



# 大切な人生を自費出版に

自分や家族、仕事を1冊にした自費出版実例集



株式会社アイワード

昭和、平成時代を生き続けてきた  
かけがえのない人生や企業の歴史を、  
一冊の本にまとめられることができるのは  
あなたにしかできないことです。

誰でも自分の思うままに出版できるのが

「自費出版」の長所です。

自費出版には、主題や内容などに

大きな制約はありませんので、

自分や家族のことを

思いっきり表現できる魅力があります。

本を作ることは、

自分の思いを誰かに伝えること、

そして本は、あなたの宝物になり、

分身として生き続けていきます。

もくじ

『美容文化創造の道』

信頼、感謝から学んだ株式会社ウヤマの五十年…………… 4

著者 宇山 照江 様

『散歩道』…………… 8

著者 坂下 勇輔 様

『妻が逝く』…………… 12

著者 泉 脩 様

『もう一度かあさんの声が聴きたい』…………… 16

著者 法邑 美智子 様

『私の歩んだ税理士五十有余年の道』…………… 20

著者 春野 守夫 様

あなたの本ができるまで…………… 24

『美容文化創造の道』  
信頼、感謝から学んだ株式会社ウヤマの五十年

著者 宇山照江様

A5判 二百九十六ページ 上製本  
カバー付 発行●二〇一二年



五坪、鏡二面でのスタートでしたが、多くのお客様のご支援を賜り、スタッフにも恵まれましたことにも感謝しております。五十年を振り返りますと、「師」として仰げる先生方に巡り会えたこと、その上、良き友人にご縁を頂いたことは何にも勝る力になりました。

美容の技も奥深く学び「衣紋道」まで進むことが出来ました。目標を掲げ、夢を実現できる環境を作り上げるには、多くの困難が待ち受けておりましたが、「一歩前進」を心に刻み、今日を迎えられ、更に、五十年の集大成をまとめることが出来、このように上梓した事はこの上ない喜びであります。(あとがきより抜粋)



ヨーロッパ研修で大きな刺激を受けました



海外研修帰国後の映写会の集い

そのための努力と勉強、さらには「やり通す」という信念を持つことが、美容師として成長するためには大切なのです。練習の成果が実り、賞を頂いた時には、スタッフ全員で喜びを共有しました。

昭和四十二(一九六七)年、私はフランスとイギリスの美容を学びに研修に行きましたが、この経験が当社の海外研修制度に繋がっています。

この年、フランスに本社を置く化粧品メーカーのロレアルが、全国美容室に海外研修を呼び掛けました。ロレアルの本社を見学し、フランスとイギリスの美容室を巡る二十四日間ほどのプログラムです。

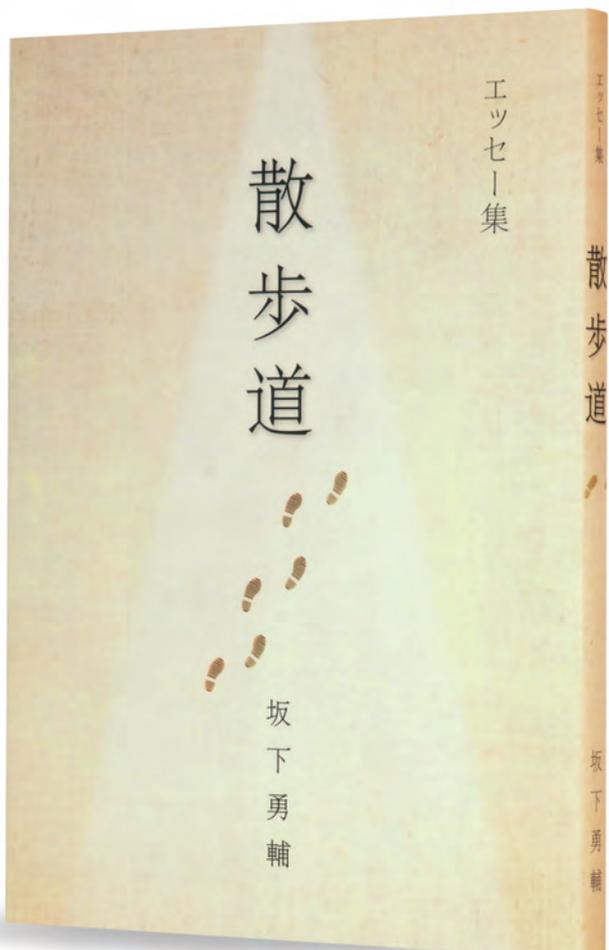
日本の美容界が進歩したと言っても、美容の本場はやはり欧米ですし、敬愛する山野愛子先生が戦後いち早くアメリカに渡り、彼の地の美容技術を修めてきたことが後の発展に繋がったように、私も本場で学んでみたいとの思いを抱き続けていました。しかし、円が固定相場から変動相場に変わる前年で、まだ一ドルが三百六十円の時代でした。二十日を超える海外研修は、費用的にも当社にとっても一大事業

私が歩んできた

## 『エッセー集 散歩道』

著者 坂下 勇輔 様

A5判 百六十二ページ 並製本  
カバー付き 発行●二〇一二年



散歩道をぶらぶら歩くことは誰にでもできるように、エッセーも誰にでも書けます。考えてみたら、私の人生もまた八十路の今まで、散歩道をぶらぶら歩いてきたようなものですね、紆余曲折、いろいろな経験を経てたどり着いたのです。それが今は思いつきとなって蘇ります。月に一つの文章教室からの課題を、その思い出で語ることが私のエッセーなのです。エッセーを書き始めてほぼ二十年の歳月が流れましたが、私のぶらぶら歩きはまだ続きそうです。エッセー集も「万華鏡」に始まり「ルンペンストープ」「ぶらぶら歩き」と続き「散歩道」に至りました。今やエッセーは、私の遊びであり楽しみにもなりました。

(あとがきより抜粋)

## 元気の源は会話

心臓病の高齢者が二人で一軒家に住んでいる我が家の一日は、「おはよう」の挨拶で始まる。お互いに元気であることを確認する一声で始まる。その内容は、テレビ、新聞といろいろだが、教育となると経験があるだけに熱が入る。

また二人は旧満州からの引き揚げ者だから、苦労話では共通の話題に事欠かない。

「どんな苦労にも耐えられる」

と自信満々。会話の声もだんだん大きくなる、さらに飛躍して「将来食糧危機が訪れても生き延びることができるぞ」と、ヒートアップ。こんな他愛のない話が実は一日一日を生きていく夫婦の活力になっている。

先日、横浜にいる長男に会った時、「今の職場には人間性が欠如していて、上司には他

人を思いやる心など微塵もない。だから月曜日になると会社に向かう足取りが重くなる」と、歎いていたし、近くに住んでいる次男は、転職してやっと二年が経ったばかり。「新しい職場に慣れたらどうか」と心配だ。夫婦の会話に親心がちよっぴり顔を出すと、心が萎える。

そんな時に長男から電話が来た。

「お父さんにいろいろと話を聞いてもらったら、気持ちがすっきりした、元気で会社に行くよ」

とのこと安堵した。

しばらく顔を見せなかった次男夫婦がひよっこりやってきて

「社長と約束した膨大な資料の整理に三日間徹夜したよ」

と、誇らしげに語る笑顔には達成感が満ちていた。

「子どもたちの話を聞くと、なんだか元気を貰ったような気がするね」

と、妻との会話がいつそう弾んだ。

先日マンションに一人で住んでいる友人が訪ねてきて、昼食を一緒にした時に、しみみりと「みんな話ながら食事すると美味しいね。一人暮らしで三日間も誰とも話さない

# 六十六年間の伴侶への一冊 『妻が逝く』

著者 泉

脩様

B6判 二百八十二ページ 並製本  
カバー付き 発行●二〇一六年



新しい本ができました。七冊目ですが、最後の三冊は一年毎という急ピッチです。残された時間が少ないので、書きためた原稿を整理して急いで本を作ったのです。それでもまだ積み残しの原稿があり、これからも命のある限りは書いていくので、もしかしたら八冊目を作るかもしれません。

本を作るということは、自分の生きざまを後世に残すということ。自分の生き方に自信があるわけではないのですが、やはりかけがえのないものです。特に多くのひととの出会いは大切です。前回と今回は、妻のことが中心になりましたが、やはり私には特別の存在です。出会ってから六十六年という、長い付き合いでした。

(あとがきより抜粋)

前日、息子夫婦が教会にいつて、葬儀をお願いしてきたのである。中年のおだやかな方だった。

妻は剛が小学生の時、PTAの集まりで、当時の加藤牧師の夫人に会い、二人は親しくなつて妻は教会に行くようになった。一九八二年には洗礼をうけ、正式に教会員になった。妻は聖書をくりかえし読み、私にも話してくれた。クリスマスイブには二人で教会に行つて、「メサイア」の演奏を聴いた。全曲ではないが見事な演奏だった。

しかし妻が病気がちになると、教会に行けなくなり、二十年もたった。妻が年内はもたないかもしれないとなつて、家族三人で相談し、春に私が牧師に会つて、事情を話した。牧師は、みんなが心配していて、病氣とたたかっている人の回復を祈る時、必ず泉春美さんの名前もあげているとのことだった。この話を聞いて、私は家族葬ではなくて、教会に葬儀をお願いしようと決心したのである。

### 教会での告別式

十月二十日夜、妻春美の告別式が行なわれた。新築された教会はとても立派で、二階の礼拝堂は三百人を越す人が着席でき、正面の祭壇は広くて、コンサートによく使われるそ

うである。妻の柩は美しい花で飾られていた。献花が、名前をはずして祭壇に置かれ、気持ちが良い光景だった。

家族葬の延長で、新聞に出さず、親戚・友人への連絡もひかえ目にし、私と息子の職場関係にも知らせなかった。それでも六十名を越す方が参列してくれた。大半が教会での妻の友人、知人だった。とても暖かい雰囲気、妻の人徳のおかげと思つた。香典は辞退させてもらった。

パイプオルガンの前奏で始まり、聖歌隊の讃美歌が唱われた。これは途中で何回もあり、時には参列者も加わつた。妻が好きだった水野源三作詞の「ゆだねよ」も唱われた。

聖書の一節の朗読、そして石橋牧師による式辞「共に生きる」があった。「共に生きる」は妻の信条で、家族の話をよく聞きとられて、わかりやすく話された。

全員の献花の前に、喪主である私が挨拶をした。声がつまって中断しないよう、短くすまずつもりでした。しかし、「私たちが出会つたのは高校一年の時でした」と話し出すと、言葉が次々と出てきた。

私の声が吸い込まれるように、熱心に聴きとられた。特に妻の病氣の話になると、ため息が聞こえるような気がした。長くなつても話したいという気持ちで、最後まで話しきつた。

# 『もう一度かあさんの 聲が聴きたい』

著者 法邑 美智子様

二二〇×一二八<sup>ミ</sup> 百八十ページ PUR並製本  
ペーパーバック 発行●二〇一五年第二刷発行



かあさん かあさんの本ができたよ

母が亡くなって五カ月もたつのに 目をつぶるといつも母があらわれます

朝起きて掃除をしているとき キッチンで野菜をきざんでいるとき

スーパードでいろんな買い物をしているとき いつも母がそつと語りかけてきました

寝る前には 母の生き方を思い出し 今を生きる自分と照らし合わせたりもしました

明治 大正 昭和時代の人は多くを語ることなく 日々の生活に追われて過ごしてきた

生き方 生活 それ自体が語りかけてくれます

かあさん本ができたよ

ほんとうに ほんとうに お疲れさまでした

そして そして 温かい愛 たくさんありがとう

(あとがき抜粋)



父母緑叢

何度か連れ出した外食

その度に かあさんはよろこんで

とうさん こんなところで食事できてうれしいね

とうさん おいしいね 父さん ほれ こぼしてるよ

ありがとうと言いつつ お金のことを気にしていた  
もったいない が口癖だった

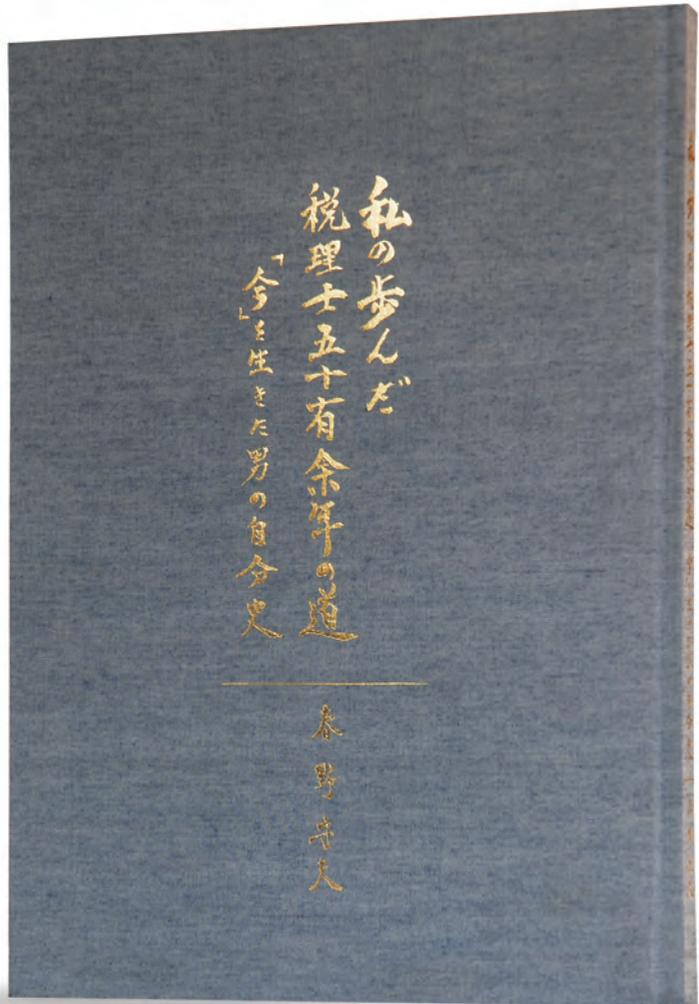
大空を雲がかけめぐり、水もまた、  
やがて大河となっていく

著者 春野 守夫様

# 『私の歩んだ税理士五十有余年の道』

A4変型判 百八十八ページ 上製本

ケース付き 発行●二〇一四年



私の八十六年間の思い出を綴って、一冊の本に纏めることは、なにか不似合いで、纏めうるものでないことは百も承知であります。それを踏まえつつも私は、税理士の業務を中心に多面に亘って貴重な体験を味わい、これらを土台に時宜に即応した挨拶、寄稿、投稿等をつけて参りました。そして一冊に纏めてはみましたが、果たして、その中に自分を褒めすぎているか、いささか気後れもします。こんな人間が生をさらしていたことは事実であります。次代を担う方々に、なにかの参考になれば誠に幸いと存じます。

なお発刊にあたりご協力いただいた笠井彦隆先生に厚く御礼申し上げます。

(あとがきより抜粋)

オン、小長谷ライオンにお願いし、やっと十五名まで戻し次の年には二十名のライオンの誕生をみた。

一九九二年三月に次のガバナーである荒川出身の近藤富貴雄氏に移る時は緊張もほぐれ、七月よりライオン誌日本語版北海道委員に任命され、二年間その職に就く。このことでは亡き雪印の創業者佐藤貢氏との会談、そして、北海道大学・元学長・有江幹男氏の北海道へ渡って来た当時の芦別炭鉱の模様とか、初めて町をゼブラの自転車を乗り回し、大変、父の偉大さには驚かされた。そして自分は、北海道大学総長までの、その後東京大学入試センター所長まで、そして北海道工業大学学長としての面談することが出来た。北海道で誰が北の大地を創り上げたかと聞かれ、故郷富文承ライオン、私との二人に言葉がなかった。

佐藤貢氏のことであるが、雪印のあのマークは静岡の御菓子屋が商標登録しており、これを二十円で買いた話とか、当時協同組合で、牛乳、バターを造っていたが、第一次世界大戦時に大量にバターが西欧諸国より入荷され、北海道バターは惨敗の運命となり、またアイスクリームの製造技術が優れず、佐藤氏は山鼻教会の牧師を

頼りに米国に行き、初めてアイスクリームを成功したと、貢氏は言っており、而し当時耳に障害があり言葉は通せず、井上俊弥ライオンの手ほどきで口頭で答える、そんなやり取りがあり、大変な人にお会いできたことは偏に富文承ライオンのお蔭と感



平成3年プリズベンにて A地区・春野、B地区・有里、C地区・加藤と、331地区揃いぶみ(ガバナー協議会・春野議長)

謝し、想い出の多いライオン誌編集委員であった。  
ライオン誌の委員は各地区より集まった誌編集委員であった。毎年二回、巡回して、その土地の状況を見学させて戴き家内とも一緒に友好の絆はより強くなった。



平成3年7月プリズベンにて 松井幹事、中谷会計、池田委員長と共にレロード参加

## 国際会長賞と 受賞を祝う感謝の集い

### 春野キャビネット挨拶

ただ今はまた近藤ガバナーより素晴らしいお言葉を賜り有難く、先ずもって心より感謝申し上げます。

そして山根氏の地区大会委員長、当時のRC今村ライオンより懐かしく心こもったお言葉を頂き、胸の熱くなるのを感じ、当時を今思い出しております。「光陰矢の如し」言葉通り退任して早いもので二年が来ようとしております。

今日ご列席の各ライオンにおかれましては、私どもキャビネットには厚い友愛と希



平成3年国際会長賞受賞

望に満ちた友情に預かり、無事任期を全うすることができました。その評価は予想を超えて高く素晴らしい数々の賞を受賞することができました。これも偏にご列席の皆様のおかげと深く感謝申し上げる次第であります。特に今日特別の御招きをいたしましたライオンスの日本駐在員、堀越様が東京よりお見えですが、堀越様には私がガバナー就任後、陰に陽にお助けいただきましたこと、札幌創成ライオンスクラブ、江別グリーンライオンスクラブの二つの新しいクラブが誕生しました。いまこの新しいクラブは地域社会に情熱をもって奉仕の道を迷うことなく突き進んでおります。

特に札幌創成ライオンスクラブは年毎に奉仕の輪を広げ今年はいよいよ白枝からのメッセージジャーに対して、社会で弱い立場にある聾啞者に地域社会が、いかに係り、その枝へなりうるか、皆んな考えたシンポジウムであり感動のひと時でありました。

特にあの一年間の想い出となりましたことは、一九九一年六月、プリズベンでビルピック会長の演説の中に、地域社会とは地球全体をいう言葉がいま話題になっております。視力ハーストキャンペーンにもつながり一方においては私ども住んでおり身近



国際会長賞受賞を祝う会(オーベルジュ セラ・セゾン)

な社会への奉仕活動、また一方では世界的な角度から大きくとらえ視力障害者を地球からなくしようとする遠大な計画が打ち出され、いまその実施の最中であります。

また一九九一年十月にネスクラブの存在として、フリーの立場にしようとしたもので私どもキャビネットに来る前に、既にライオネスクラブの会長あてに書類がながれており米国の発想で、理由は明確、クラブ招へいは男女を問わないと、ライオネ

# あなたの本ができるまで

自費出版の最大の魅力は、人それぞれの思いを自由に表現できることです。何か残してみたいと思ったら、まずはアイワードスタッフにご相談ください。

## 1. ご相談

自費出版をしたいとお考えになったら、まずご相談ください。本づくりに経験豊富なスタッフがあなたの思いを、うかがいます。

書きためた原稿や、写真、想い出の品など自費出版の元となるものや、ひな形となる書籍など、どのようなものでも構いませんので一度、アイワードへ、ご持参ください。

## 2. 出版仕様の決定

原稿をどのように完成させていくのか、更には判型やページ数、発行部数や出版時期などを検討していきます。

プロの編集者があなたの原稿を手直したり、プロのブックデザイナーによる装丁や本文デザインなどのご希望がございましたらご相談ください。

## 3. お見積もり

自費出版の仕様が決まりましたなら、担当者が見積もりをいたします。あらかじめ、お考えのご予算や出版の規模などをお聞かせくだされば、ご希望の範囲内で実現できる方法を、一緒に検討してまいります。

## 4. 原稿制作とスケジュール

自費出版の費用と出版の期日が決まりましたなら、発行までのスケジュールを立案します。

原稿を締め切り日までに完成させていく所から、あなたの本づくりが始まっています。

## 5. 最終原稿確認と制作依頼書

完成した原稿が、お見積もりの通りのポリシーや仕様を確認した後、正式に発注書への署名捺印をしていただき自費出版の制作作業を開始します。

## 6. 編集作業と校正

ご要望に合わせて、文字原稿と写真や図などを適宜レイアウトし、ページ編集した「校正」をご提出します。ご自分の意図通りに出来上がっているか何回か修正と調整を繰り返していきます。

## 7. 装幀

本文の校正も大切ですが、書籍の想いを端的に表現できるのが表紙デザインや書名です。ご自分や家族の分身でもあるので、十分な検討とチェックが必要です。

## 8. 最終確認

実際に使用する用紙や表紙の材料を使った「束見本」という仕上り製本見本と、本文ページ、装幀をながめながら最終確認をしましょう。



自費出版のこと  
記念誌のことなど  
お気軽にご相談ください

本づくりの  
プロアドバイザーが  
お答えします!

原稿を自分で書けない、  
掲載したい思い出の品が  
たくさんあるけど…  
本づくりの困り事を、  
当社提携の  
専門スタッフが  
お手伝いします。

## 取材・執筆

著者への取材や資料の収集をおこなって、原稿を作成していきます。

## 撮影

絵画作品や思い出の品などを撮影し、本の内容をさらに豊かにします。

## 造本・装幀

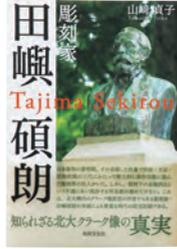
本の外装や意匠の設計、用紙の選定などを含め、本の姿、形を決める役割を担います。

## 編集

誤字脱字点検はもとより、章立て、見出しの調整などをおこない、読みやすい誌面構成を立案していきます。



吉岡 学  
白龍の神導き  
—沖繩 宮古島・伊良部島—



山崎 貞子  
彫刻家 田嶋碩朗



編集／三好 潮  
野の花園



工藤 澄  
山に咲く花  
—川柳編—



中筋 智絵  
詩集 犀



たかた のりこ  
カラーリングブック



長尾 勇  
忘れ残りの草々



泉 脩  
文学を考える  
—札幌民主文学会5年—



谷 暎子  
占領下の児童出版物と  
GHQの検閲  
—ゴードン W.ブラング文庫に探る—



吉原 裕  
改訂宗谷隼介  
山崎半蔵日記



河村 隆夫  
学校は夢を  
—秀作あり駄作あり「挨拶」から  
見えるメッセージ—



工藤さみ子  
忘れな草  
—随筆・短歌集—



鈴木 のぶ  
句集 好日



根間 智子  
Paradigm



船迫 吉江  
花譜 北の野生ラン  
—植物画集—



木村 玲子  
イトムカからの  
メッセージ



発行者／宮坂 友子  
宮坂作雄の生涯と  
まちづくりの足跡  
わがまち



発行者／中西 俊一  
中西阿繰さんと中西家、  
横山家の人々  
お蔭さまで



編纂／横山 泰之  
横山家の歴史



発行者／太田 眞佐枝  
新善光寺中興  
太田隆賢上人の生涯  
無礙光



秋元 宣籌  
秋元宣籌詩集  
詩詞拾録



文／狸小路きみこ  
字／吉田宗里、絵／植田莫  
“明日”への絵本  
敏男おじさんのひとりごと



文／狸小路きみこ  
絵／佐藤忠史、色彩構成／中村哲泰  
“明日”への絵本  
オサクばあちゃんのひとりごと



さく／津山真知子  
え／岩崎万里  
大人の創作童話  
サム すぐそばに



北嶋 充  
北海道発  
そば庵開業のすべて



池田 武臣  
平和と鎮魂  
記憶



佐藤 俊江  
卒寿を越えて記憶と記録  
ばあちゃんの歩んだ道



発行者／三澤 清治  
「札幌市市政功労者」受賞記念  
三澤清治の闘魂人生



瀧口 光輝  
生きの証しに



話者／高瀬 幸一  
編者／河村 和美  
高瀬幸一百年の回想  
いい場所取れよ

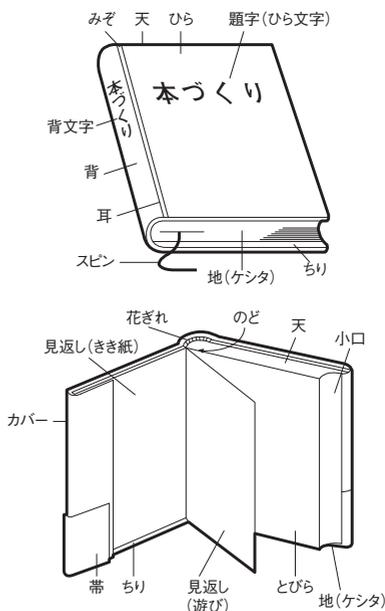


永井 幸一郎  
津軽三味線、茂三ものがたり  
矢立峠



伊藤 ヒデ  
伊藤ヒデ文芸集  
カムイヌカに生きて

# 本の各部の名称



# 本の規格と標準的な文字数

規格	天地×左右	字詰×行数
A 6判	148mm×105mm	42字×16行
B 6判	182mm×128mm	42字×16行
四六判	188mm×127mm	43字×16行
A5〈縦組〉	210mm×148mm	47字×17行
A5〈横組〉	210mm×148mm	32字×27行
B5〈縦組〉	257mm×182mm	59字×21行
B5〈横組〉	257mm×182mm	38字×33行

あなたの本づくりを応援します。

<http://www.iword.co.jp>

サッポロファクトリー 3条館の真向いに、  
自費出版専門会社、株式会社アイワードの本社ビルがあります。



株式会社アイワード

本社 〒060-0033 札幌市中央区北3条東5丁目5番地91

TEL 011-241-9341 FAX 011-207-6178

石狩工場 〒061-3241 石狩市新港西3丁目768番地4

TEL 0133-71-2777 FAX 0133-71-2895