書選書会からのお知らせ

### ●選書委員を募集 これから作る本と一緒に選びませんか？

高知声と点字の図書館では、点字・録音により製作する本を選ぶ「製作図書選書会」を設置しています。皆さまからの幅広いご意見を取り入れるため、選書会に参加してくれる方（選書委員）を下記のとおり募集します。

選書会・選書委員の詳しい内容については別紙「選書委員を募集」で案内しています。

任期：令和8年1月から令和8年12月（1年間）

応募先：高知声と点字の図書館

〒780-0842 高知市追手筋2丁目1-1 オーテピア1階

電話 088-823-9488

メール [kc-120200@city.kochi.lg.jp](mailto:kc-120200@city.kochi.lg.jp)

応募方法：電話またはメールにて、お名前・ご住所・電話番号をお知らせください。

募集締め切り：令和7年12月23日（火曜）正午

### 賢いスマートフォンの契約方法

情報支援担当の脇水です。年末ともなると、改めて毎月の生活費が気になるところで、今月は、通信費見直しのお話です。

スマートフォンは、電話回線とネット回線の二種類によって接続されています。

普段はあまり意識しませんが、月々の通信費を見直したい時には着目したい項目です。

電話回線とは、シンプルに電話を掛けるときに必要なもので、30 秒 20 円を基本として、かけ放題オプションや、何分以内なら何回掛けても構わないといった料金プランが、各携帯会社から提示されています。電話はあまり掛けないという人なら基本料金のままで良いでしょうし、電話を頻繁に掛ける、あるいは長時間利用するのなら、オプションを契約の方がお得になります。

一方、ネット回線はウェブサイトや動画を見たり、文字や画像のやり取りをしたりするのに必要なもので、月あたり何ギガまで利用可能といったプランと、最近では無制限プランといったものも出てきています。ネット回線の料金プランを選ぶポイントは、自宅に専用のインターネット回線を引いているかどうかで変わってきます。自宅にインターネットを引いている場合には、自宅のネットにスマートフォンを接続するのが合理的ですので、外出先で大量のギガ数を消費しないということなら、少ないギガ数で契約するのがお得です。

たくさんのギガを必要とするかどうかは、どれだけオンライン上で画像をやり取りするかによって決まってきます。

たとえば、外出先で YouTube を長時間見るとか、オンラインゲームで頻繁に遊ぶとか、小まめにビデオ通話を利用する機会があるかどうかなどで、ギガ数を調整する必要があります。自宅以外での利用がそれほどない時には少ないギガ数を、自宅以外でもたくさん利用する時や、あるいは自宅にインターネット回線を引いていない場合には、余裕をもって多めのギガ数を契約するのが良いでしょう。

仕組みが理解できれば、通信費のスリム化にもつながります。ご自身にあった、最適な通信プランをご検討ください。

今年も一年、ご愛読いただきありがとうございました。皆様、どうぞ良いお年をお迎えください。

## ルミエールサロンからこんにちは

すばる読者の皆さま、ルミエールサロンの金平です。

今年は、あっという間に秋が終わり寒い季節を迎えました。風邪など体調管理にはお気を付けください。

### 1. 耳で聴くハザードマップ高知県版公開のお知らせ

耳で聞くハザードマップとは、スマートフォンの専用のアプリを使用し、現在地や検索した場所のハザードマップ（災害情報）の情報を音声読み上げて確認することができます。

また、現在地の最寄りの避難場所までの経路を音声や振動で誘導したり、現在地や検索した場所で発表されている警報や注意報、避難情報を音声で確認することができます。

これまで、全国の自治体で導入されてきましたが、ついに高知県も利用可能となりました。スマートフォンをお持ちの方はぜひ音声コード読み取りアプリである「Uni-Voice Blind」をダウンロードして災害にそなえましょう。

### 2. 見えない見えにくい方のための iPhone 教室

ルミエールサロンで、見えない見えにくい方のための iPhone の使い方教室を開催します。対象となる方は見えない、見えにくい方で、iPhone を持っていないけれどもご興味がある方、すでに持っているけれども新しい使い方を知りたい方です。

初めての方は、電話のかけ方や基本操作など、音声操作で可能な使い方について説明します。すでに持っている方には、視覚障害者用のアプリ（ビーマイアイズやシーイングAI）など情報取得の助けとなるものを紹介します。（金融機関や買い物アプリなど金銭を取り扱うアプリの紹介はできません。また通信会社などの紹介はできません。）事前予約制ですので、ご希望の方は開催日の1週間前までに必ず事前にご連絡をください。

●開催日時：毎月第2木曜日 13時から14時30分

●申込締切：開催日の1週間前

●定員：各回2人（先着順）

●場所：視覚障害者向け機器展示室 ルミエールサロン

高知市大膳町6-32 県立盲学校内

●対象：高知県内在住の視覚障害者

●申込方法：電話 088-823-8820（ルミエールサロン）

※ご都合がつかない場合は、個別で対応させていただきますのでご相談ください。

### 3 ルミエールサロンの利用方法

ご見学希望の方は、必ず事前にお電話をください。

ルミエールサロンでは、ご自宅に相談員が訪問する事もできます。出張費や利用料はありませんので、お気軽にお問い合わせください。

開設日：月曜日から金曜日 9時から17時まで

場所：高知市大膳町 6-32（高知県立盲学校内）

ご見学希望の方は、居住地によって申込先が異なります。

高知市にお住まいの方は、高知市障がい福祉課

電話：088-823-9378（担当：須藤、渋谷）

高知市以外にお住まいの方はルミエールサロン

電話：088-823-8820（担当：金平、日浦、中川）

※指導員不在の場合は、すぐに転送となります。転送後、電話に出ない場合は留守番電話となりますので、お名前と電話番号を録音ください。近日中に折り返しご連絡いたします。

## 新刊図書紹介

新しく蔵書にした図書を紹介します。

音声デイジー図書とは、活字図書を音声で読み上げて録音・編集したものです。  
デイジーでは、任意のページへの移動ができます。

### 〈音声デイジー図書〉 ※1 から 8 まで

#### ☆高知声と点字の図書館製作図書

#### 12 の 1 赤い星のチョウを追え！

谷本 雄治 著／文研出版／2 時間／秋本 美津 音訳・編集／堀見 篤子・小原 彰子 校正

たまたまみつけたヘンな虫。正体不明のまま観察・調査を続けると、意外な事実がうかび上がり…。自ら調べる楽しさを知り、生き物と人間生活とのかかわり、外来種問題などを考えるきっかけになる自然観察ノンフィクション。

#### 12 の 2 川烏 傑作時代小説 介錯人別所龍玄始末 2

辻堂 魁 著／光文社／9 時間 16 分／堀内 淳子 音訳・編集／上杉 節子・横田 美恵子 校正

不浄な「首斬人」を継いだ龍玄。親子三代の中で一番の腕利きとなった彼の元には、お家の事情を抱える武士から、屠腹するときの介添役を依頼されるようになり…。凄腕介錯人の清冽な生き様を描く。

#### 12 の 3 人生の整理学 読まれる自分史を書く

外山 滋比古 著／イースト・プレス／2 時間 57 分／北添 静 音訳・編集／川田 美子・秋本 美津 校正

無我夢中で歩んできた人生にちょっと一息。これまでをふりかえってみませんか？「思考の整理学」の著者が、自分史を書くコツ＝「人生の整理学」を伝授。知的に〈老い〉を愉しむヒントが満載。

#### 12 の 4 正しい言葉遣い 美しい日本語を話したい人のために

末岡 実 著／阿部出版／7 時間 3 分／池川 千晶 音訳・編集／中野 加壽代・藤永 洋子 校正

「その場だけの間に合わせ」は、なおざり？おざなり？「かつを入れる」の「かつ」は、喝？活？間違いやすい慣用句やことわざ、故事成語、日常よく使う熟語の読み書きなどを広く取り上げて解説する。

## ☆寄贈・委託図書

### 12の5 声の雑誌さくら草 2025年11月号

朗読ボランティア さくら草 編／2時間36分

新聞、雑誌から抜粋した時事ネタや生活情報を掲載した月刊誌。11月号は、日本経済新聞「盛岡の施設『視覚障害者に発見を』」、東京新聞「障害者は四つ葉のクローバー」など28タイトルを収録。

### 12の6 池波正太郎短編集（新日曜名作座）

池波正太郎 原作／NHK厚生文化事業団 発行／2時間59分

6回放送された番組（おみよは見た／雨の杖つき坂／白浪看板／正月四日の客／おせん／平松屋おみつ）を1枚のCDに収録。

### 12の7 お順（新日曜名作座）

諸田 玲子 原作／NHK厚生文化事業団 発行／3時間2分

激動の時代に舵をとった勝海舟の妹であり、佐久間象山の妻であった一人の女の、意志強く愛情にあふれた波瀾万丈の人生。お順の生き方を通して、勝海舟の人となり、そして幕末の日本を動かした人々の姿を鮮やかに描く。

### 12の8 スイートメモリーズ（FMシアター）

松田 裕志 作・脚本／NHK厚生文化事業団 発行／52分

夫に先立たれ一人暮らしをしている70代の主人公。家族のためにと家庭を顧みず共働きでがんばってきた人生だったが、子供の頃あまり一緒にいてやれなかったことがわだかまりとなり、娘ときちんと向きあえない。そんな彼女が大切に共に過ごしているのが「ロボット犬」のポーちゃん。だが、ある日不具合を起こし…。生き物の替わりだった機械が気付かせる、心と心のふれあいの物語。

## 〈点字図書〉 ※21 から 50 まで

### ☆高知声と点字の図書館製作図書

#### 12 の 21 あなたの話はきちんと伝わっていますか? 「頭のいい人」の 説明の公式

石田 一洋 著/総合法令出版/2 巻/山田 裕子 点訳/村上 紀子・西岡 小百合 校正

大事なことから伝える、ツカミに笑いは不要、理由は3つ用意する、信頼できる情報に仕上げる…。説明が苦手な人に向けて、アナウンサー歴20年以上の著者が、伝わる「説明の公式」を紹介。

#### 12 の 22 アホになる修行 横尾忠則言葉集

横尾 忠則 著/イースト・プレス/1 巻/川添 富治子 点訳/吉田 章子・安部 あゆみ 校正

自由を獲得するためには、頭ではなく身体の言うことを聞くこと、すなわち、アホになることである…。横尾忠則のここ20年間の代表的な著作や対話などから、自由に生きるための言葉を紹介。

#### 12 の 23 アメリカで35年暮らした僕が妻の田舎に移住して見つけた人生でいちばん大切なこと

マックス 桐島 著/実務教育出版/3 巻/佐々木 弘子 点訳/田井 雅・森川 知津佳 校正

妻の余生を全うするために、絶頂期のキャリアを捨てて日本に帰国したハリウッド映画プロデューサー。失意と焦燥の田舎暮らしの先に、新鮮な驚きを感じ…。体験から生まれた日本論エッセイ。

#### 12 の 24 宇宙飛行士ビッグスの冒険(SF名作コレクション 11)

ネルソン・ボンド 作/亀山 龍樹 訳/岩崎書店/3 巻/生田 明子 点訳/横山 節子・小松 弘恵 校正

コウノトリが竹馬に乗っているようなひよろ長い姿をしたビッグスは、航空界のかわりだね。宇宙貨物船サタン号の一等航空士であるビッグスの宇宙行状記。彼が船長になるまでの物語を紹介。

## 12の25 虚ろなる十月の夜に

ロジャー・ゼラズニイ 著/森瀬 繚 訳/竹書房/5巻/芝藤 邦美 点訳/小松 弘恵・山田 裕子 校正

〈閉じる者〉と〈開く者〉、旧き神々を崇拝する者たちとそれを阻止せんとする者たちの、世界の変革と保持を巡る戦い。切り裂きジャックや名探偵ホームズが、旧き神々に対峙する！ ネビュラ賞候補作ともなった、著者最後の長篇。

## 12の26 おかえり、インソップ村へ

寺谷 純一郎 著/文芸社/4巻/内田 美潮 点訳/宮田 和代・岡崎 満枝 校正

よく見りゃ誰かに似ている動物たちが人間界を一刀両断する。「羊の皮を着たオオカミ」など、インソップ童話をもとにブラックなスパイスを効かせた大人の童話集、第2弾。著者は高知県出身。

## 12の27 けんこうだいいち

マンロー・リーフ さく/わたなべ しげお やく/復刊ドットコム/1巻/渡辺 美香 点訳/島田 和子・諸木 佳子 校正

食べ物の好き嫌い、運動、休むこと、寝ること、清潔が大切…。子どもの日常生活の中で健康でいるために大切なことを、ユーモラスに、わかりやすく教えてくれるユニークな絵本を復刊。

## 12の28 こわくておかしいおばけ話(声に出して、演じる子ども落語)

たかしま 風太 文/PHP研究所/1巻/村山 嘉那 点訳/吉井 淳一・山田 裕子 校正

昼間に出たがる幽霊、毎晩出るのは疲れると手抜きをする幽霊…。茶目っ気のあるおばけや幽霊が登場する落語や小ばなしを紹介。友だちと演じられる落語まんざいやコントなども収録。

## 12の29 3年間ホケツだった僕がドイツでサッカー指導者になった話(世界をカエルー10代からの羅針盤ー)

中野 吉之伴 著/理論社/2巻/野並 亜紀 点訳/宮田 和代・山田 裕子 校正

上手くないからといって、プレーする権利がないなんてことはない…。高校3年間、ホケツだったサッカー指導者が、ドイツサッカーに憧れて、好きなことをあきらめずに歩んだ道のりを綴る。

## 12の30 時間と空間の冒険 世界のSF短編集

(SF名作コレクション 10)

福島 正実 編/岩崎書店/2巻/横山 節子 点訳/西本 時子・芝藤 邦美 校正

ロボットSFで有名なアシモフの「AL76号の発明」、アメリカのミスターSFと呼ばれる作家ハインラインの「次元旅行」など、5人の有名なSF作家による、楽しく読めるSF短編5編を収録。

## 12の31 「時代」を切り拓いた女性たち 国境を越えた14人の闘い

原野 城治 著/花伝社/5巻/吉井 淳一 点訳/府川 史・手島 博子 校正

女性教育に「光と力」を与えた津田梅子、占領下の女性政策に深く関与した加藤シヅエ…。海外との関係や国際的な接点を持ちながら、新しい「女性の時代」を切り拓いた女性たちの足跡を追う。

## 12の32 就労支援物語

神山 包 著/羽衣出版/2巻/芝藤 邦美 点訳/山本 憲夫・森川 知津佳 校正

生活保護受給者のキャリアコンサルタントである「就労支援専門員」という、ケースワーカーのバックアップをする専門職に就く著者が、実例を基にその仕事を綴る。就労支援専門員のための教訓も掲載。

## 12の33 中国の世界遺産を旅する 響き合う歴史と文化

湯浅 邦弘 著/中央公論新社/3巻/小松 弘恵 点訳/宮田 和代・三宮 禮子 校正

兵馬俑の真の価値とは何か。敦煌文書に記された古代の思想とは。中国古典に精通した著者が、中国の世界遺産7件を精選し、歴史的背景をふまえながら、それぞれの史跡をたどる。

## 12の34 つなぐ日々を生きる

西内 末子 かたりびと/鶴岡 香代 ききがきすと/新Ryoma21/1巻/吉井 淳一 点訳/村山 嘉那・細美 淑子 校正

西内さんの幼少期の戦争体験から今日までのご自身の物語を聞き書きしたもの。昭和から令和と続く長い年月の間の出会いを丁寧に紡いでこられた方で、高知ならではの台風災害や家族との別れなども織り込まれている。

## 12の35 鉄人衣笠

関屋 敏隆 著/小学館/1巻/渡辺 美香 点訳/島田 和子・諸木 佳子 校正

限りなく野球を愛した男…。けがにもスランプにも負けず、連続出場の世界記録をうちたて、国民栄誉賞も受賞した元広島東洋カープの衣笠祥雄のかがやける道のりを描いた伝記絵本。

## 12の36 秘密文庫 1話10分

日本児童文芸家協会 編/新星出版社/2巻/吉田 章子 点訳/川添 富治子・山田 裕子 校正

ここは、とある町のはずれにあるちょっと不思議な古本屋。あなたが読みたいと思う本が、きっと見つかる…。「トルソーの恋」など、1話10分で読める、「秘密」がテーマのアンソロジー。

## 12の37 百万の太陽(SF名作コレクション 9)

福島 正実 作/岩崎書店/3巻/嶋崎 祐子 点訳/久保 佐紀・諸木 佳子 校正

次々におこる異常現象に地球は大パニック。「核兵器廃棄ライソゲ」という宇宙人からのメッセージは、陰謀なのか、警告なのか。原作は1964年に放送されたNHKの連続ラジオドラマ。

## 12の38 僕らはいつも旅の途中

共生社会の未来をひらく5人の実践者たち

曾根 直樹 監修/水流 源彦 ほか 著/中央法規出版/4巻/諸木 佳子 点訳/佐々木 弘子・藤田 久子 校正

共生社会を実現するために、何ができるのか。地域づくりを実践する5人が、自身の取り組みを振り返り、障害福祉の今と未来を綴る。障がいのある人が地域で豊かに暮らすための工夫や人材確保などについても語りあう。

## 12の39 ミスをしない選手

鳥谷 敬 著/PHP研究所/3巻/藤田 久子 点訳/森川 知津佳・八木 桃代 校正

「ミスをするな」では解決策にならない! 数々の記録をもつレジェンドが、阪神タイガースの内野陣や現役名手たちの守備を分析。エラーをしないために自身が行っていたことも伝える。

## 12の40 よりぬき日本の昔話 ももたろうほか

小澤 俊夫 再話/福音館書店/1 巻/島田 和子 点訳/三宮 季里・山田 裕子 校正

昔話本来の語りを忠実に再話した昔話集。「舌切りすずめ」「こぶ取りじい」「雪おなご」など、福音館書店刊『日本の昔話』全5巻から厳選された、バラエティ豊かな12話を収録。

## 12の41 リトル・マーメイド

STEP1〈300-word Level〉(ステップラダー・シリーズ)

ハンス・クリスチャン・アンデルセン 原著/アンドリュー・ロビンス リライト/IBCパブリッシング

/1 巻/安部 あゆみ 点訳/山田 裕子・手島 博子 校正

人魚の王国の王様と6人の娘。美しい末娘は、船に乗る王子に恋をして…。人間になりたいと願ったリトル・マーメイドが迎える結末とは。名作「人魚姫」をやさしい英語で収録。(英語点訳UEB版)

## ☆購入図書

### 12の42 <おてがるBOOK80> おいしいご当地駅みやげ大百科 お菓子・スイーツ編 ②

京都ライトハウス情報製作センター 編/1 巻

駅で買える「お菓子・スイーツ系」のおみやげに注目。日本の駅構内、駅直結の商業施設、駅前店舗で手に入るご当地おみやげを厳選紹介。第2弾は、北陸・甲信越、東海、近畿の駅。

### 12の43 50歳からのこれでグッスリ!!眠りの習慣 ②

(ライト★シリーズ 39)

京都ライトハウス情報製作センター 編/1 巻

精神科医の著者が快眠テクニックを紹介。第2弾は、眠る前の心の整え方、目覚めを気持ちよくする方法、食事法を解説。『50歳からのこれでグッスリ!!眠りの習慣』を一部抜粋。

### 12の44 <1/2文庫シリーズ91> 大原千鶴のひとり分ごはん ②

京都ライトハウス情報製作センター 編/1 巻

日々の食事を少しぜいたくに。好きな味を少しだけ楽しめるのがひとり分の醍醐味。香辛料がクセになる「ひとりエスニック」や、「ひとり晩酌」、しめの一品まで味わう「ひとり小鍋」を紹介。

## ☆寄贈・委託図書

### 12の45 宮沢賢治詩集(にほんの詩集)

宮沢 賢治 著/角川春樹事務所/1 巻

東北の風土、仏教信仰、そして農民の生活に根ざした独自の生命観をもとに、言葉とイメージを無限の宇宙まで広げ、解き放った宮沢賢治。「春と修羅」「雨ニモマケズ」などの名詩を厳選。

## [厚生労働省委託図書]

### 12の46 クリスマスの女の子(四つの人形のお話 3)

ルーマー・ゴッデン 作/久慈 美貴 訳/徳間書店/1 巻

クリスマスイブ、おもちゃ屋の棚にならんだ人形のホリーは、持ち主になってくれる子どもを待っていたが…。物語の名手が、人形と子どもたちをあたたく描いた珠玉の幼年童話を復刊。

### 12の47 せっしゃ、なべぶぎようでござる!

しめの ゆき 作/ポプラ社/1 巻

普段は仲良しの鍋田一家。しかし食べ物の好みがばらばらで、冬はなべをめぐる大激闘! 「みんなで仲良くひとつのなべをたべたい」という末っ子の願いを叶えようと現れたのは…。

### 12の48 ふしぎなようせい人形(四つの人形のお話 4)

ルーマー・ゴッデン 作/久慈 美貴 訳/徳間書店/1 巻

末っ子のエリザベスは、いつも失敗ばかり。でも、おまもりにもらったようせいの人形が、なんでも助けてくれて…。物語の名手が、人形と子どもたちをあたたく描いた珠玉の幼年童話を復刊。

### 12の49 ポケットのなかのジェーン(四つの人形のお話 1)

ルーマー・ゴッデン 作/久慈 美貴 訳/徳間書店/1 巻

外につれてって、と願う小さな人形ジェーン。ある日、元気な男の子がジェーンをポケットに入れて、外へ遊びにいき…。物語の名手が、人形と子どもたちをあたたく描いた珠玉の幼年童話を復刊。

## 12の50 ゆうえんちのわたあめちゃん(四つの人形のお話 2)

ルーマー・ゴッデン 作/久慈 美貴 訳/徳間書店/1巻

人形のわたあめちゃんは、移動遊園地にある店の幸せのおまもり。ところが、わがままな女の子にさらわれて…。物語の名手が、人形と子どもたちをあたたく描いた珠玉の幼年童話を復刊。

## 読書のすすめ

最近完成した他館製作のものを中心に、サピエ図書館からお勧めの音声デージー・点字図書各 20 冊をご紹介します。タイトル、著者、デージー図書は録音時間、点字図書は巻数、内容の順です。別媒体がある場合は表示しています。

### 〈音声デージー図書〉 ※51 から 70 まで

#### 12 の 51 真実の幻影 堂場 瞬一 著 12 時間 46 分

俺は何を暴こうとしているんだ。ノンフィクション連載を担当する東日新聞の高岡。彼は、30 年以上前に発生した未解決の女儿誘拐事件を調べるうちに、当時の県警の不可解な動きが次々と浮かび上がってくる。やがて「取材から手を引け」という脅迫まで受けることになり…。記者の視点から警察に鋭く切り込むサスペンス。

#### 12 の 52 責任 浅野 皓生 著 8 時間 19 分

あのとき、俺が追わなければ。刑事の松野が職務質問した車両が急発進して交差点に突っ込み、運転手の藤池と通りかかった車の家族が死亡した。藤池は事故直前に強盗致傷事件を起こしていたと判明。冤罪を疑う藤池の両親から再捜査を嘆願された松野は自責の念から引き受けるが…。横溝正史ミステリ&ホラー大賞優秀賞受賞作!

#### 12 の 53 謎の香りはパン屋から 土屋 うさぎ 著 7 時間 59 分

大学生の小春はパン屋でアルバイトをしている。あるとき親友の由貴子と一緒にいくはずだったライブビューイングをドタキャンされてしまう。誘ってきたのは彼女のほうなのに、なぜ?小春は彼女の行動を振り返り、意外な真相に辿りつく。焼きたてのパンの香りが広がるく日常の謎>ミステリー!第 23 回『このミステリーがすごい!』大賞受賞作。

#### 12 の 54 流警 新生美術館ジャック 松嶋 智左 著 7 時間 59 分

人命か、20 億か。新設の県立美術館で爆発音が鳴り響き、立てこもり事件発生。館内には副知事と女子小学生、変人キャリア警視正の孔泉が取り残された。犯人側の要求は現金 10 億と、ある展示品が盗作であることの公表。孔泉たちは脱出の機会を回りつつ、犯人の正体を探る。彼らの真の思惑とは。時限サスペンス×警察小説。

## 12の55 不確かな真実 和亭 正彦 著 6時間29分 [点字あり]

都内の高級マンションの一室で、有名デザイナーが無残な姿で発見された。防犯カメラの映像から浮かび上がった容疑者は3人。粘り強い捜査の結果、捜査本部は意外な人物が犯人であると突き止める。ベテラン刑事が難事件に挑む本格ミステリー。

## 12の56 紅茶とマドレーヌ 野村 美月 著 5時間42分

会社を経営していた夫が借金を残して失踪し、いきなり没落した41歳の姫乃。ずっと専業主婦だったのに、高校入学を控える娘とどう生活していけば？途方に暮れている場合ではないと、得意の焼き菓子作りを活かし英国式ティールームを開こうと決意する。香り高い紅茶ととびきりの焼き菓子が疲れた心をやさしく包み込む、温かく愛おしい物語。

## 12の57 君と翔ける 競馬学校騎手課程 蓮見 恭子 著 8時間59分

騎手の息子だが、父の威光を鼻にかけないアニメ好きの魁人や、入学前から乗馬を習っていた和馬など、個性的な仲間に出会った競馬学校新入生の祐輝。しかし、教官には「向いてない」と言われ…。仲間と、馬と絆を結び、感動のスポーツ青春小説。

## 12の58 天使の跳躍 七月 隆文 著 11時間18分

「神に愛された天才」vs「人に愛された中年の星」。46歳の「悲運の棋士」田中は、念願のタイトル挑戦権を手に入れた。迎え撃つ相手「令和の王」源八冠は、全盛期の若き天才。その戦いは、中年棋士のラストチャンスだった。知られざる将棋のタイトル戦を舞台に、才能の世界と家族愛を描く。

## 12の59 武士はつらいよ2 蔵元の娘 稲葉 稔 著 7時間19分

江戸で評判の銘酒「星泉」の贗酒が江戸で出まわり、蔵元の清水屋は問屋から取り引き打ちきを宣告される。美園藩の徒目付・要之助は、清水屋の一人娘で幼馴染みのお清に頼まれ、犯人捜しに乗り出す。理不尽な武士の生きざまをユーモラスに描く。

## 12の60 十両役者 鉞ばばあと孫娘貸金始末 千野 隆司 著 6時間18分

金貸しのお絹から衣装代十両を借りた男前の歌舞伎役者、團五郎。だが團五郎はその金を奪われてしまう。お絹の孫娘お鈴が、嫉妬渦巻く芝居町の闇に挑む。強欲だが罪を憎む祖母と孫娘の痛快事件帖。

## 12の61 このプリン、いま食べるか？ガマンするか？

一生役立つ時間の法則 柿内 尚文 著 5時間33分 [点字あり]

時間をどう考え、時間をどう使うかで、人生は大きく変わる！時間のプロログ化、ドローン視点、時間複利の法則、時間の選択術など、後悔しない時間の使い方がうまくなる 61 のコツを紹介。

## 12の62 室町ワンダーランド あなたの知らない「もうひとつの日本」

清水 克行 著 10時間15分 [点字あり]

500 年前の日本は何でもあり！都の路上では相撲大会や賭博が横行、飲み会の費用は割り勘、琵琶湖に海賊？身近な題材を取り上げ、500 年前の室町時代と現代社会の違いと共通点をやさしく解説。

## 12の63 歴史で読み解く！世界情勢のきほん 中東編

池上 彰 著 4時間45分

世界がどう言おうとユダヤ人の国を維持するイスラエル、ハマスやヒズボラを支援するイラン、イスラム教の聖地を擁する石油大国サウジアラビア。中東の国々の歴史的背景を解説しつつ、各国の主張を紹介。中東の知識のアップデートに最適な1冊。

## 12の64 ノドトレ いつまでも美味しく食べたい人のムセと肺炎知らずのノドの筋トレ 5秒メソッド 西尾 正輝 著 3時間16分 [点字あり]

1回5秒の簡単トレーニング。いつまでも健康に食べるために必要な「飲みこみ力」の鍵を握るのは、ノドとノドの周囲の筋肉。嚥下機能を向上させるトレーニング・プログラムを、写真とともにわかりやすく紹介。ノドトレ効果がアップするQ&Aも収録。

## 12の65 うまいビールが飲みたい！ 最高の一杯を見つけるためのメソッド くっくショーヘイ 著 7時間31分

「ビールはどうやってできるの？」「クラフトビールはどれがおいしいの？」といった疑問に答え、おつまみとのペアリングや、家でできるおいしい飲み方、古今東西のビールの知識などを紹介。もう「とりあえずビールで」とは言えなくなる！熱烈ビールマニアによるビアガイド。

## 12の66 プロダイバーのウニ駆除クエスト

環境保全に取り組んでわかった海の面白い話 中村 拓朗 著 7時間1分

ウニを駆除するなんてもったいない。しかし海の砂漠化現象“磯焼け”の原因のひとつとして、深刻な問題となっているウニの増殖。長崎の海でウニ駆除はじめ、5年以上にわたって環境保全活動が続けるプロダイバーが綴る、今の“海のリアル”がわかる冒険譚エッセイ。

## 12の67 眠れなくなるほど面白いフィギュアスケート案内

織田 信成 著 3時間52分 [点字あり]

ココを知ればフィギュアスケートはもっと面白い!最高のジャンプ・ステップとは?絶対知るべきルール・採点基準は?一流選手たちの意外な素顔とは?織田信成がフィギュアスケートのルールや、より深い楽しみ方を丁寧に解説。

## 12の68 なぜ、おかしの名前はパピプペポが多いのか?

言語学者、小学生の質問に本気で答える 川原 繁人 著 7時間42分 [点字あり]

パピコ、ポッキー、アポロ。お菓子の名前にパピプペポが多いのはなんで?「にぴき」「ごびき」はなんで間違いなの?身近な疑問から、ことばの旅にでかけよう!小学生を対象におこなった実際の授業にもとづき、言語学者である著者と小学生の対話を再現。

## 12の69 老いはヤケクソ 佐藤 愛子 著 5時間15分

100歳を迎えた佐藤愛子先生のインタビュー、佐藤愛子を彩る家族や相棒たちを語ったエッセイ、過去の受賞作を紹介。百歳の老いの境地とは?老いの日常をヤケクソになって、笑って生きる愛子先生から元気がもらえる一冊。

## 12の70 ポアロのクリスマス 新訳版 アガサ・クリスティー 著 川副 智子 訳

10時間5分

クリスマス・イヴの夜、富豪の一族が久方ぶりに集った館で偏屈な老当主シメオンが殺された。ドアには中から鍵がかかり、窓もふさがれていたのに、犯人が部屋にいなかったのだ。休暇を返上して調査を始めたポアロが密室殺人に挑む!

## 〈点字図書〉 ※71から90まで

### 12の71 100年前の三面記事

TBSラジオ「大沢悠里のゆうゆうワイド」選 3巻 [デジジーあり]

1986年から30年続いた国民的ラジオの人気コーナー待望の書籍化!75歳の老婆が主犯の強盗団!?娘の髪が盗まれ盗難届!?明治・大正の“事件”は、かくも牧歌的だった!本当にあった100年前のニュース137本を紹介。

### 12の72 人生を動かす哲学者の言葉 植西 聰 著 2巻

「無知を怖れてはいけない。偽りの知識を恐れよ」「時間は、最大の改革者である」…。マキャベリ、パスカル、キケロ、フランシス・ベーコンなどの哲学者たちによる、ハッと気づかされるような珠玉の名言集。

### 12の73 貧乏大名“やりくり”物語

たった五千石!名門・喜連川藩の奮闘 山下 昌也 著 3巻 [デジジーあり]

大大名ですら経営苦にあえいていた江戸時代。喜連川藩は足利將軍家末裔にして、名目上は徳川將軍の臣下ではなく客分で家柄は申し分なし。けれども、喜連川藩の財政はいつも火の車だった。代々の当主「御所さま」はあの手この手で金を稼ぎ、藩を見事明治まで長らえさせた。その汗と涙の“やりくり”奮闘記。

### 12の74 90歳のおばーのゴキゲンなひとり暮らし

孤独を吹き飛ばして幸せに生きるヒケツ 大田 吉子 著 2巻

そのおばーのいる村は、沖縄の最北端に位置する「国頭村」という自然豊かな地域。1日3kmのウォーキング、ボケ防止に手芸の「バツタ」づくり。何気ない日常、穏やかで満ち足りた日々を過ごすためのおばーなりの生き方を1冊にまとめました。

### 12の75 世界の果てまで行って喰う 地球三周の自転車旅

石田 ゆうすけ 著 3巻 [デジジーあり]

世界一周では満足できぬ!相棒の自転車に衣食住のアイテムをこれでもかと積み、スマホを持たずにいざ出発!自転車旅を続ける男を待ち受けていたのは天国メシと地獄メシ、心震える涙メシだった。ジャングルで命の水にたどり着き、ブータンでは松茸の極楽浄土、ペルーでは恐怖の“銀シャリ”…。旅情と味覚をみずみずしい筆で綴る絶品世界旅行記。

## 12の76 仕事がいまいく人は人と会う前に何を考えているのか

結果につながる心理スキル 濱田 恭子 著 2巻

相手の気持ちを10秒考えるクセをつける、感情問題を勝ち負けで考えない、意見を言う前に一度受け止める…。人間関係がよくなる「30の心理スキル」を心の問題解決の専門家が伝授。

## 12の77 決断 そごう・西武61年目のストライキ 寺岡 泰博 著 5巻

その日、池袋駅東口の街はいつもより静かだった。そごう・西武労働組合は2023年8月31日、百貨店としては61年ぶりのストライキを決行。池袋の街を騒然とさせた、300人のデモ行進。労組委員長である著者が「百貨店人」として矢面に立った577日間の闘いを綴る。

## 12の78 異形のヒグマ OSO18を創り出したもの

山森 英輔ほか 著 4巻

66頭の牛を襲撃し、神出鬼没で「忍者グマ」とも称されたOSO18は、23年夏に野垂れ死んだ姿で発見された。道東を恐怖と混乱に陥れた「牛を襲うヒグマ」の正体とは？2年にわたりヒグマ「OSO18」の生態を調査し、伝説のハンターたちとともに「OSO18」を追いつけた攻防のドキュメント。NHK番組の取材をもとに書籍化。

## 12の79 面白いほどわかるシニアのための脂肪の新常識

栗原 毅 監修 3巻

シニアの脂肪をテーマに、学術的な話から雑学ネタまで、医師の監修のもとにわかりやすく解説。シニアに多い内臓脂肪型肥満の注意点や、筋力の減少と肥満が重なったサルコペニア肥満にならない方法などのほか、脂質の上手な食べ方・選び方、脂肪を整える生活術などを紹介する。

## 12の80 黒い海 船は突然、深海へ消えた 伊澤 理江 著 5巻 [デイジーあり]

2008年、太平洋上で碇泊中の中型漁船が突如として沈没、17人もの犠牲者を出した。波は高かったものの、さほど荒れていたわけでもない“沈みようがない状況”でなぜ悲劇は起こったのか。海難史上まれに見る未解決事件の謎に挑む。

## 12の81 もっとからだを整えおにぎりのみそ汁

からだと心がじんわり整う2品献立 藤井 恵 著 2巻 [デージーあり]

からだを整える食材をおいしく組み合わせた、おにぎりのみそ汁の2品献立レシピ集第2弾。具材をたっぷり入れたにぎらない簡単なおにぎりや、電子レンジで作れるおにぎりの具の作り置きレシピも掲載。

## 12の82 あの鐘を鳴らしたのはわたし

人気番組「のど自慢」元・鐘奏者の知られざる素顔 秋山 気清 著 3巻  
[デージーあり]

「のど自慢」に必ず出てくる、あの鐘のオジさんの正体はいったい…？NHKの人気番組「のど自慢」の鐘奏者を21年間務め、2023年3月で勇退した秋山気清が自身の音楽家人生を多くのエピソードを通して振り返る。

## 12の83 プロ野球12球団ファンクラブ全部に20年間入会してみた！

長谷川 晶一 著 12巻

快挙か？暴挙か？太っ腹か？はたまたやせ我慢か？2004年からプロ野球全12球団のファンクラブに入り続ける著者。12球団を20年間、合計240年分のファンサービスを徹底検証。試合観戦だけではなく、プロ野球の快樂を伝える。

## 12の84 ルポ麻雀に狂った人たち 近代麻雀編集部 著 3巻

帰りに寄る雀荘から抜けられず離婚した男、祝儀麻雀にハマる東工大卒の美人OL、お金が無さ過ぎて名古屋で住み込み打ち子になった男…。麻雀にハマってしまったがゆえに人生が狂った17人の実録ドキュメント。

## 12の85 片腕の刑事 竹中 篤通 著 5巻

雪の降りそうな12月の三重県桑名市。通報を受けて現場に向かった刑事の紀平と倉城は何者かに襲われた。紀平が意識を取り戻すとそこには、腕を切断された瀕死の倉城が。なぜ彼は腕を切断されたのか。通り魔や怨恨など様々な線を描きながら紀平は過去への旅が始めるが…。

## 12の86 いとまの雪 上 新説忠臣蔵・ひとりの家老の生涯

伊集院 静 著 4巻 [デ이지ーあり]

幼少期には「弱虫竹太郎」と呼ばれた赤穂藩の大石良雄。儒学の師・山鹿素行や祖父・良欽などから教えを受け、21歳という若さで家老職を継ぐ。やがて藩主・浅野内匠頭に再会した良雄はその清らかな心に惹かれながらも、清らかすぎるゆえの危うさを感じ取る。後年、決起を共にする堀部安兵衛との邂逅など忠臣蔵事件の前夜を描く。

## 12の87 図書室のはこぶね 名取 佐和子 著 4巻 [デ이지ーあり]

10年前に貸し出されたままだったドイツの作家・ケストナーが書いた「飛ぶ教室」が、いまごろになって野垂高図書室に戻ってきた。体育祭を控え校内が沸き立つなか、1冊の本に秘められたドラマが動き出す。海の見わたせる「はこぶね」のような図書室がつなぐ〈本と人〉の物語。

## 12の88 挽歌の雪 渡辺 裕之 著 4巻 [デ이지ーあり]

クリスマスも近い小京都・角館にやってきた、フリーのエージェント影山夏樹。かつて夏樹が中国との二重スパイを暴いた緒方が何者かに殺害され、その葬式に招待されたのだ。やがて、緒方が遺した謎の地図によって、夏樹は中朝の諜報機関から追われる羽目に。はたして緒方が遺したものは一体――。

## 12の89 兄の終い 村井 理子 著 2巻 [デ이지ーあり]

寝るしたくをしていた私のもとに、警察署から兄が死んだという電話がかかってきた。彼は周りに迷惑ばかりかける人だった。そんな兄の人生を仕舞うために私、元妻、そして兄の息子、3人が繰り広げる修羅場が幕を開ける。怒り、泣き、ちょっと笑えるノンフィクション。

## 12の90 19号室 マルク・ラーベ 著 酒寄 進一 訳 8巻 [デ이지ーあり]

ベルリン国際映画祭の開会式場に悲鳴が響き渡った。市長の娘が殺される瞬間の映像が上映されたのだ。トム・バビロン刑事の相棒である臨床心理士・ジータは映像内の壁にあった「19」に自分との共通点を見つけ…。『17の鍵』からの秘密がついに暴かれる。

## 司書の掘り出し物

当館で過去に製作した図書や受け入れた雑誌の中から、貸出担当の司書が掘り出した 5 冊をご紹介します。タイトル、著者、巻数、内容の順です。別媒体がある場合は表示しています。

### 〈点字図書〉 ※91から95まで

#### 12の91 知を創造する 新世紀の大学とは 佐藤 文隆 編 2巻 [デジジーあり]

各界の代表的知性が専門分野での20世紀論をモチーフにして新しい大学と学問像を眺望する。ユーモアにあふれ、かつ刺激的な討論は全大学人にとっての必読書。

#### 12の92 南極に立った樺太アイヌ 増補新版 佐藤 忠悦 著 2巻

[デジジーあり]

白瀬轟の南極探検隊には、山辺安之助と花守信吉という2人の樺太アイヌ隊員が犬ぞり係として同行していた。彼らの秘められた活躍に新たな光を当て、白瀬南極探検隊の秘話を綴る。

#### 12の93 まぐろ土佐船 斎藤 健次 著 4巻 [デジジーあり]

高知のまぐろ船は、一獲千金の夢を追って世界の海を駆けめぐる。男たちの熱い物語を3度の航海を経験したコック長が優しさあふれる視点で描く。第7回小学館ノンフィクション大賞受賞作。

#### 12の94 於雪 土佐一條家の崩壊 大原 富枝 著 4巻 [デジジーあり]

戦国乱世の土佐で一條御所、一條兼定の側室となった女性・お雪。戦乱のさなか、兼定が洗礼を受けキリスト教に入信すると、お雪も愛する者のためキリシタンの信仰に生きようとする。男たちの野望と闘争のなか、数奇な運命をたどった女性の生涯を描く。

#### 12の95 ハイランド・クリスマス M.C.ビートン 著 松井 光代 訳 2巻

[デジジーあり]

スコットランド北部にある小さな村で勤務するヘイミッシュ巡査のもとに事件が舞いこんできた。老婦人が飼っていた猫が一匹行方不明になり、さらにはクリスマス・ツリーが盗まれてしまったのだ。スコットランドの文化や習慣などさまざまな要素が巧みに織り込まれた、ハッピーエンディング・クリスマス・ミステリー。

# 「すばる」12月号

発行：オーテピア高知声と点字の図書館  
〒780-0842 高知市追手筋 2-1-1  
オーテピア1階  
電話：088-823-9488  
FAX：088-820-3218  
メールアドレス：kc-120200@city.kochi.lg.jp  
発行日：2025年12月5日