

オーテピア高知声と点字の図書館広報誌

すばる

2026 年 9 月号



● 声と点字の図書館内の写真



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

通算 400 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	3 ページ
☆情報支援アラカルト	4 ページ
☆ルミエールサロンからこんにちは	5 ページ

☆新刊図書紹介

音声デージー図書(1 から 6 まで)	8 ページ
マルチメディアデージー図書(7 から 11 まで)	9 ページ
点字図書(21 から 40 まで)	11 ページ

☆読書のすすめ

音声デージー図書(41 から 60 まで)	15 ページ
点字図書(61 から 80 まで)	19 ページ

☆司書の掘り出し物

音声デージー図書(81 から 85 まで)	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・日曜日・祝日：9時から18時まで

●休館日 令和8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8年度は8月10日から14日まで）

年末年始（12月28日から1月4日まで）

●サピエ図書館全面停止について

サピエ事務局から、『サピエ図書館全面停止』の連絡がありましたので、お知らせいたします。

令和8年9月14日（月曜日）から10月1日（木曜日）までの間、サピエ図書館データセンター移転のため、貸出サービスが全面停止となります。システム停止期間中は、図書貸出の対応ができませんので、ご了承ください。ご迷惑をおかけしますが、ご理解ご協力をお願いいたします。

●第2回 高知声と点字の図書館運営協議会 会議開催のお知らせ

令和8年度第2回高知声と点字の図書館運営協議会を次のとおり開催いたします。会議は公開で、どなたでも傍聴できます。申し込みは不要です。

なお、視覚障害のある方など介助が必要な方は、会場近隣の電停、バス停などご指定の場所へ送迎いたします。必要な方は、事前にご連絡ください。

1 審議会等の名称

高知声と点字の図書館運営協議会

2 開催日時

令和8年9月10日（木曜日）午後3時から5時まで（予定）

3 開催場所

高知市追手筋2丁目1-1 オーテピア4階研修室

4 議題（予定）

第3期（令和9年度～令和13年度）声と点字の図書館サービス計画について

5 会議の傍聴

次の要領で傍聴者の受付をします。

- ・一般傍聴者用に 10 席を用意します(午後 2 時 30 分から先着順)。
- ・当日は会場入口で受付します。

6 駐車場

傍聴される方で、車でお越しの場合は、オーテピア専用駐車場、または近隣の指定民間駐車場をご利用ください。最初の 1 時間分の料金を負担いたします。

※詳細は、声と点字の図書館(電話:088-823-9488)へお問い合わせください。

●『視覚障害者向け ICT 相談会開催』のご案内

声と点字の図書館では、ルミエールサロンと共催で ICT 相談会を開催いたします。iPhone の初期設定やセンスプレーヤーの扱い方などに関するお困りごとがありましたら、お気軽にご相談ください。皆様のお申込みをお待ちしています。

ただし、金銭を伴うアプリ操作のお手伝いは出来かねますので、あらかじめご了承ください。

なお、相談会の日以外でも、個別での相談も随時受け付けておりますので、お気軽にお問い合わせください。

主 催：ルミエールサロン、声と点字の図書館

日 時：10 月 8 日(木曜日)10 時から 12 時まで

場 所：オーテピア 1 階 声と点字の図書館会議室

対 象：高知県内にお住まいの視覚に障害のある方

定 員：先着 2 名

申込先：声と点字の図書館 電話:088-823-9488

●ルミエールフェスタ 2026 のご案内

視覚障害や加齢、病気などによる見えない・見えにくい方をサポートするイベント『ルミエールフェスタ2026』を開催いたします。便利グッズの購入や、最新の福祉機器に実際に触れて体験していただくことができます。見えない・見えにくい方はもちろん、ご家族や支援者の方、関心のある方等、どなたでもお気軽にご来場ください。《ルミエールとは、フランス語で「光」を意味します》

開催日時：令和 8 年 9 月 12 日(土曜日) 10 時から 16 時まで

会 場：オーテピア4階 ホール、研修室、集会室

内 容：便利グッズの即売、機器展示会、セミナー

【セミナーのご案内】

1 ICT 機器の活用術 4階 ホール 12 時 30 分から 13 時まで

スマートフォンやタブレットなどの ICT 機器の便利な活用術をお話します。

講師：公益財団法人 高知県身体障害者連合会(ルミエールサロン)

2 日常生活用具と便利グッズの最新情報 4階 ホール

① 11 時 45 分から 12 時 15 分まで

② 13 時 30 分から 14 時まで

視覚障害者向けの日常生活用具・便利グッズの使い方や用具・機器の特徴などを解説します。

講師：社会福祉法人 日本点字図書館

3 盲導犬教室（一般の方向けの教室） 4階 研修室

① 10 時 30 分から 11 時まで

② 14 時 30 分から 15 時まで

盲導犬の生い立ちや視覚障害者の方との生活等をわかりやすくお話します。

講師：公益財団法人 関西盲導犬協会

製作図書選書会からのお知らせ

●製作図書の決定について

令和 8 年 8 月、製作図書選書会において製作図書の選考を行い、これから当館で点訳または音訳する図書が決定しました。決定しました図書の一覧は、別紙のとおりです。

選書候補図書のリクエストは、選書委員から 11 冊ありました。それに声と点字の図書館で選んだ図書を入れて、58 冊のリストをつくり、担当選書委員に選んでいただきました。

iOS の VoiceOver か、Android の TalkBack か

情報支援担当の脇水です。秋の訪れを感じる季節になりましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか？

さて、先月私は、情報支援関係の研修に参加してまいりました。話題の中心はほぼスマホ関連で、パソコンに関わる話が全く出てこなかったことに時代の流れを感じました。もちろん、パソコンの役割と重要性が失われたわけではありませんが、パソコンでできること、あるいは支援技術が確立されつつある一方で、身近な生活を便利にするツールとして、スマホの果たす役割がより大きくなっているということなのでしょう。

その中で話題の一つとして出ていたのが、初めてのスマホを選ぶ際、iOS の iPhone にするか、Android OS のスマホにするかということです。

ロービジョンの場合には、いかに見やすい画面を設定するかの差で、双方の設定可能な機能に一長一短あり、それはもう好みで選ぶしかないという印象でした。ただ、ご家族など、身近に支援してくれそうな人がいる場合、その人の持っているスマホの OS に合わせるというのも、機器操作を覚える際に大切な要素です。というのも、一般に見えている人でもスマホには慣れがあり、Android ユーザーには iPhone の操作はややこしく、iPhone 所有者には Android は面倒に感じるからだと思います。支援が受けやすい機器を選択するというのも、大事なポイントではないでしょうか。

一方、画面読み上げを必要とする全盲の場合には、やはり iOS の VoiceOver に一日の長がありそうです。確かに、Android の TalkBack も、TalkBack 16 のリリース以降、点字入力機器との連携など、飛躍的な機能強化を果たしましたが、基本となる画面操作をする際の指の動かし方が VoiceOver より複雑で、とりわけ指を直角に動かす方法や、指を上下・左右に往復させて動かすやり方などは習得までにコツがいるからです。その点、ダブルタップやトリプルタップといった複数回画面を叩く動作はあるものの、VoiceOver の方が指の動かし方のアクションは単純に感じます。

研修会でも、TalkBack の話はほとんど出なかったことから、現状では VoiceOver が多くの支持を集めているということなのでしょう。まして、ボイス オブ デイジーなど、iOS でしか扱えないアプリもいくつかあることから、画面読み上げ環境を必要とされる方には、やはり iPhone をお勧めすることになりそうです。

ルミエールサロンからこんにちは

すばる読者の皆さま、こんにちは。ルミエールサロンの日浦です。

9月に入ってもまだまだ暑い日が続きますね。ところで、毎年のことですが、9月1日は「防災の日」として知られ、災害への備えを見直す大切な日です。

防災バッグの中身が、何年もそのままになっていませんか。

ローリングストックが推奨されているとはいえ、日頃から続けるのはなかなか難しいものです。記憶に新しい熊本地震では、改めて地震の恐ろしさと備えの重要性を感じた方も多かったのではないのでしょうか。だからこそ、この防災の日をきっかけに、防災バッグの点検や日頃の備え、避難ルートの確認などを見直す良い機会になったのではないのでしょうか。

災害時のトイレ問題は以前からよく話題になりますが、今回の熊本地震では、「お風呂に入れないこと」による衛生面の課題も報道されていました。

夏場は特に気になりますよね。私が普段から持ち歩いていて防災用品としても役立つオススメの商品が、「ドライシャンプーシート」です。水やお湯を使わずに頭皮や髪の毛の汚れ・汗・臭いをすっきり拭き取れるドライシャンプーの中でも、シートタイプは携帯しやすく、手軽に使えるのが魅力です。サッと拭くだけでべたつきや臭いを抑えられるので、この季節は特に重宝しますし、大人だけでなく汗っかきな子どもにも使えるのが嬉しいところです。

今月は、日本点字図書館で販売されている防災グッズで、ルミエールサロンでも展示中の商品をご紹介します。

興味のある方は、ルミエールサロン(088-823-8820)までお気軽にご連絡ください。

1. 防災グッズ紹介(日本点字図書館にて販売中・ルミエールサロン展示中)

①商品名:手回し/ソーラー蓄電ラジオ Chardio(チャージオ)

価格:6,020 円(税込)

防災グッズとして最適な LED ライト付き小型ラジオです。手回し、ソーラー、USB 充電ができ、乾電池でも使用できます。携帯電話やスマートフォンへの手回し充電も可能です。

②商品名:缶詰・レトルト食品加熱パック ホットイートI

価格:580円

災害時に電気も火も使わず、蒸気ので2食分の食事を一度に温められるパック。使い方は、発熱剤をセットして、缶詰やレトルト食品と水を入れて20分待つだけです。また、追加の発熱剤も3個入り1,340円(税込)で販売しています。

③商品名:SOS キーホルダー 命の笛

価格:960円(税込)

小さな笛と反射板がついた、音と光のキーホルダーです。反射板は、車・自転車のライト、懐中電灯の明かりなど外部の光が当たると反射し、光を放ちます。従来の約3倍高輝度、視認距離は57mなので、夜間歩行時の安全に役立ちます。笛は、周囲に助けを求めるときに役立ち、災害・遭難時、防犯・痴漢等の対策になります。

④視覚障害者用防災メッシュベスト 薄手

価格:2,079円(税込)

蛍光緑色の目立つメッシュ生地ベスト。前身頃に「目が不自由です。手を貸してください」後ろ見頃に「BLIND Please Help」と書かれています。(※ルミエールサロンに展示しているメッシュベストは旧モデルのため、後ろ身頃も日本語表記となっています。)わくわく用具ショップオリジナル商品です。

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ご興味がある方、すでに持っているけれど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ご説明します。すでにお持ちの方には、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ご紹介します。(金融機関や買い物アプリなど金銭を取り扱うアプリ、通信会社の紹介などはできません。)

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分まで

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

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こともできます。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：月曜日から金曜日まで 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）

※指導員が不在の場合は、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。

マルチメディアデイジー図書は、音声を聞きながら、本の画像や文字を見ることができる図書です。録音図書再生機で音声だけを聞くこともできます。

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 6 まで

☆寄贈・委託図書

9 の 1 声の雑誌 さくら草 2026 年 8 月号

朗読ボランティア さくら草 編／3 時間 3 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。8 月号は、東京新聞「バリアフリー映画」、東京新聞「その敬語 必要ですか？」など 31 タイトルを収録。

9 の 2 NHK 放送番組時刻表 2026 年度

NHK 総合テレビ、Eテレ、ラジオ AM、FM の番組名や内容を時刻にそって収録。曜日単位の聞き飛ばしも可能。

[厚生労働省委託図書]

9 の 3 くまさんのこだわりシネマ社会学

好井 裕明 著／晃洋書房／7 時間 16 分

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説する。

9 の 4 食の選び方大全

あるとむ 著、高城 嘉樹 監修／サンクチュアリ出版／10 時間 57 分

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・安心して・体にいい」食品の見分け方を伝授する。

9の5 猫を救うのは誰か ペットビジネスの「奴隷」たち

太田 匡彦 著／朝日新聞出版／9時間41分

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」となる犬や猫の悲惨な実態を、信念の取材が暴く。

9の6 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

柗木 良子 著／すばる舎／5時間44分

つまだつ、こいこがれる…。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。

〈マルチメディアデージー図書〉 ※7から11まで

☆高知声と点字の図書館製作図書

9の7 いろんないきもの かぞくのかたち

澤口 たまみ 文／たしろ ちさと 絵／福音館書店／45分／藤永 洋子 デイジー編集／

金谷 千鶴 ナレーション／有澤 美保 テキスト校正／秋澤 良子・平岡 公子 音訳校正／

松村 初子・横山 恭子 デイジー校正

巣を作る、えさを探す…。新しいいのちが育つために、ともに力を合わせるなかま「かぞく」。カラス、ペンギンなど、様々な環境で暮らす生きものたちのかぞくのかたちを、イラストとともに紹介する。

9の8 こだぬきコロッケ

ななもり さちこ 作／こば ようこ 絵／こぐま社／43分／森田 暁美 デイジー編集／

有澤 美保 ナレーション・テキスト校正／秋澤 良子・藤永 洋子 音訳校正・デイジー校正

化けるのが下手で、叱られてばかりのポン吉。ある日、昼寝をしているポン吉を見て、腹ぺこのオオカミがコロッケと間違えてかぶりつき…。本を読むのがちょっと苦手な子も楽しく読めるおはなし。

9の9 ともだち

くすのき しげのり 作／よしむら めぐ 絵／小学館／14分／横山 恭子 デイジー編集／
有澤 美保 ナレーション／秋澤 良子 テキスト校正／横山 恭子・秋澤 良子 音訳校正／
有澤 美保・秋澤 良子 デイジー校正

となりの家に男の子が引っ越してきた。女の子は、友だちになりたいと思って何度もあいさつするけれど、男の子は知らんぷり。やっと気づいたと思ったら、変なしくさをして…。手話を表したイラストも掲載。

9の10ほんとにともだち？

如月 かずさ 作／高橋 和枝 絵／小峰書店／36分／
有澤 美保 デイジー編集・ナレーション／秋澤 良子 テキスト校正／
秋澤 良子・藤永 洋子 音訳校正／秋澤 良子・松村 初子 デイジー校正

くまのまあくんと、たぬきのたんくん。一緒にいても別々に遊んでいてあんまりしゃべらないし、そんなに笑ったりもしない。ぼくたちって、ほんとに友だちなのかな？ 友だちっていいな、と思えるような優しさに溢れた絵本。

☆寄贈・委託図書

[厚生労働省委託図書]

9の11 能・狂言 わたしの古典 これだけは読みたい

今西 祐行 文、若林 利代 絵、西尾 実 監修／童心社／5時間56分

日本人がつくりだした歌舞劇「能」と、口語で演ずる小さな喜劇「狂言」。日本の代表的な古典作品を、子どもにもわかるよう現代の言葉で生き生きと再現する。巻末に解説付き。

〈点字図書〉 ※21 から 40 まで

☆高知声と点字の図書館製作図書

9 の 21 あなたについて知っていること

エリック・シャクール 著／加藤 かおり 訳／集英社／5 巻／生田 明子 点訳／

府川 史・三宮 禮子 校正

エジプトで既定路線の人生を歩む医師ターレクは、魅力的な青年と出会い、その平穏な未来は一変する…。保守的な文化圏での同性愛と不倫、喪失と欠落、そして家族の愛を描く。「高校生が選ぶフェミナ賞」「フランス書店大賞」ほか多数受賞。

9 の 22 語られなかったアメリカ史 3

人類史上もっとも危険な瞬間 - 1945 >> 1962年 -

オリバー・ストーン、ピーター・カズニック 著／鳥見 真生 訳／エリック・シンガー 編著／

あすなろ書房／5 巻／西岡 小百合 点訳／田内 路子・小松 弘恵 校正

民主主義の守護者はどこで道を誤ったのか？「オリバー・ストーンが語るもうひとつのアメリカ史」をティーンエイジャー向けにわかりやすく改訂。3巻は、第2次世界大戦終結からキューバ危機までを取り上げ、その暗部を探る驚愕のドキュメンタリー。

9 の 23 驚愕！生き物サバイバル （5分後に世界のリアル）

栗栖 美樹 文／金の星社／2 巻／高橋 紀美江 点訳／山田 裕子・鎮西 康子 校正

教科書やニュースだけでは見えてこない、世界のリアルな情報を紹介するノンフィクション。ユニークな生物や、人の営みが生態系へ及ぼす影響などを、1話5分で紹介する短編を多数収録。

9 の 24 子どもたちの見たロシア革命 亡命ロシアの子どもたちの文集

大平 陽一・新井 美智代 編訳／松籟社／4 巻／飯嶋 ひろみ 点訳／

諸木 佳子・山田 裕子 校正

内戦期の混乱に巻き込まれ、肉親との別離や飢えを経験し、亡命を余儀なくされ…。1920年代前半、亡命ロシア人の子弟が通うギムナジウムで、ロシア革命後の体験をテーマにした生徒たちの作文を翻訳。

9の25 こわされたまち

(戦争文学セレクション ―戦争がわたしたちを見つめている―)

宮川 健郎 編／汐文社／2巻／弘田 まゆみ 点訳／田内 路子・宮田 和代 校正

戦争を見つめた作家たちの詩、児童文学、小説をまとめたアンソロジーシリーズ。峠三吉「原爆詩集」、大野允子「つるのとぶ日」、三崎亜記「鼓笛隊の襲来」など全7編を収録。

9の26 今昔物語 2 新装改訂版

馬ぬすびとほか(はじめてであう日本の古典 5)

水藤 春夫 編著／小峰書店／2巻／横山 節子 点訳／久保 佐紀・浜重 富士美 校正

「今昔物語」から世俗説話を中心に17編を収録。落ちぶれゆく貴族、墮落した国守や小役人、僧やどろぼうなど、不安定な世相の中で、人々の生活がユーモラスに描かれた説話を紹介。

9の27 情熱は磁石だ パラリンピックスキー20年の軌跡、そして未来へ

荒井 秀樹 著／旬報社／2巻／伊藤 弘子 点訳／諸木 佳子・門田 年夫 校正

指導者として日本のパラリンピックノルディックスキーと共に歩み、世界と戦い続ける男・荒井秀樹が、長野パラリンピック前からの泣き笑いの20年間、実業団や日本代表の監督としての経験や考えてきたことを綴る。

9の28 シンジ・タカハシと怒りのストーム・ボア

(Disney NOVELS) (S. E. A.)

ジュリー・カガワ 著／笹山 裕子 訳／Gakken／5巻／宮田 和代 点訳／

小松 弘恵・檀 庸子 校正

シンジとS. E. A. の仲間たちは海底に沈んだ船の調査へ。封印されていた守り人が目覚め、巨大ハリケーンがカリフォルニア沿岸を襲う。世界を救うため、シンジは“嵐の心臓”へ飛びこむ！

9の29 誰だって芸術家

岡本 太郎 著／SBクリエイティブ／3巻／鎮西 康子 点訳／黒田 真知子・小松 弘恵 校正

つくらなくても芸術家だ！生涯をとおして現代芸術の本質と自らの芸術思想を大衆に語り続けた岡本太郎。彼の膨大な著作から、芸術感覚と芸術家精神に関するテキストを集成し、再構成。

9の30 東海道中膝栗毛 新装改訂版

やじきた東海道の旅ほか(はじめてであう日本の古典 14)

宮脇 紀雄 編著／小峰書店／2巻／横山 節子 点訳／黒田 真知子・山田 裕子 校正

ヤジさん、キタさんで知られる十返舎一九の「東海道中膝栗毛」と、井原西鶴が諸国を旅して奇談・珍談を集めた「西鶴諸国噺」から、子どもにもわかりやすく興味がもてる話を選んで紹介。

9の31 ドクター朝田の間違いだらけの子どもの歯みがき

朝田 芳信 著／春陽堂書店／2巻／嶋崎 祐子 点訳／岡田 英子・森川 知津佳 校正

小児歯科の専門医である著者が、自己流歯みがきの問題点と、正しい歯みがきを分かりやすく解説。歯ブラシと歯みがき粉の選び方や、仕上げみがきを楽におこなう方法なども紹介する。

9の32 NEW HORIZON青春白書 Unit2

ドッキドキ!初めての日本の学校生活

本田 久作 著／東京書籍／2巻／松木 亜佐子 点訳／三宮 禮子・山田 裕子 校正

令和6年度版小学校英語教科書『NEW HORIZON Elementary』の登場人物たちが織りなす、トキメキ度満点の青春イングリッシュ・ストーリー。「オーストラリアからの転校生」ほか全2章。

9の33 ファルコンヒルの剣の王子 (見習いプリンセスポーリーン)

円山 夢久 作／国土社／2巻／吉田 博文 点訳／山本 憲夫・安部 あゆみ 校正

ポーリーンは、おしとやかできれいなお姫さまより、国中を駆け巡る騎士になりたい女の子。剣術を習い始めてはりきるポーリーンは、異国帰りの不思議な少年と出会って…。シリーズ第3弾。

9の34 プログラミングガールズ! 4 エリン 才能発掘、タレントショー

ミッシェル・シュスターマン 作／美馬 しょうこ 訳／石戸 奈々子 監修／偕成社／2巻／

辻 友紀子 点訳／伊藤 弘子・山田 裕子 校正

生徒が特技を発表するタレントショー。歌もダンスも得意なエリンは大はりきりだが、ある日、恐れていた発作が起きてしまう。アメリカのミドルスクールが舞台の、新感覚プログラミング小説。

9の35 Blind Willow, Sleeping Woman

村上 春樹 著／Philip Gabriel, Jay Rubin 訳／Vintage Books／8巻／谷 妙子 点訳／

浜重 富士美・安部 あゆみ・手島 博子 校正

村上春樹が英語圏の読者のために編んだ自選短篇集。表題作ほか、「野球場」に登場した作
中小説を実際に作品化した「Crabs」（邦題「蟹」）など、粒ぞろいの24篇を収録。（英語点訳
UEB 版）

☆購入図書

9の36 <おてがるBOOK 83> 本が人をつくる。②

京都ライトハウス情報製作センター 編／1巻

どんな本を読んできたかを知ること、その人の人生を知ること。今回は、読書家たちの「それ
でも本を読む理由」や最高に面白い書籍を紹介。本と読書の魅力を再確認できる読書案内。

9の37 <おてがるBOOK 84> 全国ローカルコンビニグルメ図鑑①

京都ライトハウス情報製作センター 編／1巻

その土地の食の傾向や習慣を映す、ローカルコンビニチェーンのグルメ。今回は、北海道のセイ
コーマート、ハセガワストア、関東、西日本のポプラグループ、南九州のアイショップなどを紹介。

9の38 テルミ 手で見る学習絵本 通巻第264号 2026年8・9月号

日本児童教育振興財団 発行／日本児童教育振興財団／1巻

視覚障害児に、手で触って楽しんでもらう、世界で唯一の学習絵本。文章は、点字と墨字を併
記。主な特集では、8月5日から高校野球選手権大会が行われる「甲子園」や、特別天然記念
物「オオサンショウウオ」、「おもちゃ花火」など、触って楽しい内容が盛りたくさん。

9の39 <1／2文庫シリーズ93> 年金暮らしの長生きレシピ①

京都ライトハウス情報製作センター 編／1巻

シニア世代が健康な体をつくり、健康寿命をのばすために何を食べたらいいか、食生活でどん
な点に気を付けたらいいかを解説。今回は、月3万円台の1か月2品献立15日分、医師が教え
る長生きご飯のポイントを紹介。

9の40 平日5日×4週間分の献立カレンダー③ (ライト★シリーズ 43)

京都ライトハウス情報製作センター 編／1巻

1週間分の食材と30分くらいで完成する献立を紹介。今回は、7月の旬食材のきゅうり、なす、とうもろこし、ピーマンなどを使い、いろいろな調理法で栄養満点なおかずを作る。

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。

●サピエ図書館全面停止について

サピエ事務局から、『サピエ図書館全面停止』の連絡がありましたので、お知らせいたします。

令和8年9月14日（月曜日）から10月1日（木曜日）までの間、サピエ図書館データセンター移転のため、貸出サービスが全面停止となります。システム停止期間中は、図書貸出の対応ができませんので、ご了承ください。ご迷惑をおかけしますが、ご理解ご協力をお願いいたします。

〈音声デージー図書〉 ※41から60まで

9の41 灰は灰 新宿探偵鬼束啓一郎 香納 諒一 著 9時間42分

定年退職を待たずに警察を辞め、新宿界隈で探偵稼業に勤しむ鬼束。あるヤクザの馴染みの女性の不審な死、バーで出会った男の失踪とその行方。街を歩けば舞い込む厄介な依頼。昔気質の男が追う不可解な事件の真相とは。

9の42 みんななにかに縋りたい 香坂 鮎 著 8時間36分

孤島の別荘で行われる様々な依存症の回復プログラムに、同行することになった料理人の桜子。1日目の深夜、参加者の1人が刃物らしきもので首を切られ不審死を遂げる。別荘内にある刃物は、桜子が厳重に管理している包丁とナイフのみ。桜子が犯人と疑われるなか、さらなる事件が…。

9の43 煙男 幸村 明良 著 9時間6分

いじめ、迷惑行為、パワハラ。ネットで炎上した人物を殺害し、煙の中に吊るして本人のSNSアカウントに投稿する連続殺人鬼「煙男」。記者の藤崎は、娘を殺した煙男に復讐するため独自に事件を追っていたが、記憶を失っているという男を発見。男は予期せぬ言葉を口にした。僕が、煙男かもしれません、と。藤崎は自称・煙男と真相に迫る。

9の44 ライアーハウスの殺人 織守 きょうや 著 10時間7分

「おまえらがバカにした私のトリックで死ぬ」。彩莉は莫大な遺産で孤島にギミックつきの館を建設。かつて自分の書いた小説を馬鹿にした相手を殺害しようと企て、ターゲットが館に集められた。しかし、一夜明けると、彩莉が殺した覚えのない死体が転がっていて…。

9の45 踏切の幽霊 高野 和明 著 11時間12分 [点字あり]

マスコミには決して書けないことがある。都会の片隅にある踏切で撮影された、一枚の心霊写真。雑誌記者の松田は、読者からの投稿をもとに心霊ネタの取材に乗り出すが、やがて彼の調査は幽霊事件にまつわる思わぬ真実に辿り着く。第169回直木賞候補作。

9の46 夏帆 The Tale of KAHO 村上 春樹 著 9時間59分

26歳の絵本作家・夏帆は、初対面の男に「君みたいな醜い相手は初めてだ」と告げられ、ただ純粋に驚いた。それから彼女の周りで奇妙な出来事が起こりはじめる。3年ぶり最新長編小説。

9の47 食べてはダメとは言いません 暮林医院栄養室

仙川 環 著 6時間28分

「無理をする必要はありません。できる範囲から始めてみませんか?」。管理栄養士の怜奈の仕事は、生活習慣病の患者に栄養指導をすること。高血圧、痛風予備軍、貧血や肥満症など、様々な不調を抱える患者のために怜奈は奔走する。「食×医療」小説。

9の48 看板犬お風呂丸におまかせ 小野 はるか 著 7時間49分

山形県の老舗温泉宿〈みどりや〉の人気者は、若女将の凜々子の愛犬・お風呂丸。賢くてお茶目な、凜々子の世界一かわいいコーギー犬は、自慢の鼻を活かして投宿者の困りごとを解決する。一人と一匹の名コンビ誕生!

9の49 名探偵円朝 明治の地獄とマイナソース

愛川 晶 著 8時間55分

「怪談牡丹灯籠」など多くの傑作を生んだ、江戸・明治期の落語名人・三遊亭円朝が、謎を鮮やかに解決!文明開化の空のもと、人情味あふれる江戸っ子たちが活躍する、落語ミステリ全3話を収録。立川談春師匠、推薦!

9の50 老いて出番あり お節介隠居の便利屋稼業

千野 隆司 著 6時間12分

薬種屋の主人だった文之助が隠居してから1年。気楽な暮らしに物足りなさを感じていたところ、借金返済のために阿漕な高利貸しを頼ろうとする船宿のおかみと出会う。長年培ってきた勘で、文之助はこのお困りごとに挑む。老いた今だからこそ人を助けられる。困った人を放っておけない、優しくて強くてちょっとお節介なご隠居さんの物語。

9の51 じつはお金の本質が学べる落語の話

田中 靖浩、立川 晴の輔 著 5時間15分

江戸の粋は令和の新教養。「一攫千金に成功したのに不幸になる男」、「目先の金を追いかけて失敗する商売人」。現代のお金と仕事の悩みは、落語で解決できる!公認会計士と真打落語家が、お金の知恵が身につく落語の演目とともにお金との付き合い方を解説。

9の52 わけがわかる世界史 社会専科 著 6時間46分

保守的な考えを「右派」、革新的な考えを「左派」と呼ぶのはなぜ?新大陸が「アメリカ」と呼ばれたのはなぜ?世界史の「なぜ?」に関する問題と解答例を掲載し、会話形式でくわしく解説。歴史のトピックを、Q&Aとざっくばらんな会話で学べる本。

9の53 旅と歴史好きのためのご当地グルメ誕生の秘密

宇田川 勝司 著 6時間31分 [点字あり]

郷土料理、ラーメン、うどん、B級グルメ、名産品。古くから食べられているものもあれば、ごく最近に街おこしの一環で生まれた一品もある。全国各地の多彩なご当地グルメは、いつどのように誕生したのだろうか。旅好き地理の先生が探る、ご当地グルメ誕生の物語。

9の54 自閉症の僕が、今も飛びはねる理由 東田 直樹 著 4時間23分

奇声は止められる？人の目の前を横切るのはどうして？ひとりでいるのはなぜ？代表作執筆から20年。自閉症者の内面をQ&A方式で綴るベストセラーシリーズの第三弾。「文字盤ポイントティング」によるコミュニケーション方法も公開する。

9の55 あらゆる不調が消える世界一のストレッチ

中村 雅俊 著 2時間54分

からだをラクにするだけではなく、普段動かしていないところを動かす「攻めのストレッチ」を提案。座り仕事中、入浴中など日常でできるストレッチを紹介。不調の原因を根本的に改善する3秒筋トレ、事例も収録。

9の56 心地よい自分が見つかる101の質問

気になるところから読める 小林 弘幸 著 3時間56分

「今の自分」を知るための問いに答え、そこに意識を向けるだけで、心身が一気に整う！「会いたい人に会っている？」「今日の楽しかったこと3つは？」といった自律神経を整える101の質問を収録。「食事」「睡眠」「姿勢・歩き方」など、再現性の高い生活習慣・行動習慣のヒントをやさしく解説。

9の57 聞くだけでコツがわかる ミラーレスメイク

花王株式会社PR戦略部門社会貢献部 著 3時間18分

視覚に障害のある方々の声を受けて開発した、聞くだけでメイクのコツがわかる花王独自のコンテンツ「ミラーレスメイク」。パウダーファンデーションやリキッドファンデーションのつけ方、スティックタイプの口紅のつけ方など、鏡を見なくても、音声にそって手を動かすだけで自然で美しいメイクに仕上がる方法を紹介。

9の58 カトマンズに飛ばされて 旅嫌いな僕のアジア10カ国激闘日記

古舘 佑太郎 著 8時間17分

人生初めての過呼吸、ゴキブリまみれの夜行列車、潔癖症のガンジス川沐浴。10代の頃からミュージシャンを生業としてきた著者は、32歳でバンドを解散。自分自身も未来も見えなくなるなか、先輩からの命令でアジアに放り出された。人生に行き詰まったミュージシャンの絶望と再生の物語。

9の59 格上の日本語力 言いたいことが一度で伝わる論理力

齋藤 孝 著 4時間52分

できる人の話や文章はどこが違うのか?「何を言っているのかが理解されない」「相手に誤解されてしまう」段階を抜け出し、「上手に効率的・論理的に言いたいことを伝える」ステージへと至る道を解説し、格上の日本語力を身につける方法を紹介。

9の60 真犯人はこの列車のなかにいる ベンジャミン・スティーヴンソン 著

富永 和子 訳 13時間56分

推理作家協会主催の50周年イベントに招待された駆け出しのミステリー作家アーネスト。豪華列車でいく3泊4日の旅には、錚々たる作家たちが。肩身の狭い思いだったが、そのうちの一人が旅の最中、殺害されてしまい…。伏線だらけの謎解きミステリー。

〈点字図書〉 ※61 から 80 まで

9の61 哲学者34人に、人生の悩みを相談してみた。

古代ギリシアから現代まで、目からウロコの処方箋

大城 信哉 著 小川 仁志 監修 3巻

なぜ文系の人でも数学を学ぶの?どうして働かなくちゃいけないの?本当の自分らしさなんて存在するの?生きていく上で必ず抱く疑問を切り口に、それをどう哲学の視点から考えるかを解説する。

9の62 「死にたい」「消えたい」と思ったことがあるあなたへ

河出書房新社 編 磯野 真穂ほか著 3巻 [デジターあり]

「死にたい」「消えたい」「もう生きていたくない」。そんなふうに思う人に向けて、作家や漫画家、医師や学者、YouTuberや俳優などが、それぞれの思いを記す。心が楽になるヒントが詰まったメッセージ集。

9の63 一度読んだら絶対に忘れない世界史の教科書

公立高校教師YouTuberが書いた 山崎 圭一 著 8巻 [デジターあり]

YouTubeで動画授業を配信する高校教諭による「ストーリー」に特化した新しい参考書。高校の世界史の知識を、年号を使わずにすべてを数珠つなぎにし、地域、王朝、国家などの「主役」をできるだけ固定して解説する。

9の64 戦国武将臨終図巻 生き様死に様プロフィール 河合 敦 著 6巻

戦場で死を迎えた斎藤道三、家臣の突然の謀反により死を強要された織田信長、病で陣没した武田信玄、天寿を全うした北条早雲…。死と隣り合わせだった武将40人の生き方と死に方を紹介する。

9の65 ヨルダンの本屋に住んでみた フウ 著 4巻

アラビア語すら知らないのに、ネットで見つけて一目惚れしたヨルダンの本屋に「働かせてください!」とメールを送った。返事は「OK」のみ。このたった2文字を頼りにいざ渡航してみると…。カオスで愉快的ヨルダン破天荒滞在記。

9の66 世界の力関係がわかる本 帝国・大戦・核抑止

千々和 泰明 著 3巻 [デジアーあり]

戦争をなくしたいけど自分だけ先に武器を手放してしまったら、他の国に侵略されてしまうかもしれない。そんなジレンマの中の世界の力関係を読み解く。

9の67 伊藤忠商人の心得 野地 秩嘉 著 3巻[デジアーあり]

2021年に純利益、株価、時価総額の指標で業界トップになった伊藤忠商事。総合商社界で万年4位だった最強商社のユニークな「商人道」を、経営者の言葉から解剖する。

9の68 脳科学で解き明かすあの人の頭のなか 中野 信子 著 2巻

人というのはどうしても周囲の人が気になるもの。人間の心も考えも、すべて脳の働きによって生じているという事実を知れば、不確かな臆測に惑わされ、振り回されることがなくなる。人の言動が脳によって支配されている仕組みの一端をわかりやすく解説。

9の69 老いを生ききる 軽度認知障害になった僕がいま考えていること

山本 學 話し手 朝田 隆 聞き手 3巻 [デジアーあり]

2つのがんに、白内障、緑内障、そして軽度認知障害を抱える俳優・山本學が「老いを生きる」をテーマに語った記録。認知症専門医が聞き手となり老いと、どう向き合い、どう生きていくのか、その本音と知恵を伝える。

9の70 こちら、沖縄美ら海水族館動物健康管理室。

世界一の治療をチームで目指す 岩貞 るみこ 作 2巻 [デイズあり]

ワンチームで動物の健康を守る!人間と海の生き物がおりなす、沖縄美ら海水族館で本当にあった7つのノンフィクションドラマ。イルカの人工尾びれ、マナティーの妊娠・出産・育仔など、動物健康管理室で働く職員と飼育員が一緒になって取り組んだ仕事を紹介。

9の71 本物の医学への招待 驚くほど面白い手術室の世界

北原 大翔 著 5巻

手術中に一番焦ったことは?人間の肉を切るときは匂いがするの?手術の疑問のアレコレを誰もが一度は考えたはず。シカゴ大学心臓外科医が日本とアメリカで働いてきた経験をもとに医師の視点から見た病院・医療の実態や、外科医として手術室の中で体験した事象をQ&A形式であなたの疑問を解決。

9の72 おひとり京都の晩ごはん 柏井 壽 著 2巻

京らしさを気軽に味わえる店、地元民気分を味わえる店…。年間100回以上の「ひとり晩ごはん」を楽しむ京都在住の著者が足繁く通う店、自信をもってお奨めできる店を厳選紹介。

9の73 それ、いつまで持ってるの?

部屋と心を整える「ガラクタの捨て方」 筆子 著 3巻 [デイズあり]

タンスの中にあるその服、最後に着たのはいつですか?捨てにくいものを無理なく手放し、心と空間をスッキリさせる方法を具体的にわかりやすく紹介。実家の片付け、やめられない悪習慣のやめ方も掲載。

9の74 世にも奇妙な日本語の謎

日本が好きすぎて日本に帰化した元アメリカ人の応用言語学者が語る

アン・クレシーニ 著 3巻 [デイズあり]

婚約相手の仕事の都合で日本にやってきた著者。最初は日本になじめず、日本のことが大嫌いだった。しかしひょんなことから日本が大好きに。日本が好きすぎて、日本に帰化した元アメリカ人の応用言語学者が、日本語の「謎」と「魅力」「面白さ」を語る。

9の75 ブラックスワン 相場 英雄 著 6巻 [デジアーあり]

台北で警護の仕事を手で請け負いながら暮らしている元自衛官の城戸護。彼の元に養女から依頼が入った。彼女の友人である日本人女性研究者を沖縄に連れて行ってほしいという。その友人・福本真衣の父はかなりの心配性らしく、渋々と依頼を受けた城戸。ひとまず彼女を台北市内に案内したところ、何者かが狙撃してきて…。

9の76 豊臣家の包丁人 木下 昌輝 著 7巻

「わしら出自は雑魚やもしれんが心は鯛ぞ」―。不用なものとして捨てられていた雉の内臓を使った汁、戦の前に即席のかまどで焼いた下魚の蒲鉾、秀吉と秀長の故郷の味…。豊臣家の天下統一の陰には、凄腕の料理人がいた！その男は京出身の大角与左衛門。戦国時代の料理に光をあてた天下取り物語。

9の77 アフター・ユー 一穂 ミチ 著 6巻 [デジアーあり]

タクシー運転手の青吾が仕事を終えて家に帰ると、帰宅しているはずの恋人・多実がいない。翌日以降も戻る気配がなく焦りを募らせる青吾のもとに多実が見知らぬ男性と五島列島の遠鹿島で海難事故に遭い、行方不明になったという知らせが届き…。喪失を通して愛を問う、大人の恋愛小説。

9の78 対決の記者 本城 雅人 著 6巻 [デジアーあり]

新聞記者・関口豪太郎は、一人の青年の訃報に耳を疑った。昼間知り合った好青年が、深夜に溺死体となって発見されたというのだ。しかも青年は偽名を使っていた。豪太郎は取材に乗り出す。一方、東京本社の調査報道班は、ある新興企業の不正疑惑を追っていた。やり手の社長が犯した“人として許されないこと”とは？

9の79 蛍たちの祈り 町田 そのこ 著 5巻 [デジアーあり]

山間にある小さな町の中学生、幸恵と隆之は互いの秘密を守り合うことを決めた。15年後、ふたりの予期せぬ再会が、家族や友人、町の人々に影響を与えていき…。一人一人のささやかな祈りを描いた、心震える傑作小説。

9の80 ハウスメイド フリーダ・マクファデン 著 高橋 知子 訳 5巻

前科持ちのミリーが手に入れた、裕福な家庭でのハウスメイドの仕事。だが、この家族は何かがおかしい…。不可解な言動を繰り返す妻・ニーナと生意気な娘・セシリア、この二人と結婚生活続ける夫のアンドリュー。彼ら家族にまつわる真相が明かされるや、それまでに目にしたものすべてがひっくり返る。2026年本屋大賞翻訳小説部門第2位獲得作品。

司書の掘り出し物

当館で過去に製作した図書や雑誌の中から、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、録音時間、内容の順です。別媒体がある場合は表示しています。

〈音声デイジー図書〉※81 から 85 まで

9 の 81 イヤなことはしない! しなやかに、気楽に、飄々と

樋口 裕一 著 3 時間 45 分

人生後半をラクに過ごすための、ストレスフリーの生き方とは。しなやかに、気楽に、飄々と生きる著者が、どんなことを考えて日常生活を送っているか、日々の出来事にどう対処しているかなどを紹介。

9 の 82 こんにちは、保健師です 池田 香理 著 2 時間 34 分 [点字あり]

保健師と看護師はどう違うの?どんなところで働いているの?どうやったら保健師になれるの?保健師という仕事の楽しさや大変さ、やりがい、そして日本人の健康に対する意識などをまとめる。

9 の 83 ショパン 音楽家の伝記 はじめに読む1冊

ひの まどか 著 6 時間 13 分 [点字あり]

ロシアの弾圧に苦しむポーランドで生まれたショパンは、家族と離れ死ぬまで外国をさまよい…。祖国への思いを胸に音楽で戦ったショパンの人生を紹介。

9 の 84 ゾンビ日記 押井 守 著 6 時間 53 分 [点字あり]

俺の仕事は狙撃手だ。狙撃の対象は人間だが、俺は殺人者ではない。何故なら俺が狙う標的は「死者」だからだ。運命の日から数年後、東京を彷徨う男と共存するのは、犬や猫の動物ではなく、徘徊するゾンビのみ。ゾンビたちが出現した理由は?運命の日には何が起こったのか?アニメ・映画監督の押井守が描く、新しい小説世界。

9 の 85 天国へいったサーブ 続・盲導犬サーブ物語

手島 悠介 著 2 時間 24 分

主人の命を救うため、前足を失った盲導犬サーブが、テキサス名誉州犬となったり、韓国に盲導犬が初めて導入されるきっかけをつくったいきさつ等昭和63年死ぬ迄の物語。

「すばる」 9 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：0 8 8 - 8 2 3 - 9 4 8 8

F A X：0 8 8 - 8 2 0 - 3 2 1 8

メールアドレス：kc-120200@city.kochi.lg.jp

発行日：2026 年 9 月 5 日