

日視連点字図書館ニュース 第182号

2020年4月発行

日本視覚障害者団体連合点字図書館

〒169-8664 東京都新宿区西早稲田 2-18-2

TEL: 03-3200-6160 FAX: 03-3200-7755

E-mail: toshokan@jfb.jp

URL: <http://nichimou.org/>

開館時間: 午前 9 時～午後 5 時

休館日: 日曜、祝日、第 2・4 土曜、年末年始、夏季休暇

☆館長あいさつ☆

点字図書館館長 しみず ともこ
清水 智子

こんにちは。世の中がなんとなくざわついて、落ち着かない昨今ですが、皆様いかがお過ごしでしょうか。

それでも、季節は変わらず巡ってくるもので。4月4日は、二十四節気の「清明」でした。清明という言葉は、春の清らかで明るい様子を表す「清浄明潔」という言葉からきているそうです。

古くからの暦を記した『こよみびらん暦便覧』には「万物発して清浄明潔なれば、此の芽は何の草としれるなり」と書かれています。その意味は「全ての草木が一斉に芽吹きはじめ、清々しくなり、この芽が一体何の草木のものかわかる」ということ。寒い冬を越え、いきいきと萌え出づる、明るい季節が始まるイメージでしょうか。

そんな4月には、新しい生活のスタートに、胸を躍らせている方も多いことでしょう。ただその中で、気をつけておきたいこともあります。変化の多いこの季節は、知らず知らずのうちにストレスを感じていることもある、ということです。

ストレスの尺度を測る「ライフイベント法」によると、人は、「結婚」「妊娠・出産」「長期休暇」「収入の増加」など、ポジティブと思われる出来事でもストレスを感じている、ということがわかっています。

つまりストレスは、必ずしも「自分にとって望ましくない出来事」に限らず、「それまでの自分の状況(環境)」と「新しく起きた出来事」との「ギャップ」によって引き起こされるものでもある、ということです。

毎日を健やかに楽しく過ごすためには、まずは「自分にとって、どんなことが、どのようにストレスになるのか」を知ること。その上で、毎日こまめに、ストレスを解消することが大切です。

特にこの春は、どなたにとっても、疲労が蓄積しやすくなっていることと思います。なんだか疲れたな…と感じたら、まずは休息をとること。そして、自分なりのストレス解消法を持つ、呼吸法などのリラクゼーション法を取り入れる、など。毎日の疲れを、その日のうちに解消するよう、心がけましょう。

また、適度に太陽の光を浴びることも、心身の健康にとって、とても大切なことです。外出の機会も減りがちかもしれませんが、朝、庭やベランダに出てみたり、無理のない範囲で近所をお散歩するなどして。

せっかくの、清浄明潔なこの季節。少しでも、その清々しさを味わいながら。皆様が穏やかな毎日を送ることができるよう、願ってやまない今日この頃です。

★点字図書館からのお知らせ★

★デジ書追加目録が完成しました★

デジ書の追加目録2018年度版を発行しました。2018年度の1年間に新しく受け入れた図書を収録しています。

貸出、購入のいずれでもご利用いただけますので、ご希望の方は、日視連点字図書館までお知らせください。

なお目録のデータは、日視連ホームページからダウンロードすることもできますので、併せてご利用下さい。URLは下記の通りです。

【URL】 <http://nichimou.org/morebooks/borrow/catalog/>

★日視連トピック★

♪総合相談室のご案内♪

総合相談室では、下記の無料相談を行っております(予約制)。

①法律相談:4月10日(金)、5月8日(金)、6月12日(金)

②総合相談(眼科・生活):年2回(10月・2月)

③聞こえにくさ相談:年1回(秋に開催予定)

④集中電話相談:月1回。テーマ、日程等はJBニュースにて告知都合により、日程が変更になる場合があります。ご了承ください。

その他、生活全般についての電話相談も随時受け付けております。

【お問い合わせ】

日本視覚障害者団体連合総合相談室 TEL:03-3200-0011

♪ 新商品のご紹介 ♪

※表示価格は税込です。

ラジオ付きICレコーダー DP-401

価格:12,000円

大きさ:縦114mm×横54mm×厚さ19.7mm 重さ:95g

大きくわかりやすい形状のボタン配置と音声案内で簡単に操作できます。ワイドFM対応のラジオ機能や、マイクで拾った音を増幅してイヤホンから聞くことができる集音機能が付いています。内蔵メモリ(4GB)のほか、別売りのSDカード(2GBから32GB)も使用できます。録音音質は128kbpsで、内蔵メモリ4GBに最大約65時間録音可能。電源は単4形乾電池2本。

【お問い合わせ】

日本視覚障害者団体連合用具購買所 TEL:03-3200-6422



職員オススメ図書のご紹介

サピエ図書館の所蔵資料の中から、職員おすすめの3冊をご紹介します。

【歴史】「元禄御畳奉行の日記 ～尾張藩士の見た浮世～」

げんろくおたみぶぎょう にっき おわりはんし み うきよ
こうさか じろう
神坂 次郎 著 (点字3巻、デジター7:03、テープ4巻)

おわりとくがわ あさひぶんざ えもん おうむ
尾張徳川家の無類の記録マニア、朝日文左衛門の27年に及ぶ日記「鸚鵡
ろうちゆうき
籠中記」。泰平の世の武士や庶民の生活と元禄時代の文化を、酒好き芝居好
き女好きな下級武士が綴った1冊。

【自然科学】「針灸入門669問」

しんきゆうにゆうもん もん
もり かず
森 和 監修 (点字・データ4巻、デジター7:32、テープ6巻)

中国を代表する中医学院で出題された試験問題を、体系的に整理し、もれ
なく収集。単なる資格試験のみに偏ることなく、中医学の本質と臨床の真髓が
自然に会得できる1冊。

【文学】「星の証言 ～弁護士朝吹里矢子～」

ほし しょうげん べんごしあさぶきり や こ
なつき しずこ
夏樹 静子 著 (点字7巻、デジター11:48、テープ9巻)

建築会社の名門、山浦社長の家に深夜しのびこんだ男が、木刀で殴られバ
ルコニーから転落死した。だがその男は、山浦の直属の部下であり、一人娘
の婚約者だった。正当防衛か傷害致死か。階下で発見されたシャツのボタン
が意外な真相を暴きだす—。新米女性弁護士の活躍を描く会心の推理集。

点字図書《◎印は本とデータあり》

【自然科学】

◎^{いじほうはんれいひやくせん}医事法判例百選 ^{うつぎしん}宇都木 伸 ほか編 21巻

第二次世界大戦後の全判決を対象に、医事法判例を厳選。「医療制度」「医療情報関連」「医事行政・薬事行政」「医療過誤」など10部に分類し、108件の判例を収録し解説する1冊。

◎^{つうふう こうにようさんけっしょう}痛風・高尿酸血症 ^{びょうき}～わかりやすい病気のはなしシリーズ34～
^{にほんりんしやうないかいかいがかくじゅつぶ}日本臨床内科医会学術部 編 1巻

一般社団法人日本臨床内科医会が患者さん向けに編集・発行する冊子。病気別に、イラスト入りでわかりやすく解説。

【技術】

みんなでミートクッキング 4 ^{しよくせいかつきやうかい}すこやか食生活協会 編 1巻

牛肉、豚肉を使った料理16品のレシピを紹介。カード1枚ごとに料理1品の材料と作り方を説明。点字・大活字併記。音声コード付き。

【点字絵本】

^{てん}天とくつついた島 ^{しま}^{たてまつ}立松 ^{わへい}和平 文 ^{スズキ}スズキ コージ 絵 1巻

島の人を豊かにするため、技師はサンゴ礁を爆破しようと思いました。けれど浜辺で老女に出会い海が命をはぐくんできていると言われ考え込みます。ダイナミックな絵が読者を引き込む魅力の絵本。

バナナじけん たかばたけ 高 畠 な お 那 生 作 1巻

車からバナナがひとつ落ちました。そこへさるが来て、バナナを発見。どうすると思う？もちろんパクッ。そして皮をポイツ。すると、そのあと…。みんなで笑える楽しい絵本。

はねはねはねちゃん

なかがわ りえこ ぶん やまわき ゆりこ え 1巻

はねちゃんは、きりんと「うーん」と背伸び、がちょうと一緒に「があがあがあ」と川まで行進。お子さんと一緒に、はねちゃんや動物たちに負けないくらいに体操をしてみませんか。

ひとつ・いっぱい すぎた ひろみ 杉 田 比 呂 美 作 1巻

レタスがひとつ。ぱりぱりちぎったら、葉っぱがいっぱい。クッキーのビンがひとつ。開けたらクッキーがいっぱいこぼれてきた。赤ちゃんにとって身近ないろいろなものが画面いっぱいに広がります。大人にとってちょっと困りものの赤ちゃんの遊びや、自然の作り出す美しい風景を、軽快なタッチで描いた絵本。

もーいいかいまあだだよ ひらいで まもる 平 出 衛 さく 1巻

球根ぼうやといもむしくんがかくれんぼを始めました。「もーいいかい」と球根ぼうや。「まあだだよ」といもむしくん。何度も何度も「もーいいかい」ってきいて、やっと「もおいしいよお」の返事が。さあ、さがしにいくよ！

ゆき！ゆき！ゆき！

オリヴィエ・ダンレイ さく たなか まや やく 1巻

くらくて、さむいよる。そとは、ゆき。でもママは、ぼうやといっしょに、ゆきのなかへ…。ゆきのよるの、ママとぼうやのぼうけんを描く絵本。自然とのふれあい、親子の情愛の豊かさを感じさせる、うつくしい一冊。



録音図書《★印はデイジーとテープあり
無印はデイジーのみ、●印は一般CD》

【総記】

しっかり知りた^しいビッグデータとAI^{エーアイ}

うの たけあき いけだ あきこ
宇野 毅明、池田 亜希子 著

じょうほう けんきゅうき こうこくりつじょうほうがくけんきゅうじょ
情報・システム研究機構国立情報学研究所 監修 4:06

人間より賢いAIってホントにできるの？会社員^{こぼやし}の小林さんと専門家^{たなか}の田中博士^{はかせ}の会話を通して、AIの基本、ビッグデータの正体と可能性、AIと人間との関わり方など、ビッグデータとAIをビジネスに活かす方法を解説。

【歴史】

ゲーテンベルク^{センチュリー ブックス} ~Century books. ^{ひと しそ}う 人と思想150~

とかの かつや
戸叶 勝也 著 7:25

ヨーロッパの発展に大きく貢献した活版印刷を発明したゲーテンベルク。彼の生涯と業績を、当時の社会的・文化的背景との関連に触れつつ叙述する。

吉田松陰^{よし だしょういん} ~Century books. ^{ひと しそ}う 人と思想144~

たかはし ふみひろ
高橋 文博 著 9:55

幕末日本という変革期に、29年の短い生涯を激烈に生きた吉田松陰。
^{しょうかそんじゆく}松下村塾を主宰した思想家の生涯と思想の要点を明らかにする。

【社会科学】

しゃかいふくし てびき
社会福祉の手引 2019

とうきょうとふくしほけんきょくそうむぶそうむか
東京都福祉保健局総務部総務課 編 22:12

東京都の社会福祉の各制度及び保健・医療分野の事業、福祉サービス等の利用手続き、相談機関等の情報を掲載。情報は2019年4月1日現在。

ちよう かじょうが ばいはや みりよくてき つた ぎじゆつ
超・箇条書き ～「10倍速く、魅力的に」伝える技術～

すぎの みきと
杉野 幹人 著 5:16

“たかが”箇条書きこそ、最強のスキルである！伝えたいことを羅列するだけの普通の箇条書きとは異なる、「短く、魅力的に伝える」箇条書き、そして人を動かす箇条書きのエッセンスを紹介する。

とうきょうしょうぼうちよう し れいわがんねんどぼん
●東京消防庁からのお知らせ 令和元年度版

あんしん あんぜん せいかつ やくだ ぼうかぼうさいじょうほう
～安心・安全な生活に役立つ防火防災情報～

とうきょうしょうぼうちようぼうさいぶぼうさいあんぜんか
東京消防庁防災部防災安全課 編 1:47

東京都民が安心して安全な暮らしを送れるよう、防火防災に関する様々な情報を音声で収録。「事例集 視覚に障害がある方たちの防災訓練」「火災から尊い生命を守ろう」「地震から命を守る家具転対策」ほか。

【自然科学】

きゅう びょうき なお はなし だい しゅう きゅうどうりんしょうよろく
お灸で病気を治した話 第10集 ～灸堂臨床余録～

ふかや いさぶろう
深谷 伊三郎 著 7:25

著者が直接治療した記録をそのまま日記風に収録。物語の中に深谷灸の秘訣が記されている。治ったときの喜び、有効経穴の検出と選定(痔痛、下肢疼痛、鼻閉塞、糖尿病、四十肩ほか)、挫創と捻挫の即効治験等。

かた
肩こり ~わかりやすい病気のはなしシリーズ47~
にほんりんしょうないかいかがくじゅつぶ
日本臨床内科医会学術部 編 0:29

一般社団法人日本臨床内科医会が患者さん向けに編集・発行する冊子。
病気別に、イラスト入りでわかりやすく解説。

こうせいろうどうはくしょ へいせい ねんぱん
★厚生労働白書 平成30年版
へいせい ねんどこうせいろうどうぎょうせい ねんじほうこく しょうがい びょうき む あ すべ
~平成29年度厚生労働行政年次報告 障害や病気など向き合い、全ての
ひと かつやく しゃかい こうせいろうどうしょう
人が活躍できる社会に~ 厚生労働省 編 8:24 6巻

障害や病気を有する人などに焦点を当て、自分らしく生きることができる社会の実現に向け、現状や国民の意識、事例を分析。また、2018年3月までの動きを中心に、さまざまな政策課題への厚生労働省の対応状況を記載。

もぐらはすごい アイヤ井 アキコ 著 かわだ しんいちろう
川田 伸一郎 監修 0:47

まっくらな土の中に住んでいるもぐら。どうやって土を掘るんだろう？いつ寝ていつ起きるんだろう？掘ったトンネルの中はどうなっているんだろう？謎だらけの暮らしを紹介。2019年度青少年読書感想文全国コンクール課題図書。

ふしゅしんりょうじっせん
リンパ浮腫診療実践ガイド
ふしゅしんりょうじっせん へんしゅういいんかい
「リンパ浮腫診療実践ガイド」編集委員会 編 11:41

リンパ浮腫の診断・治療から、診療体制や患者の精神面のケア、セラピスト養成、患者会の活動まで、リンパ浮腫のケアに関わるあらゆる事項を網羅。全国各地の取り組みがわかる1冊。

【産 業】

しよくりょう のうぎょう のうそんはくしよ へいせい ねんど のうりんすいさんしやう
食料・農業・農村白書 平成30年度 農林水産省 編 1:02

平成30年度に多発した自然災害からの復旧・復興、現場への実装が進む
スマート農業、広がりを見せる農福連携^{のうふく}、農産物・食品の輸出拡大、規格・認
証・知的財産の活用などを収録。

こんじゃく ろん オールド アンド ニュー アネクドーツ
ビール今昔そもそも論 ~OLD AND NEW ANECDOTES
アバウト ビア ~ はしだ あきら
ABOUT BEER~ 端田 晶 著 5:43

にほん
日本ビール検定を監修する著者による、ビールのうんちく本。注目のクラフ
トビールを始めとして、昔のビールの逸話や今に通じる雑学、誤解されがちな
ことを原点から見直した「そもそも論」など、幅広い話題を収録。

【芸 術】

いっさい きききりん きき きりん
一切なりゆき ~樹木希林のことば~ 樹木 希林 著 5:08

名女優が語り尽くした生と死、演技、男と女。さまざまな雑誌に掲載された
樹木希林の言葉。ユーモアと洞察に満ちた希林流生き方のエッセンスが満載。
年譜^{うちだややこ}、内田也哉子による喪主代理の挨拶も収録。

【日本文学】

ぎんざ きんざひやくてん
おしゃべりな銀座 銀座百点 編 6:51

きらきらと輝くショーウインドウ、資生堂^{しせいどう}パーラー、銀座の街のぬくもり…。作
家・女優・画家・映画監督らが綴る、とっておきの銀座のはなし50篇。日本初
のタウン誌『銀座百点』から生まれたエッセイ集。

ふゆ えいこう エヌエイチケイ ばんぐみ エフエム
冬の曳航 ～NHKラジオ番組 FMシアター～

くわはら りょうこ かの よしひろ
桑原 亮子 作 菅野 由弘 音楽

やまじ かずひろ こばやし かつや ほんじょう ゆうたろう
山路 和弘、小林 勝也、本城 雄太郎 ほか出演 0:52

僧が生き仏として閉じ込められた舟に乗り、海の彼方にある浄土を目指す、
補陀落渡海。鎌倉時代を舞台に、渡海船を曳く小舟を操縦する若者と、渡海
僧として海上を曳かれていく2人が、心の師と弟子ともいえる関係になっていく
までの1日のドラマ。平成29年度(第72回)芸術祭優秀賞作品。

まじょ くさの
魔女ののろいアメ 草野 あきこ 作 ひがし ちから 絵 0:38

魔女が売っていたのは、悪口を10個言いながらつくる「のろいアメ」。サキ
が大嫌いなおねえちゃんの悪口を言いながら、ぼうでビンの中身をくるくるま
ぜると…。2019年度青少年読書感想文全国コンクール課題図書。

【外国文学】

サイド・トラック ～走るのニガテなぼくのランニング日記～

ダイアナ・ハーモン・アシャー 作 武富 博子 訳 8:15

A D D (注意欠陥障害)があり、授業を聞いていられなかったり、同級生に
からかわれたり、日々心配事が絶えない中学生のジョセフ。運動が嫌いなの
に、陸上競技をするハメになり…。あきらめない心の大切さをユーモラスに描く、
2019年度青少年読書感想文全国コンクール課題図書。

ザ・ヘイト・ユー・ギヴ ～あなたがくれた^{にく}憎しみ～

アンジー・トーマス 作 ^{はっとり}服部 ^{りか}理佳 訳 15:18

ギャングがはびこる町に暮らす女子高生スター。ある晩、幼なじみカリルが白人警官に射殺される。だが目の前で起こった事件は、事実と異なって報道され…。悩み、怯えながらも、スターはカリルの声となるため立ち上がる。2019年度青少年読書感想文全国コンクール課題図書。

ブロンテ^{しまい}姉妹 ～Century books. ^{ひと}ひと^{しそ}う思想128～

^{あおやま}青山 ^{せいこ}誠子 著 9:04

『ジェイン＝エア』、『^{あらし}嵐^{おか}が丘』などの作品で知られるイギリスの作家、ブロンテ三姉妹。彼女たちの人生と作品に光を当て、思想的側面を考察する。

