目次

第一章　父のノート……1
第二章　幼年時代……8
1．村における我が家の立場　8
2．遊び　10
3．私の仕事　14
第三章　初等部時代……17
1．入学　17
2．複式学級　18
3．点字楽譜の解読　20
4．ソロバンとテーラー計算機　22
第四章　東京盲学校中等部時代……24
1．入学試験　24
2．入学　25
3．自由の謳歌　27
4．自治会　28
5．全国体育大会　30
6．キリスト教に入信　31
第五章　東京盲学校師範部時代……33

1．盲学校教員を目指して　33
2．戦時下における教育　34
3．教育実習　39
4．勤労動員　39
5．生活周辺のことなど　40
6．卒業式　42
第六章　岡山盲学校時代・・・

2．一つの実験　60
3．鍼灸存廃問題　61
4．各種制度の改革　63
5．鍼按科から理療科へ　64
第八章　附属盲学校時代・・・65
1．最初のクラス担任　65
2．盲人野球　70
3．教科書の執筆　70
4．公務員宿舎へ　71
5．理療経営の近代化　74
6．理教連厚生部　75
7．ＮＨＫの盲人の時間（現・聞いて聞かせてブラインドロービジョンネット）　78
8．普通科教育の充実　80
9．養護訓練教諭に　82
10．盲学校教員のヨーロッパスタディーツアー　84
11．最後のクラス担任　89
第九章　点字研究との関わり・・・93
1．日本点字研究会常任理事に　93
2．日本点字委員会の成立　97
3．日点委の歩み　101

4．二つの記念行事　104
その一　点字制定百周年記念行事　105
その二　ブライユ記念館見学の旅　106
第十章　退職記念の旅……110
1．三つの魅力　110
2．思いがけない事態　112
3．テルアビブ　113
4．エルサレム　114
5．ガリラヤ湖周辺　117
6．イスラエルとアラブ　119
7．ローマの光と影　120
8．グレゴリアン聖歌　122
9．ルルド　123
10．パリの夜　125
11．今日もお幸せ　127
12．団長坂谷神父　127
13．お別れの握手　128
14．テレビ出演　129
15．駅員との会話　129
16．巡礼友の会　130

第十一章　東京ヘレン・ケラー協会へ……132
1．趣味か仕事か　132
2．東京ヘレン・ケラー協会　133
3．点字出版局の開設　134
4．六種類の点字雑誌　135
5．世界思想全集　138
6．ライトアンドライフ　140
7．点字ジャーナル編集長に　143
その一　「ジャーナル時評　―引き際の美学―」　144
その二　「繋いだ手で神戸と淡路を結ぶ」　146
8．点字講習会　148
その一　主婦が点訳を始める時　150
その二　五十歳の挑戦　151
その三　家庭でできるボランティアを求めて　152
その四　点字で数学の参考書を　153
9．退職　154
10．視覚障害者デイケア施設「レモンの木」　155
11．阿佐先生へ、心を込めて　156
12．点訳サークル「菜の花」　162
第十二章　日本盲人評論家協会……164

1．意見発表の場の提供　164
2．放談会　164
3．点字評論　165
4．価格差補償　166
5．蒲郡宣言　167
6．評論家協会の解散　168
7．巻頭言　169
その一　ほどほどの人生　169
その二　犠牲ということ　172
第十三章　日本盲人キリスト教伝道協議会……175
1．その創立　175
2．日本盲人キリスト信仰会　175
3．盲伝の働き　176
4．私と盲伝との関わり　177
5．サフランホーム　178
6．サフラン賞・チャレンジ賞　179
終わりに……182