

アクティブ・ラーニング的視点からの国語の授業づくり

草野 美智子*

Designing Japanese Classes from a Viewpoint of Active Learning

Michiko Kusano*

In order to design Japanese classes from a viewpoint of active learning and practice them efficiently, this paper introduces some methods such as role-playing, interview, and letter writing volunteer. The results, effectiveness and problems of these methods are considered at the conclusion.

キーワード：アクティブ・ラーニング、国語授業、ロールプレイ、インタビュー、手紙ボランティア

Keywords : Active Learning, Japanese Language Teaching, Role-Playing, Interview, Letter Writing Volunteer

1. はじめに

学校教育においてアクティブラーニングの多様な手法が模索されている。本論文は、アクティブラーニングの視点から本キャンパスでの国語授業をとらえ、効果的に実践するための手法としてロールプレイ、インタビュー、手紙ボランティアを行った結果を報告し、同手法の有効性と今後の検討事項を考察する。

2. アクティブラーニング

2.1 アクティブラーニングという前に

「新しい酒は新しい革袋に盛れ」という言葉がある。新しい思想や内容を表現するには、それに応じた新しい形式が必要という意味である。

高度経済成長期には、一度に多くの学生に既存の知識の習得をさせ、生産性を高めていくために、一方的知識伝達型講義が日本の成功モデルとして主流を占めていた。

しかし、少子高齢化やグローバル化、そして高度情報化という時代の変化によって、自ら知識を活用し、問題点を発見し、問題解決に導く「思考力・判断力・表現力」が必要とされ、「主体性・多様性・協働性」に重きを置いたアクティブラーニングが新たな手法として脚光を浴びることになった。

既存の知識の習得に効果的な一方的知識伝達型講義であっても、グループ学習・ディスカッション・ディベート・体験学習・質問に答える・問題の答えを板書する・作文を発表する・ノートを提出するなど、すでにアクティブラーニング的な作業は行われていた。しかし、「思考力・判断力・

表現力」を育成するという明確な目標設定が曖昧なままでは、「寝ないだけ」「目的がわからないまま收拾がつかず騒ぐ」「他人まかせ」「アクティブなふりをして話し合う形だけの形骸化」に陥りがちであるのが現状であった。

2.2 アクティブラーニングの定義

「新しい酒」を「新しい革袋」に盛るには、従来の言語活動の充実の延長線上にアクティブラーニングを位置づけて、目的と手法の丁寧な徹底説明講義との時間配分、明確な評価法を提示して実施しなければ、効果は半減する。学生への積極的な働きかけとフィードバックによって、興味・疑問・解決・発見・好奇心・成長・挑戦・不思議・納得・独創性・楽しい・苦しい・不満など何らかの感情を呼び起こし、持続させる手段として本論文では、アクティブラーニングを定義することとする。

3. ロールプレイ授業の観点

アクティブラーニング型の国語授業でロールプレイを行ったのは「学生が望む授業の姿」の観点からである。

「学生が望む授業の姿」として、講義とのバランスを取りながらも、講義一辺倒の受け身ではない学生の主体性が発揮される授業、グループワークの際に多少の競争を取り入れて活動意識があがる授業、内容の質問がしやすい授業、日常生活との関連があり具体例に富む授業、教師や他の学生の考えが聞けて意見交換などのフィードバックが得られる授業、常に現在の能力をわずかに上回る課題に挑戦し続ける授業（限界的練習）⁽¹⁾。これらは、アクティブラーニング型授業の条件を満たしている。そこで特に、「主体性」「競争型グループワーク」「意見交換」「ある程度の難しさ」に焦点を当てて、漢文（故事成語）を上演した。漢文の授業にロールプレイの手法を取り入れたのは、学生自らが何らかの役割を演じ、班ごとに工夫を凝らして

* 共通教育科
〒861-1102 熊本県合志市須屋 2659-2
Faculty of Liberal Studies
2659-2 Suya, Koshi-shi, Kumamoto, 861-1102, Japan

出来栄を競い、批評を加えるという一連の流れが、「聞く」「話す」「読む」「書く」のすべての言語領域で有機的につながるからである。内容を理解するだけでなく、台詞を作成する、心情と動きを考えて身体で表現する、劇を見て理解を深める点で、文字通り身体を動かしての学習となる。

詳細は、拙著「ロールプレイを用いた漢文授業」⁽²⁾に譲るが、特に以下の4つの課題が明らかとなった。

①アクティブラーニングの適応範囲の問題

87.4%の学生が「楽しい・面白い」として授業への意欲を高め、97.6%の学生が「内容が深まった」「登場人物の人間関係が明らかになった」「人物像への理解が深化した」としてほぼ全員が理解できたと感じていた。心情理解や状況理解に関しては確かに効果があったが、文法事項や現代語訳の理解や定着には、定期試験の結果から、アクティブラーニングはなじみにくいことがわかった。読解の基礎である文法や文構造、語彙力を定着させるためには、学生が敬遠するパターン・プラクティスのさらなる必要性がはっきりした。この点では、翌年から設けられた朝自習の時間（1年～3年、始業時間前の10分間）に、テキストを使用した漢字の読み書き練習を提言し、実行に移している。

②ノンバーバルな面の強化

親しみやすいように現代的な口調にアレンジしたり、笑いの要素を入れてコント風に仕立てたりするのは学生の常套であるが、発声やジェスチャーなど演技面での工夫が必要となる。今後ロールプレイを続ける以上、発声や演技指導の専門家を招いてノンバーバルな面での本格的な指導の余地も残されている。

③創造性育成の問題

ロールプレイによって学生が創造性を発揮する機会は提供できた。当事者意識を持ち、演じたり裏方で支えたりして、最高度にエネルギーを発揮できた。しかし創造性を育てているかとなると、今持てる力やアドリブで乗り切っただけで、育てているとはいいがたい。アクティブラーニングの多様な手法を駆使したり、難易度を上げたりして、手法の陳腐化を防ぐことも必要である。

④リーダーシップ養成の問題

ロールプレイ授業の1ヶ月後、事後検証の意味で、国語授業に限らず本キャンパスで行っているグループワークについて、アンケートをとった。授業では「グループ内の役割分担で皆活躍できた」「恥ずかしいが人前で演じる昂揚感があり協力の大切さを感じた」と思っているが、日常生活のなかで、約60%の学生で、互いに「援助」「同意」「鼓舞」の関係は希薄であった。目的があれば協力するのであるが、教室内にとどまらず、また一過性に終わらないリーダーシップの養成が課題として浮かび上がった。

4. インタビュー授業の観点

国語授業でインタビューを行ったのは「国際比較に見る日本の学生の弱点」の観点かである。

「国際比較に見る日本の学生の弱点」については、PISA型学力の指摘に依った。PISA型学力とは、OECD（経済協力開発機構）加盟国を中心に3年ごとに実施される15歳児の学習到達度調査に見る学力のことである。学校で習ったことをどの程度理解しているかではなく、知識や経験を活用して、実生活のさまざまな場面で直面する課題について、自分で積極的に考える能力を指す。2015年の読解力の結果は、「自分の考えを説明することなどに課題がある⁽³⁾」という指摘であった。この傾向は2003年から続いており、「さまざまな文章や資料を読む機会や、自分の意見を述べたり書いたりする機会の充実が求められている⁽⁴⁾。

そこで、「自分の意見を述べたり書いたりする機会の充実」に焦点を当てて、架空の「公開トーク番組～ゲストの話を聴こう～」を展開した。

2人組でパーソナリティとゲストとなり、あるテーマに基づいてパーソナリティがインタビューをして、ゲストが答えて番組を進行する。自分の個性を発揮しながら、相手の個性を尊重し、傾聴しながらも次の発言を考えてコミュニケーションを図り、協力・共同して、聴衆を前にした架空の公開トーク番組（10分間）を成立させるという内容である。

コミュニケーションの要素に関して、齋藤孝氏⁽⁵⁾は、「聞く力」「話す力」「その他の力」の三つに大別する。

齋藤氏によれば、「聞く力」には、話のポイントを的確につかむ「要約力」、相手から話を聞き出す「質問力」、話を広げる「展開力」、話を理解するための「情報力」、相手の話に共鳴する「共有力」、キーワードをもとに会話を広げる「メモ力」がある。

「話す力」には、話をまとめて分かりやすく伝える「プレゼン力」、決められた時間内に自分の考えを伝える「コメント力」、話をやわらかくする「ユーモア力」などである。

「その他の力」には、TPOに合わせて自分を変える「修正力」、相手がどういう人かを見抜く「観察力」、相手の状況や本音を見抜く「キャッチ力」などである。

「その他の力」は機転と言われるものと思われるが、「公開トーク番組～ゲストの話を聴こう～」には、「聞く力」「話す力」「その他の力」の要素が瞬時に組み合わせられるため、コミュニケーション力向上の訓練となっている。

詳細は、拙著「キャリア教育へ〈国語の授業方法からのアプローチ〉」⁽⁶⁾に譲るが、「級友の意外な一面の発見」「緊張しつつも話すことへの面白さの喚起」「自分の言語表現に関する意識の高まり」「人の話の意識的な傾聴」「うなずきや合いの手の効果」を実感している学生が多かった。一方で、特に以下の2つの課題が明らかとなった。

①改善の機会提供の問題

学生が反省した課題を次に生かす機会を設けなかったため解決策に深みがなく、平板な課題認識にとどまった。

②機転力育成の問題

機転と言っても、今持てる力やアドリブで乗り切っただけかもしれない、対応力を養っているかは疑問である。その

場に求められる問題解決は経験を積むことでも得られるが、他人の言動を観察する機会の多さにも関係してくる。

5. 手紙ボランティア授業の観点

アクティブラーニング型の国語授業で手紙ボランティアを行ったのは「熊本地震」の観点からである。

「熊本地震」から一年半経過した。東日本大震災の例でも、地震直後よりも、避難場所での共同生活よりも少し落ち着いて仮設住宅に入って2、3年目から高齢者や子供たちを始めとして、孤独死などの心のストレスが顕著になってくるという。誰かとながら、心のケアができるきっかけとして仮設住宅での生活者に手紙を書くボランティアを行った。

手紙ボランティアの授業は、アクティブラーニング型の授業のなかで、サービス・ラーニングに相当する。教室で学んだ手紙の書き方の知識（ラーニング）を社会的奉仕活動（サービス）に生かすことを通して、日常生活のなかで市民的責任や社会的役割を感じ取ることを目的とした。

熊本県生涯学習推進センターの仲介によって、益城町の木山仮設団地の住民と交流を持つこととなった。

5.1 手紙ボランティア授業の実際

1年生と4年生の授業で、以下の通りに進めた。授業の時期は全員対象が2016年12月、有志による手紙ボランティアへの説明は翌年3月に行った。

第1回 熊本地震の現状と手紙ボランティアの意義

まず、内閣府 HP 防災情報により、熊本地震概要（2017年4月13日現在）として、人的被害（死者225名、うち災害関連死175名）をはじめ建物被害や避難者数を提示し、数的な面から概要把握を行った。ただし、被災者を数字の上でひとくくりにとらえるのではなく、被災者の状況もさまざまであり、多様であることを理解する必要性も説いた。図1は、震災直後にビートたけし氏が『週刊ポスト』誌上で語ったインタビュー記事である。「2万人が死んだ一つの事件」と表現するのと、「1人が死んだ事件が2万件あった」と語るのではその言葉の重みが全く違う。事の本質を正しく表している言葉として紹介した。

常々オイラは考えてるんだけど、こういう大変な時に一番大事なのは「想像力」じゃないかって思う。今回の震災の死者は1万人、もしかしたら2万人を超えてしまうかもしれない。テレビや新聞でも、見出しになるのは死者と行方不明者の数ばかりだ。だけど、この震災を「2万人が死んだ一つの事件」と考えると、被害者のことをまったく理解できないだよ。（中略）人の命は、2万分の1でも8万分の1でもない。そうじゃなくて、そこには「1人が死んだ事件が2万件あった」ってことなんだよ。

図1 NEWSポストセブン（2014年3月11日）

次に、手紙ボランティアの意義について説明した。被災地の課題として、時間とともに被災者の状況が忘れられがちになる。被災者のなかでも心の健康状態には大きな差が生じ、生活不安が長引き、じわじわと心の健康が悪化していく。精神科医の加藤寛氏によると、「6年くらい経つと3割くらいの人を残して7割は回復する。それは、治療を受けていなくても変わらないというんです。（中略）多くの方がそもそも自力で回復する力を持っておられるとなると、そばにいる家族や友人、ボランティアの方など、身近な支援者の力はとても大きい」⁷⁾ と言う。手紙を通して、一人ではないと感じてもらうために発信していく（できれば返信してもらう）ことが、災害ボランティア活動のひとつであることを説明した。

さらにボランティア意識を高めるために、阪神・淡路大震災に関連した新聞コラム（図2）を紹介した。

イタリア・フィレンツェの大聖堂で、旅の記念に日付や名前を落書きした京都の男子学生のことが昨日、報じられた。岐阜の女子大生に続いてまたかと思い、悲しい気持ちになった。◆もちろん、そんな学生ばかりではない。身近なところでは最近街頭で、相次ぐ自然災害の被災者への募金を呼びかける大学生、中高生の姿をよく見る。「人ごとではありません。協力をお願いします。」◆募金を集めれば、お金がどう使われたか、被災地が今どんな状況なのか、気になる。そういえばこの前、神戸で出会った高校生にこう詰め寄られた。「ミャンマーではもう八万人がなくなっているんです。もっとミャンマーの記事を載せてください。」◆各被災者の支援を続ける団体に、旅先や留学先、そして日本から中国・四川に駆け付け、ボランティアを体験した若者たちが、文章を寄せている。読んでいてある学生の言葉が目にとまった。「何もできないかもしれないけど、何かはできるんじゃないか？」◆がれきの撤去に汗を流し、帰路に「ご飯食べていって」と言われ心が和む。「すごく勇気をもらった」と感謝され思わず涙がこぼれる。体験談を読み、阪神・淡路大震災で出会ったボランティアたちのことを思い出した。体を動かし、被災者の話を聴いて一緒に笑い、怒り、泣いていた姿を。◆ある日、神戸・長田の避難所で、自宅に帰るボランティアの男子学生のシャツに寄せ書きをしていた。地震があった「一・一七」の日付とたくさんの被災者の名前が見てとれた。彼にとってかけがえのない「記念」になっただろう。

図2 神戸新聞 正平調（2008年6月27日）

観光地に来た証を残すために行う落書きと、被災者のために働くボランティア行為の対比である。読了後は、同じ「記念」であっても、「何もできないかもしれないけど、何かはできるんじゃないか」の言葉に共感する学生が多く、仮設住宅の居住者が誰かとながらるきっかけ作りを決意し、全員が手紙を書くことに納得した。やり取り開始後はボランティアに賛同する学生のみで行うことにした。

第2回 手紙の書き方

昨今の手紙離れの傾向は顕著であり、2012年の「全国学力・学習状況調査」で、中学3年生を対象として、自分の名前と住所と相手の名前と住所を、ハガキに書く問題が出され、正答率が74%だったと報じられる程である。本キャンパスの学生（1年生と4年生）でも、最近1年間に手紙やハガキを書いた学生は、全体の16%に過ぎなかった。一方で、手紙やハガキをもらうことに対しては、年賀状が多いが、肉筆の温かみを感じて76%が嬉しいと感じている。

まず、自筆であることとし、今回はまとめて送付するため宛名書きはしないが、紙面と字数との関係を考えて文字の配列や大きさを判断するとともに、字形を整えて丁寧に書く指導から始めた。

次に、お見舞い状の紋切り型やマナー本の丸写しでは相手の心に響かず逆効果となってしまうが、全員が書くことを考慮して、書く順番を例示した。時候の挨拶→手紙を書いた目的→自己紹介（所属のみで個人名は略）→（書いてよければ）自らの被災体験や地震前と後の自分の気持ちの変化→激励や応援→結びの言葉→日付→宛名である。

自己紹介は文通が続くようになってから明らかにすることにして、個人情報との関係から個人名は省略とした。自らの被災体験は嫌な記憶を思い出させる場合は無理に書く必要はないとした。

「拝啓」を書いたら「敬具」は必要だが、形式にとらわれずに省略しても可とした。定型の時候の挨拶はやめて、自分が実際に感じた季節感を書くようにした。一文は40字から50字に収め、年配者や小学生など相手により文体を変える工夫も示唆した。

一方で、精神科医の加藤寛氏は、阪神・淡路大震災での経験から、「繰り返し痛感したのは、心のケアはあまり歓迎されないということです。（中略）受け入れてもらうためには、心のケアを強調しすぎないこと、現実的な支援をしながら地道な関係作りをすること、そして何よりも害を与えないこと、これらの基本的な態度が重要でした」⁽⁹⁾と指摘する。お節介と思われぬ程度の励ましと、日常を書くつもりで継続して手紙を出し続けることにした。

第3回 手紙を出す

前回書いた手紙の推敲を行った。2人組となって、ピアレビューを行った。評価や検証という厳しい意味ではなく、誤字脱字の指摘と、音読から受ける感じを聞いてもらうためである。声に出して読むことで、言葉の持つリズムや音の響きが理解されるので、リズムの悪い部分を修正して、全体のクオリティが上がるよう指導した。

学生の書いた手紙の一例をあげる。図3は、震災から半年経過した時の手紙（1年男子学生）、図4は手紙ボランティアの学生による9か月後の手紙（4年女子学生）である。原文は縦書きである。

拝啓 寒さが日毎に増してポケットに手を突っ込んでいます。皆さんは、いかがお過ごしでしょうか。

震災から半年以上が過ぎ、季節はもう冬です。私はいまだに信じられません。私の中の季節はあの春のまま動いていない気がします。非日常で非現実的な体験ばかりで、季節を感じる事ができていません。でも毎日を生きています。実感がなくても確かに生きています。生きていることに感謝して、少しでも笑えるように、一緒に「今」を歩いていきましょう。

震災後、私は地元の村に閉じ込められました。水も出ず、電気もなく、食料も。どれだけ「普通」のありがたみを知ったことでしょうか。今も前のような生活は送っていません。しかし、私を支えてくれていたのは周囲からの支えでした。困ったときは助けてくれる。おかげで今も生活できています。そのことに感謝し、困ったときはお互いさま、次は自分が助ける番だと心に決めました。皆さまが大変なのはよく知っています。私も被災者だからわかります。この手紙がどれだけ皆様の役に立つかはわかりません。時間はかかるかもしれませんが、ともに乗り切っていきましょう。お体にお気をつけてお過ごしください。

敬具

図3 震災半年後の手紙（1年男子）

春風がうららかに吹いています。気持ちのいい季節となりました。

手紙を書けなかつたと思っていたのに、前回お手紙を出してから三か月が過ぎてしまいました。震災の日から一年が経ち、最近では、地震のこともニュースに取り上げられることが少なくなったように感じます。私も何かきっかけがないと書かないので人のことはあまり言えませんが。

時間は経っても、元の生活通りにはいかないことがまだまだたくさんありますね。私の家は、熊本城に近く、部屋の窓からお城を見ることができます。壊れたお城を見るたびに、去年のことを思い出して辛くなります。あのお城もいつか元通りになるように、私たちの生活もできるだけ早く、安全に元通りになればいいなと思います。

一度二の丸公園に足を運んでみませんか。YOSAKOIまつりを一緒に見物しましょうよ。自分では踊らなくても見ていると力が出る気がします。

図4 手紙ボランティアによる9か月後の手紙（4年女子）

集まった手紙は応用紙に貼り出し、熊本県生涯学習推進センターを通じて木山仮設住宅に提出した。仮設住宅の集会場に掲げられたのが次の写真（図5）である。

興味を持った方に返信してもらうために、切手を貼った封筒や便箋を用意したが、「お話ならいいけど文章が下手」「字が汚いから」と謙遜され、まだ返信は届いていない。ただ、仮設住宅を回る移動図書館の職員の目に留まり、継続を望む手紙は貰っている。

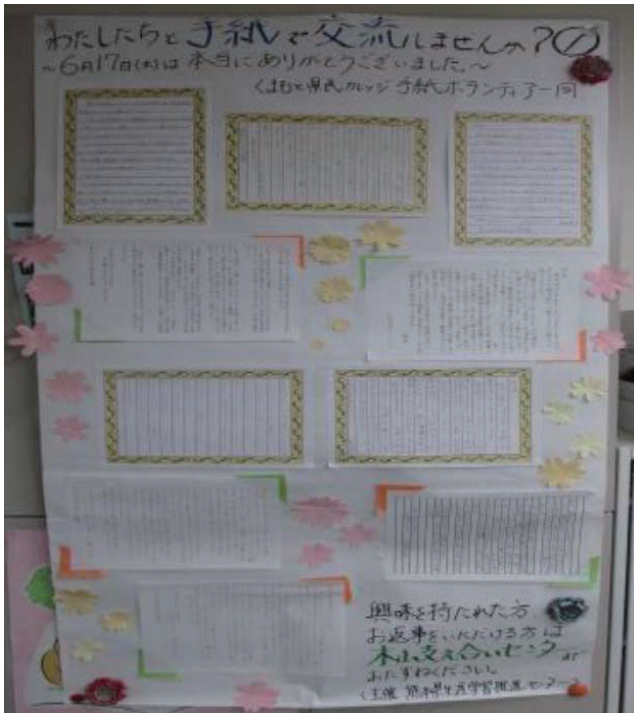


図5 集会所に掲示された手紙

第4回 交流を始める～被災地訪問～

今年の6月に、木山仮設団地を訪問した。残念ながら、日程の都合上、今回学生は同行せずに、熊本県生涯学習推進センターの職員とおもてなしボランティア、広報ボランティア（ともにくまもと県民カレッジボランティア）、そして筆者の10名であった。当日の交流会の様子が図6と図7の写真である。

仮設住宅玄関前にはプリンターが置かれ、色とりどりの花が咲き、住民の目を楽しませていた。土曜日の午前中、三々五々人々が集まり、20名程の住民と話げできた。交流の場を作りやすくするために、おもてなしボランティアによって飲み物が用意され、住人から漬物の差し入れもいただいた。食べ物や飲み物は気さくな雰囲気を演出し、対話をしやすくする効果がある。持参した綾取り用の糸糸や将棋台などの遊具も対話を促す効果があった。小道具がきっかけとなり、震災後の日常生活というテーマを共有することで、境界を超えた交流が起こりやすくなった。

仮設住宅では月間数十回の催しがあるが、その場限りの単発的なものが多い。そのことに馴れっこになった住民に継続的に手紙を書いてもらうことの困難さも垣間見た。

第5回 交流会の報告

無機的な仮設住宅の外観とは違い、すでに生活の活気が戻っている仮設住宅の人々の様子を学生たちに伝えた。書き方の指導の際に、「頑張れ」という言葉が、頑張っている人を余計に苦しめる言葉と受け取る人もいるから、「頑張れ」以外で、人の心を癒す言葉を考えようと語ったが、杞憂であった。集まった人々からは頑張るって生きようとする



図6 現地交流会の様子



図7 現地交流会の様子

活気が感じられた。反面、復興住宅の説明はあっても何も具体化されていない現状に先行きの不安を抱えている声も紹介した。

国語授業を通して呼びかけた手紙ボランティアの学生も集まり、現在、交流会の日程を調整中である。

6. まとめ

以上、アクティブラーニング型授業として、「ロールプレイングを用いた漢文授業」と、人前でインタビューを行いながら架空ながら番組を構成・進行していく「公開トーク番組～ゲストの話を聴こう～」、さらに手紙の書き方を習得して、サービス・ラーニングに相当する熊本地震被災者への「手紙ボランティア」について実施状況を報告した。

なかでも「手紙ボランティア」の効果についての追跡調査はまだ始めておらず、「手紙ボランティア」が目的とする被災し、生活や仕事の環境が変わり、そのなかで復興に向けて進んでいる人々に「手紙を通して一人ではないと感じてもらい、多くの人々の励ましとなる交流」に少しでも協

力できたかどうかの検証は、今後に待たなければならない。ボランティアの人数の確保や継続的な取り組みのためには、国語の授業で呼びかけるだけでなく、学生会と益城町地域支え合いセンターが連携して、事業を組織化する方法も考えられる。

学校教育である以上、「基礎学力の見直しと強化」と社会に出るための「社会人基礎力の涵養」は常に求められる。問題なのは、頭の中に知識を入れ込む場面と持っている知識を使う場面のバランスが取れていないことである。

知識を詰め込み再現するだけの教育を続けていても、自ら何かを学ぼうという意欲が生まれにくい。正解はすでにどこかにあるのだから、自分で考えるのはポーズに過ぎず、早く教えてほしいとする受け身の意識が強い。だから間違いや失敗を恐れて問題に対して独自の答えを探す気は失せる。ひいては、直面する複雑な現実社会のどこが問題なのかを探そうとする力も失われる。

本キャンパスにおけるアクティブラーニング型授業の占める割合はまだまだ低い。しかし、現状を見る限り、アクティブラーニング型授業で練磨した力は、社会人として活動する際に必須となる、企画を立てる、協議する、他者を説得する、などといった場面でも合意形成能力や、人間関係形成能力が発揮できるようになるはずである。引き続き、授業のなかに多様な手法を導入して、問題解決を計っていききたい。

（平成29年9月25日受付）

（平成29年12月6日受理）

参考文献

- (1) 筆者が2年間にわたり、高等専門学校機関別認証評価の調査員として、4高専の在校生と卒業生40名への聞き取りを行った回答結果による。
- (2) 草野美智子「ロールプレイを用いた漢文授業」熊本高等専門学校「研究紀要」第8号(2016)
- (3) 国立教育政策研究所「OECD生徒の学習到達度調査(PISA2015)」
http://www.nier.go.jp/kokusai/pisa/pdf/2015/05_counter.pdf (2017.8.21 閲覧)
- (4) 文科省「読解力向上プログラム」
http://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/gakuryoku/siryu/05122201/014/005.htm (2017.8.21 閲覧)
- (5) 齋藤孝『人生は機転力で変えられる！』青春出版社(2015)
- (6) 草野美智子「キャリア教育へ〈国語の授業方法からのアプローチ〉」熊本高専「研究紀要」第7号(2015)
- (7) 加藤寛、最相葉月『心のケア——阪神・淡路大震災から東北へ』講談社現代新書(2011)