

今治明德短期大学 研究紀要

第34集

目次

短大生におけるストレス反応について

—健康状態調査の結果から—

……………寺川夫央、原 映子、阿部清子、中居由香、河野弘美…… 1

介護経験による利用者像の変化

—衣服の視点から—

……………眞鍋誠子、伊藤敏乃、宇野真紀…… 13

紅茶の世界とホスピタリティに関する研究

～楽しい紅茶生活への提案～

……………近 藤 佳 代…… 23

研究ノート

愛媛県教育研究大会における教科研究

—国民学校への移行に備えて—

……………野 口 学…… 35

報告・資料

一般教育科目「地域文化論（歩き遍路体験学習）」授業報告

—結願までの道のり—

……………市川ひろみ、佐伯羊一、原 映子、徳永英幸、
阿部清子、渡邊陽子、岡田ゆず…… 47

平成 23 年 3 月

今 治 明 徳 短 期 大 学

短大生におけるストレス反応について —健康状態調査の結果から—

寺川夫央、原 映子、阿部清子、中居由香、河野弘美

A Study on the Survey about Stress Response : Junior College Students

Fuo Teragawa, Eiko Hara, Kiyoko Abe, Yuka Nakai and Hiromi Kouno

問 題 と 目 的

ストレス (Stress) とは、本来、生理学的用語である。この概念を人間の行動に関わる概念として広めたのは、生物学者セリエ (Selye.H) であった。ストレス学の父とも呼ばれたセリエは、ストレスという言葉に「生体がストレッサー (ストレスを引き起こすもの) にさらされ続けるときに生体に生じる歪み (反応)」と定義している。また、その種類にかかわらず、過剰なストレッサーを受けた生体に、副腎皮質の肥大、全身のリンパ組織の委縮、胃の内壁や十二指腸部に出血や潰瘍が共通してみられることを示し、このような全身にわたるストレス症候群を汎適応症候群と名付けた。そして、生体に生じるこれらのストレス反応をそのまま放置しておく、心身の重篤な病気へとつながっていくことを示唆したのである。

セリエによって提唱された生物学的なストレスの概念を基礎にして、心理学の分野でもストレス研究が盛んに行われてきた。その中でも、心理学的なストレス研究を大きく進展させたのは、ラザルス (Lazarus,R.S) らのストレスモデルである。彼らは、「個人のもつ資源に負担をかけたり、個人のもっている資源を越えたり、個人の安寧を危機にさらしたりするものと評価されるような、個人と環境との関係」をストレスと定義し、ストレス発生のメカニズムからストレス反応までの一連の流れを心理社会的ストレスモデルとして提唱した。ラザルスらのストレスに対する考えは、ストレスをどう感じるか、受け止めるかといった認知的評価を重視したものである。つまり、同じストレッサーであっても、個人の対処能力やそれらに対する評価の違いにより、その意味合いが変わってくるといったストレスにおける個人差を説明できることが特徴となっている。

今、ストレスという言葉は、一般に誰もが知っている言葉となり、日常的に用いられるようになった。ストレスが主たる原因とされる心身症は現代病の代表格であり、ストレス過剰な社会環境に影響を受けるとされる気分障害 (うつ病) は軽症の人を含め、増加の一端を辿っている (立森ら、2008)。このように、ストレスは、現代人においては心身の健康を考える指標となり、老若を問わず、心や身体の健康を維持増進していくためには、ストレスをどのようにマネジメントしていくか、が重要なことなのである。

さて、筆者らは、2002年度より毎年、学生に対する健康状態調査を実施している。そして、健康管理のためのアドバイスを添え調査結果を学生一人ひとりに返却し、学生自らが生活

習慣を見直し改善していく機会を提供してきた。また、短大生の健康状態や生活習慣の概要を知るために、結果を分析し報告してきた（原ら；2003、2004、2006、阿部ら；2005、2008、河野ら；2007、中居ら；2009）。この調査の中には、ストレスについての項目も含めている。特に、短大生のストレス度と生活習慣のかかわりについては、これまでも睡眠時間が短い者はストレスが高く、規則正しい食生活習慣がある者はストレスが低いという結果を示してきた（阿部ら、2005）。しかし、その分析には中学生用に開発されたストレス尺度を使用しており、ストレスの基準がそのまま大学生にあてはめられるかが課題であった。

また、近年では、社会人を経験した後に短大に入学し、資格専門職を目指すなど、生涯学習に励む学生も数多くみられるようになった。もともと短期大学は2年という月日の中で卒業単位修得や資格取得に臨む学生が多く、入学年齢にかかわらず、多忙な短大生活においては、様々なストレスの存在が推測される。

そこで本研究では、大学生用のストレス反応尺度を用い、それを含めた健康状態調査を実施し、短大生の健康状態、生活習慣、ストレス反応の様相を概観するとともに健康状態および生活習慣とストレス反応の関係について明らかにすることを目的とする。また、調査結果および分析をもとに短大生のストレスマネジメントのあり方を検討する。

方 法

調査対象および方法 短期大学に在籍する学生（別科を含む）を対象に、質問紙調査を実施した。対象者の内訳は男性58名（ライフデザイン学科41名、幼児教育学科15名、調理別科2名）、女性98名（ライフデザイン学科65名、幼児教育学科30名、調理別科3名）、計156名である。対象者の平均年齢は 25.24 ± 11.06 歳（男性 26.71 ± 11.60 歳、女性 24.37 ± 10.69 歳）である。

調査時期 2009年6月下旬～8月上旬。

調査内容 本質問紙調査は、原ら（2003、2004、2005、2008、2009）が行ってきた健康状態調査の一環である。質問項目については、調査年度により異なっていたが、2008年度より健康調査用管理システムを導入し、項目内容が固定された。

1. 生活と体調に関すること：現在の健康状態、寝付きおよび寝起きの状態、便秘および下痢の頻度、運動習慣について、3および4選択肢から回答を求めた。
2. ストレスに関すること：尾関ら（1991）の大学生用ストレス自己評価尺度における「ストレス反応尺度」を用いた。この尺度は、情動的反応（「抑うつ」「不安」「怒り」）と認知・行動的反応（「情緒的混乱」「引きこもり」）に分けられる心理的反応および身体的反応（「身体的疲労感」「自立神経系の活動性亢進」）で構成される。下位7尺度においてそれぞれ5項目、全35項目からなる（Table 1 参照）。調査は、ここ1週間の心と体の状態や行動について自己評価するもので、各項目について「あてはまらない（0点）」「ややあてはまる（1点）」「かなりあてはまる（2点）」「非常にあてはまる（3点）」の4段階評定にて回答を求めた。
3. 食習慣に関すること：日常的な食物摂取の習慣について摂取状態、食行動・態度の20項目について、それぞれ3選択肢から回答を求めた。そのうち、朝食習慣については、

生活習慣の一指標として取り上げた。

4. 喫煙の有無：喫煙習慣について、「現在吸っている」「以前吸っていた」「吸わない」の3選択肢から回答を求めた。

Table 1 ストレス反応尺度の項目

「心理的反応」

〈情動反応〉

抑うつ ($\alpha=.895$)

悲しい気持ちだ
泣きたい気分だ
さみしい気持ちだ
心が暗い
気分が落ち込み、沈む

不安 ($\alpha=.891$)

重苦しい圧迫感を感じる
不安を感じる
びくびくしている
恐怖心をいだく
気がかりである

怒り ($\alpha=.900$)

不機嫌で、怒りっぽい
怒りを感じる
憤まんがつる
不愉快な気分だ
いらいらする

〈認知・行動的反応〉

情緒的混乱 ($\alpha=.850$)

頭の回転が鈍く、考えがまとまらない
話や行動にまとまりがない
根気がない
行動に落ち着きがない
何も手につかない

引きこもり ($\alpha=.876$)

他人に会うのがいやでわずらわしく感じられる
話すことがいやでわずらわしく感じられる
自分の殻に閉じこもる
生きているのがいやだ
人が信じられない

「身体的反応」

身体的疲労感 ($\alpha=.881$)

体が疲れやすい
体がだるい
脱力感がある
動作が鈍い
頭が重い

自律神経系の活動性亢進 ($\alpha=.893$)

呼吸が苦しくなる
動悸がする
吐き気がする
胸部がしめつけられる感じがする
耳鳴りがする

結 果 と 考 察

1. 生活習慣についての結果

健康状態、寝付き、寝起き、便秘、下痢、運動習慣、朝食習慣、喫煙習慣についてそれぞれ男女別の結果をTable 2に示した。

χ^2 検定の結果、現在の健康状態、運動習慣、寝付き状態、寝起き状態については、男女の回答の仕方に有意な差はみられなかった。そこで、これらの項目については男女を合計した全体の結果について考察した。

現在の健康状態については、「よい」と答えた学生は22名(14.1%)であるのに対し、「よくない」と答えた学生は20名(12.8%)であった。また、「気になることがある」との回答は54名(34.6%)、「まあまあよい」との回答は60名(38.5%)であった。この結果は、筆者ら(2009)の本学での調査の結果と同様の傾向である。現在の健康状態をそれなりによいと感じている学生とよくない、あるいは気になることがあると感じている学生が半々の割合で存在している。

寝付き状態については、「毎日よい」と答えた学生は57名(36.5%)であったが、「いつ

Table 2 健康状態・生活習慣に関する項目における男女別の結果

	男 性 (n=58) 人数(%)	女 性 (n=98) 人数(%)	合 計 (n=156) 人数(%)		男 性 (n=58) 人数(%)	女 性 (n=98) 人数(%)	合 計 (n=156) 人数(%)
〈現在の健康状態〉				〈寝付き状態〉			
1 よくない	6(10.3)	14(14.3)	20(12.8)	1 いつもよくない	9(15.5)	13(13.3)	22(14.1)
2 気になることがある	15(25.9)	39(39.8)	54(34.6)	2 時々よくない	25(43.1)	52(53.1)	77(49.4)
3 まあまあよい	27(46.6)	33(33.7)	60(38.5)	3 毎日よい	24(41.4)	33(33.7)	57(36.5)
4 よい	10(17.2)	12(12.2)	22(14.1)				
〈朝食習慣〉**				〈寝起き状態〉			
1 食べない	15(25.9)	7(7.1)	22(14.1)	1 いつもよくない	16(27.6)	32(32.7)	48(30.8)
2 食べたり食べなかったり	15(25.9)	36(36.7)	51(32.7)	2 時々よくない	26(44.8)	49(50.0)	75(48.1)
3 いつも食べる	28(48.3)	55(56.1)	83(53.2)	3 すっきり	16(27.6)	17(17.3)	33(21.2)
〈運動習慣〉				〈便秘の頻度〉***			
1 ほとんどない	32(55.2)	65(66.3)	97(62.2)	1 よくある	3(5.2)	24(24.5)	27(17.3)
2 週2～3回	18(31.0)	22(22.4)	40(25.6)	2 時々	15(25.9)	54(55.1)	69(44.2)
3 ほとんど毎日	8(13.8)	11(11.2)	19(12.2)	3 毎日快便である	40(69.0)	20(20.4)	60(38.5)
〈喫煙習慣〉**				〈下痢の頻度〉***			
1 現在吸っている	19(33.9)	13(13.5)	32(21.1)	1 よくある	6(10.5)	8(8.2)	14(9.0)
2 以前吸っていた	1(1.8)	5(5.2)	6(3.9)	2 時々	20(35.1)	66(67.3)	86(55.5)
3 吸わない	36(64.3)	78(81.3)	114(75.0)	3 毎日快便である	31(54.4)	24(24.5)	55(35.5)

注：項目ごとに欠損値は除いており、各項目によりnは若干異なる。 *印は、 χ^2 検定の結果である。 ** $p<.01$ *** $p<.001$

もよくない」と答えた学生は22名 (14.1%)、「時々よくない」との回答は77名 (49.4%)となっていた。寝起き状態については、「毎日すっきり」と回答した学生が33名 (21.2%)、「いつもよくない」と答えた学生は48名 (30.8%)、「時々よくない」との回答は75名 (48.1%)であった。短大生では、寝付きの悪さを自覚している割合が6割以上、寝起き悪さを自覚している割合は約8割であり、毎朝すっきりと目覚めるという学生は2割ほどであった。これらは、多くの学生が夜型の生活を送っている現代において、快調な朝のスタートを切ることが、短大生にとっていかに難しいかを裏付ける結果であろう。

運動習慣では、「ほとんどない」と答えた学生が多く、97名 (62.2%)、次いで「週2～3回」が40名 (25.6%)、「ほとんど毎日」と答えた学生は19名 (12.2%)に留まった。高校までとは異なり、部活動のない短大生活において、運動習慣は個人の裁量によるところが大きくなる。現在6割以上の学生が運動習慣をもたないということは、生涯にわたる体力や健康の維持、増進の観点からも憂慮される。

朝食習慣、喫煙習慣、便秘の頻度、下痢の頻度については、 χ^2 検定の結果、男女の回答の仕方に有意な差がみられた。そこで、これらの項目については男女別の結果について考察した。

朝食習慣については「食べない」と答えた学生が男性15名 (25.9%)、女性7名 (7.1%)、「いつも食べる」との回答が男性28名 (48.3%)、女性55名 (56.1%)、「食べたり食べなかったり」との回答は男性15名 (25.9%)、女性36名 (36.7%)であった。男性では、女性に比して朝食習慣をもたない学生が多く、朝食をいつも食べる男子学生は半数に満たなかった。全体としてみても、きちんとした朝食習慣がある学生は53%ほどであり、寝付き、寝起き状態と重ね合わせて考えると、国民運動となっている「早寝、早起き、朝ごはん」は短大生にとっても生活上の課題であることがわかる。

喫煙習慣では、「現在吸っている」との回答が男性19名 (33.9%)、女性13名 (13.5%)、「以前吸っていた」と回答した学生は男性1名 (1.8%)、女性5名 (5.2%)、「吸わない」とした学生は男性36名 (64.3%)、女性78名 (81.3%)であった。男性の方が女性よりも喫煙率が高いこと、全体では、2割の学生に喫煙習慣があることがわかった。現在、本学では、社会経験のある、様々な年齢の社会人学生が高等学校の新卒者と共に学んでいる。これらの学生が、学内に指定された喫煙場所で一服しながら会話をすることで年齢差を埋め、人間関係の構築やストレス解消に役立っている様子が見受けられる。しかし、タバコの害や学生の健康を考えた場合、新たな喫煙者を出さない環境づくりや喫煙者には禁煙教育をすすめていくことが課題となろう。

便秘の頻度では、「よくある」との回答が男性3名 (5.2%)、女性24名 (24.5%)、「時々ある」と回答した学生は男性15名 (25.9%)、女性54名 (55.1%)、「毎日快便である」は男性40名 (69.0%)、女性20名 (20.0%)であった。「よくある」「時々ある」を合わせた割合は男性では3割だが女性では8割であり、便秘状態は男性より女性に多くみられることがわかった。また、下痢の頻度では、「よくある」との回答が男性では6名 (10.5%)、女性では8名 (8.2%)、「時々ある」との回答は男性20名 (35.1%)、女性66名 (67.8%)、「毎日快便である」と回答した学生は男性31名 (54.4%)、女性24名 (24.5%)であった。男性は二人に一人、女性は四人に三人が「よくある」「時々ある」と回答しており、下痢は女性の方が男性より多くみられることがわかった。女性では、摂取量が男性に比べて少ない

こと、腹筋力が弱いこと、便意を我慢する傾向があることなどから便秘になりやすいことが知られている。また、消化器系である腸はストレスの影響を受けやすいことは現代では自明のことである。短大生が便秘や下痢になりやすいということは、ストレスと無関係ではないであろう。今後、生活習慣の中で排泄リズムを整えていくことが学生にとっても必要なことであろう。

2. ストレス反応の結果

ストレス反応尺度について、下位尺度の信頼性を検討するために、クロンバックの α 係数を算出したところ、 $\alpha = .850 \sim .900$ の範囲であり、いずれの尺度においても内的整合性が高いことがわかった (Table 1 参照)。そこで、ストレス反応尺度については、下位尺度を分析に用い、各5項目ずつの合計得点を指標とした。各得点の範囲は0～15点であり、得点が高くなるほどストレス反応が高いことを意味する。

男女別にストレス反応の下位尺度ごとの平均値と標準偏差 (SD) をTable 3 に示した。また、下位尺度ごとに男女別の平均値検定を行った結果および高いストレス反応を示した学生の割合を併せてTable 3 に示した。

男性では、「身体的疲労感」、「怒り」の尺度で平均値が3点を超え、「自律神経系の活動性亢進」では1点に満たなかった。つまり、男性では、身体の疲れや不機嫌さや怒りっぽさというストレス反応が比較的示されやすいことがわかった。女性では、「身体的疲労感」「抑うつ」「情緒的混乱」の尺度で平均値が3.5点以上であり、「不安」「怒り」の尺度では平均値が3点を超えた。女性では、身体の疲れ、悲しみや気分の落ち込み、話・考え・行動のまとまりのなさなどのストレス反応が比較的示されやすいことがわかる。

男女差をみるための平均値検定では、「抑うつ」および「情緒的混乱」に傾向差がみられ、

Table 3 ストレス反応における下位尺度ごとの男女別平均値と平均値検定の結果

	男 性 平均値 (SD) (n=58)	女 性 平均値 (SD) (n=98)	平均値 検 定 t 値	高ストレス 反 応 の 基 準 値	高いストレス反応を示した学生の割合 男 性 人 数 (%)	女 性 人 数 (%)	全 体 人 数 (%)
〈心理的反応・感情〉							
抑うつ	2.63(3.23)	3.70(4.00)	1.72+	6 以上	8(14.3)	19(19.6)	27(17.6)
不安	2.55(3.29)	3.28(3.78)	n.s.	6 以上	10(17.9)	19(19.6)	29(19.0)
怒り	3.13(3.52)	3.25(3.86)	n.s.	6 以上	11(19.6)	19(20.0)	30(19.9)
〈心理的反応・行動〉							
情緒的混乱	2.66(2.90)	3.67(3.66)	1.77+	6 以上	8(14.3)	24(24.7)	32(20.9)
引きこもり	2.18(3.13)	2.26(3.49)	n.s.	4 以上	14(25.0)	24(24.7)	38(24.8)
〈身体的反応〉							
身体的疲労感	3.27(3.37)	4.14(4.07)	n.s.	7 以上	12(21.4)	25(25.8)	37(24.2)
自律神経系の 活動性亢進	0.98(1.89)	1.69(3.47)	n.s.	3 以上	6(10.7)	17(17.7)	23(15.1)

注：項目ごとに欠損値は除いており、各項目により n は若干異なる。

+ $p < .10$

いずれも女性の方が高い値を示す傾向にあった。すなわち、女性は男性より、悲しい気持ち、さみしい気持ち、気分の落ち込みなどの抑うつ反応、行動の落ち着きのなさ、話や考えのまとまりのなさなどの情緒的混乱がみられやすい傾向にあることがわかった。先行研究（石毛・無藤；2005）では、女性は内省的、自省的傾向が強いため、不安や抑うつ傾向が男性よりも高いことが示されており、本調査でも同様の結果であったといえる。

「身体的疲労感」の尺度では、数値的にみれば男女の平均値に開きがみられたが、有意な男女差はみられなかった。また、「不安」「怒り」「引きこもり」「自律神経系の活動性亢進」の尺度においても、男女差はみられなかった。ストレス反応の下位尺度の標準偏差の値はいずれも高くなっており（SD=1.89～4.07）、これらは、ストレス反応における個人差の大きさを示すものと考えられた。

高ストレス反応の基準は、尾関ら（1994）の研究に従い、「抑うつ」「不安」「怒り」「情緒的混乱」では6点以上、「引きこもり」では4点以上、「身体的疲労感」では7点以上、「自律神経系の活動性亢進」では3点以上とした。この基準をもとに、高いストレス反応を示した学生の割合は、「抑うつ」では17.6%、「不安」では19.0%、「怒り」では19.9%、「情緒的混乱」では20.9%、「引きこもり」では24.8%、「身体的疲労感」では24.2%、「自律神経系の活動性亢進」では15.1%であった。学生のおよそ四人に一人が、身体的疲労感、引きこもり反応が強く、学生のおよそ五人に一人は、不安、怒り、情緒的混乱というストレス反応が強いことがわかった。ストレス反応が高い学生には、本人へのストレスマネジメント教育も必要であるが、ストレス緩和のための学内での学生支援活動が重要となってくるであろう。

Table 4 健康状態の自己認識別にみたストレス反応の平均値と分散分析の結果

健康状態	1. よくない (n=18)	2. 気になる ところがある (n=53)	3. まあまあ よい (n=60)	4. よい (n=22)	分 散 分 析	
					F値	多重比較
〈心理的反応・感情〉						
抑うつ	4.78(5.07)	4.60(3.89)	2.57(3.19)	1.00(1.51)	7.38***	1・2>3・4
不安	4.28(4.79)	4.30(3.90)	2.28(2.98)	0.86(1.21)	7.18***	1・2>3・4
怒り	5.28(4.92)	4.15(3.85)	2.63(3.15)	0.82(1.82)	7.27***	1・2>3>4
〈心理的反応・行動〉						
情緒的混乱	4.78(4.67)	4.19(3.29)	2.57(2.99)	1.95 (2.80)	4.67**	1・2>3・4
引きこもり	3.28(5.20)	3.36(3.55)	1.40(2.08)	0.91 (2.33)	5.59**	1・2>3・4
〈身体的反応〉						
身体的疲労感	6.06(4.80)	5.26(4.03)	2.73(2.92)	1.50(2.34)	10.45***	1・2>3・4
自立神経系の 活動性亢進	2.56(4.98)	2.08(3.25)	0.95(2.24)	0.23(0.53)	3.52*	1・2>3・4

注：（ ）内は標準偏差。項目ごとに欠損値は除いており、各項目により n は若干異なる。 *p<.05 **p<.01 ***p<.001

3. 健康状態の自己認識別にみたストレス反応

健康状態の自己認識別にみたストレス反応の平均値と標準偏差をTable 4に示した。また、健康状態の自己認識別に一要因の分散分析の結果を併せてTable 4に示した。

分散分析および最小有意差検定による多重比較の結果、健康状態が「よくない」群、「気になるところがある」群は、「まあまあよい」群および「よい」群より、ストレス反応の値が高いことが示された。つまり、概して健康状態がよい学生は、そうでない学生よりストレスの心理的反応、身体的反応が生じていないことがわかった。心理社会的ストレスについて考えるとき、ストレスの過多が直接ストレス反応に結びつくわけではない。その個人にとって、ストレスをどう受け止めるか、感じるかの認知的評価、ストレスに対する個人の対処行動（ストレスコーピング）により、ストレス反応の出方は左右される。今回の調査結果から、学生生活を健康的に過ごすためにストレスの評価のあり方、ストレスコーピングの方法などのストレスマネジメント教育の重要性が改めて示された。今後、どのように指導を展開していくかについて検討していきたい。

4. 生活習慣とストレス反応の関係

生活習慣に関する項目として、「朝食習慣」「運動習慣」「喫煙習慣」「寝付き状態」「寝起き状態」「便秘の頻度」「下痢の頻度」について選択肢ごとにストレス反応の平均値と標準偏差をTable 5-1・5-2に示した。また一要因の分散分析を行った結果およびF値が有意（有意傾向）な場合における下位検定の結果をTable 5-1・5-2に示した。下位検定は、最小有意差による多重比較を行った。

朝食習慣では、「いつも食べる」という学生は、「食べたり食べなかったり」する学生より、「抑うつ」「怒り」のストレス反応が低いことが示された。運動習慣では、「週2～3回」とする学生は「ほとんどない」とする学生より「身体的疲労感」のストレス反応が低いことがわかった。一方、喫煙習慣はどのストレス反応とも関連が示されなかった。

「寝付き状態」「寝起き状態」「便秘の頻度」「下痢の頻度」では、「下痢の頻度」における「引きこもり」反応での有意傾向を含めると全てのストレス反応下位尺度で有意な結果が示された。下位検定では、多重比較の結果、健康的な回答をした学生はストレス反応が低いことがわかった。つまり、寝付き・寝起きがよく、毎日快便である学生は、ストレス反応が低く、寝付き・寝起きがよくない、便秘・下痢の頻度が高い学生は、ストレス反応が高くなっていた。これらの結果は、寝付きや寝起き、排便習慣がストレスと深くかかわっていることを示すものである。ストレス状態では、交感神経系の働きが優位となり、覚醒水準が高まり、消化器系の働きが不活発になる。寝付きや寝起きが悪さ、便秘や下痢などの頻度の高さは、ストレス反応の症状の一つとも考えられ、本調査の結果も妥当なものであるといえる。

5. 短大生のストレスについての全体的考察

大学生と短大生の生活の違いについて、窪内（2001）は「2年間というモラトリウムする余裕のない学生生活」、「サークル活動などが不活発なために友達グループ以外の人間関係の交流が少なく、友達グループへの依存度が高い」、「アルバイトが学生生活の重要な部分を占める」といった点を挙げている。窪内が指摘するように、比較的短い時間の中で、

Table 5-1 生活習慣からみたストレス反応における平均値と分散分析の結果 (分散分析:上:F値、下:多重比較)

	朝食習慣			運動習慣			喫煙習慣		
	①食べない (22)	分散分析	①ほとんどない (95)	分散分析	①吸っている (32)	分散分析	②以前吸っていた (6)	分散分析	
	②食べたり食べなかったり (51)	F値	②週2～3回 (39)	F値	②以前吸っていた (6)	F値	③吸わない (113)	多重比較	
	③いつも食べる (80)	多重比較	③ほとんど毎日 (19)	多重比較	③吸わない (113)	多重比較			
〈情動反応〉									
抑うつ	①4.32 (4.35)	4.43*	①3.68 (4.13)	2.91+	①2.75 (3.68)				
	②4.20 (4.13)	①・②>③	②2.08 (2.39)	①>②	②5.17 (5.77)			n.s.	
	③2.46 (3.14)		③3.95 (3.70)		③3.35 (3.70)				
不安	①3.59 (4.47)		①3.27 (3.92)		①3.31 (4.20)				
	②3.39 (3.37)	n.s.	②2.08 (2.65)	n.s.	②5.00 (5.66)			n.s.	
	③2.61 (3.27)		③3.63 (3.56)		③2.78 (3.32)				
怒り	①4.14 (4.35)	4.14*	①3.39 (3.99)		①3.23 (3.58)				
	②4.10 (3.96)	②>③	②2.87 (3.29)	n.s.	②5.83 (6.55)			n.s.	
	③2.40 (3.23)		③2.95 (3.26)		③3.03 (3.59)				
〈認知・行動的反応〉									
情緒的混乱	①3.32 (3.22)		①3.82 (3.67)	2.99 +	①3.38 (3.21)				
	②3.88 (3.60)	n.s.	②2.38 (2.59)	①>②	②5.67 (5.75)			n.s.	
	③2.93 (3.36)		③2.58 (3.24)		③3.13 (3.35)				
引きこもり	①3.09 (4.31)		①2.39 (3.53)		①2.47 (3.65)				
	②2.69 (3.54)	n.s.	②1.67 (2.62)	n.s.	②2.17 (3.92)			n.s.	
	③1.70 (2.72)		③2.58 (3.32)		③2.09 (3.16)				
〈身体的反応〉									
身体的疲労感	①4.82 (3.90)	2.52+	①4.42 (4.17)	3.40*	①4.78 (4.22)				
	②4.41 (4.14)		②2.59 (2.61)	①>②	②4.83 (5.08)			n.s.	
	③3.18 (3.55)		③3.37 (3.74)		③3.49 (3.67)				
自律神経系の活動性亢進	①2.00 (3.35)		①1.78 (3.43)	2.53+	①2.00 (3.79)				
	②1.76 (3.48)	n.s.	②0.55 (1.18)	①>②	②2.33 (5.24)			n.s.	
	③1.06 (2.53)		③1.53 (2.93)		③1.21 (2.75)				

注: () 内は標準偏差。項目ごとに欠損値は除いており、各項目により回答数は若干異なる。

+ p<.10 *p<.05

単位修得、資格取得、学外実習、就職活動など、多くのことを成し遂げなければならない学生生活、選択性の低い講義や実習において固定化され、こじれると修復しにくい小集団の友達グループ、生活費、学費、交友費などを自ら稼ぐためのアルバイトなどは、短大生にとって、ストレスの温床ともなっているだろう。多大なストレスが予想される短大生活において、それなりに適応しつつ、自己を生かしながら十分な発達を遂げていくことは短大生にとっては大きな課題である。

本研究の結果では、短大生において2割前後が高いストレス反応を示していた。ストレス過剰な状態であれば、心身の健康や適応に問題が生じることが懸念される。生活習慣とストレス反応の関連から考え合わせて、より望ましい生活習慣を定着させつつ、ストレスマネジメントをしていくことが短大生においても効果的であるといえる。

Table 5-2 生活習慣からみたストレス反応における平均値と分散分析の結果(分散分析:上:F値、下:多重比較)

	寝付き状態		寝起き状態		便秘の頻度		下痢の頻度	
	①いつもよくない (22)	分散分析	①いつもよくない (46)	分散分析	①よくある (27)	分散分析	①よくある (14)	分散分析
	②時々よくない (75)	F値	②時々よくない (74)	F値	②時々 (68)	F値	②時々 (85)	F値
	③毎日よい (56)	多重比較	③毎日よい (33)	多重比較	③毎日快便 (58)	多重比較	③毎日快便 (53)	多重比較
〈情動反応〉								
抑うつ	①4.73 (5.18)	7.67**	①4.26 (4.61)	3.69*	①5.33 (5.14)	12.75***	①4.50 (4.40)	5.92**
	②3.99 (3.64)	①・②>③	②3.30 (3.35)	①・②>③	②3.97 (3.60)	①・②>③	②3.99 (3.94)	①・②>③
	③1.84 (2.72)		③1.97 (2.93)		③1.59 (2.24)		③1.94 (2.88)	
不安	①5.23 (5.46)	10.44***	①4.43 (4.57)	6.34**	①4.74 (4.53)	10.44***	①4.50 (4.49)	6.76**
	②3.43 (3.50)	①>②>③	②2.70 (3.01)	①>②>③	②3.63 (3.78)	①・②>③	②3.65 (3.86)	①・②>③
	③1.59 (1.99)		③1.73 (2.67)		③1.48 (2.09)		③1.64 (2.42)	
怒り	①5.24 (5.22)	10.32***	①3.91 (4.47)	3.54*	①4.96 (4.80)	6.71**	①4.00 (4.67)	2.61 +
	②3.82 (3.55)	①・②>③	②3.42 (3.50)	①・②>③	②3.57 (3.76)	①・②>③	②3.66 (3.84)	②>③
	③1.63 (2.57)		③1.76 (2.68)		③2.00 (2.65)		③2.28 (3.15)	
〈認知・行動的反応〉								
情緒的混乱	①5.59 (5.29)	11.12***	①4.48 (4.16)	6.99**	①4.78 (4.30)	6.66**	①4.57 (4.03)	8.43***
	②3.65 (3.15)	①>②>③	②3.30 (3.14)	①・②>③	②3.69 (3.44)	①・②>③	②4.04 (3.50)	①・②>③
	③1.93 (2.04)		③1.67 (2.01)		③2.16 (2.52)		③1.85 (2.60)	
引きこもり	①4.77 (5.51)	10.85***	①3.26 (4.47)	4.59*	①3.22 (4.35)	4.82**	①3.14 (3.61)	2.67 +
	②2.29 (2.68)	①>②>③	②2.11 (2.67)	①・②>③	②2.69 (3.41)	①・②>③	②2.60 (3.58)	②>③
	③1.14 (2.23)		③1.06 (2.05)		③1.22 (2.21)		③1.43 (2.56)	
〈身体的反応〉								
身体的	①6.23 (5.85)	10.12***	①5.50 (4.59)	9.53***	①5.15 (4.19)	7.79**	①4.93 (4.16)	13.32***
疲労感	②4.24 (3.40)	①>②>③	②3.64 (3.38)	①>②>③	②4.56 (4.03)	①・②>③	②4.93 (4.01)	①・②>③
	③2.32 (2.70)		③1.91 (2.55)		③2.34 (2.92)		③1.79 (2.50)	
自律神経系	①3.28 (5.06)	8.50***	①2.13 (4.10)	3.20*	①2.26 (4.13)	3.91*	①2.93 (4.39)	5.47**
活動性亢進	②1.66 (2.92)	①>②>③	②1.44 (2.61)	①・②>③	②1.81 (3.34)	①・②>③	②1.80 (3.33)	①・②>③
	③0.39 (1.04)		③0.42 (1.28)		③0.60 (1.39)		③0.45 (1.34)	

注:()内は標準偏差。項目ごとに欠損値は除いており、各項目により回答数は若干異なる。

+ p<.10 *p<.05 **p<.01 ***p<.001

一方、筆者らが行った短大生における年齢別の食生活習慣、ストレス反応の研究では、男女とも30歳以上では18～20歳よりも望ましい食生活を送っていることが示されたが、ストレス反応では年齢別での有意な差はみられなかった（寺川ら、2010）。この結果は、ある程度の年齢では、若年層より望ましい生活習慣が身についていることを示唆する一方、ストレスは年齢にかかわらず存在し、個人差が大きいことを示すものである。本学のように多様な学生が混在する短期大学においては、個別的で柔軟性のある指導が一層重要になってくるであろう。

まとめと今後の課題

本研究では、短大生を対象に質問紙法による健康状態調査を行い、その結果を概観するとともに健康状態および生活習慣とストレス反応の関係について分析した。そして、短大生のストレス反応について考察を行った。本調査の結果から次のことが明らかになった。

- ①健康状態は、概して半数の学生が「よい」、半数の学生が「よくない」と感じていた。
- ②寝付きが悪いと感じている学生は約6割、寝起きの悪さを感じている学生が約8割、運動習慣のない学生が約6割であった。
- ③男性では、朝食習慣をもたない学生が多く、朝食をいつも食べる者は5割に満たなかった。女性では、「毎日快便である」学生は、四～五人に一人であった。
- ④男性において示されやすいストレス反応は、「身体的疲労感」、「怒り」であり、女性において示されやすいストレス反応は、「身体的疲労感」、「抑うつ」、「情緒的混乱」であった。
- ⑤高いストレス反応を示した学生の割合は、「身体的疲労感」、「引きこもり」では四人に一人、「抑うつ」、「不安」、「怒り」、「情緒的混乱」では、五人に一人であった。
- ⑥健康状態において、概して「よい」と感じていた学生は、概して「よくない」と感じている学生より、ストレス反応得点が有意に低かった。
- ⑦生活習慣において、「寝付き状態」、「寝起き状態」、「便秘の頻度」、「下痢の頻度」では、より望ましい習慣を示す学生はそうでない学生より、ストレス反応得点が有意に低かった。

これらの結果から、短大生において、生活習慣、ストレスマネジメントを含めた健康教育が重要であることが改めて示された。そして、短大生において望ましい生活習慣を身につけることはストレスを低減させることにつながっていくことが窺えた。また、高いストレス反応を示す学生には、個別的な学生支援が特に必要であることが示唆された。

今後の課題は、多様な短大生に対してよりよい生活習慣やストレスマネジメントに関する教育をいかに展開していくかである。筆者らがこれまで行ってきた調査結果の返却にとどまらず、心身の健康を維持増進していくために個別的なサポートを行っていくことが求められるだろう。具体的で効果的な健康教育の展開に向けて、短大生活の実態、短大生の意識等について今後も研究していきたい。

引用文献

- 阿部清子・河野弘美・伊藤敏乃・原映子 2005 短大生におけるストレス度と生活習慣のかかわり 今治明德短期大学研究紀要 29 1-11.
- 阿部清子・河野弘美・中居由香・寺川夫央・原映子 2008 短大生の健康状態調査における学科専攻別分析 今治明德短期大学研究紀要 32 1-10.
- 石毛みどり・無藤隆 2005 中学生における精神的健康とレジリエンスおよびソーシャル・サポートとの関連 教育心理学研究 53 356-367.
- 氏原寛・亀口憲治・成田義弘・東山紘久・山中康裕（共編）2004 『心理臨床大事典 改訂版』 培風館 154-156.
- 尾関友佳子・原口雅浩・津田彰 1991 大学生の生活ストレッサー、コーピング、パーソナリティとストレス反応 健康心理学研究 4 1-9.
- 尾関友佳子・原口雅浩・津田彰 1994 大学生の心理的ストレス過程の共分散構造分析 健康心理学研究 7 20-36.
- 窪内節子 2001 「短期大学生の学生生活」 鶴田和美（編）『学生のための心理相談—大学カウンセラーからのメッセージ』 第14章 培風館 155-167.
- 河野弘美・阿部清子・原映子 2007 短大生における禁煙プログラムの作成 今治明德短期大学研究紀要 31 9-18.
- 立森久照・長沼洋一・八木奈央・竹島正 2008 うつ病の疫学 公衆衛生 72 (2) 350-354.
- 寺川夫央・原映子・河野弘美・阿部清子・中居由香 2010 短期大学の学生における生活習慣とストレスについて 日本発達心理学会第21回大会発表論文集 474.
- 中居由香・寺川夫央・阿部清子・河野弘美・原映子 2009 短大生の食に関する意識と実態 今治明德短期大学研究紀要 33 59-68.
- 原映子・河野弘美・阿部清子 2003 健康状態調査による短大生への個別健康指導の試みⅠ 今治明德短期大学研究紀要 27 91-101.
- 原映子・河野弘美・阿部清子・伊藤敏乃 2004 朝食習慣と健康のかかわり（短大生の健康状態調査の結果から） 今治明德短期大学研究紀要 28 73-84.
- 原映子・河野弘美・阿部清子 2006 短大生の喫煙状況分析と禁煙支援の方向性 今治明德短期大学研究紀要 30 79-88.
- パブリックヘルスリサーチセンター 2004 『ストレススケールガイドブック』 実務教育出版 162-164.

謝 辞

調査にご協力をいただきました学生の皆様に心よりお礼申し上げます。

（平成22年1月15日受理）

介護経験による利用者像の変化 —衣服の視点から—

眞鍋誠子、伊藤敏乃、宇野真紀

Transforming image of elderly in care homes through care giving experiences: From the view point of clothes

Seiko Manabe, Tosino Itou and Maki Uno

緒 言

2000年の介護保険の導入以後10年が経過し、現在保険内容について多方面での見直しが行われている。特に重点を介護予防に置き、地域密着型の強化がなされている。また平成21年度より介護福祉士の養成カリキュラムが変更され、介護に携わる人の養成においては、利用者の生活により関わり、求められる支援のあり方を理解し、生活支援に焦点を当て介護できる人材を育成する教育内容となり、個別生活重視の姿勢が見受けられる。

介護の現場での、利用者への対応方法は画一化したものではなく、個人の尊厳を基本とし、利用者の潜在能力を多く引き出し、活用しようと常に取り組んでいる。その一つとして衣服の持つ社会的心理的役割が利用されている。利用者がお化粧を楽しんだり、利用者対象のファッションショーをおこなうことにより他者とのコミュニケーション力を高め、自己表現する気持ちを向上させるなど社会性の向上に目が向けられている。華やいだ衣服を着用したり、TPOに合わせた衣服を着用することにより、自分の社会的な評価を感じ、快さを味わっている。また施設や地方公共団体等においても異世代間の交流の場を作り、高齢者世代、幼児子供世代との交わりを進めている。高齢者が幼児時代の衣服について子供たちに話すなかで、衣服が財であった時代を懐かしみ、子供との触れ合いの中で自分を見直すことも出来る。

我々介護福祉士養成施設に求められるものは、利用者や現場職員に親しみをもち、信頼され、現場に適應しやすい能力を持ち、利用者個々に適した良い介護が、円滑におこなえるような卒業生を送り出すことと考えられる。近年、本学に入学する学生は高校卒業直後の18歳から、社会人入学生（他の職種より転職を希望した学生、定年退職後の新たな道として福祉の職を考える学生など）と、様々であるが、福祉に関することには未体験の学生が多いと言える。

本研究では、本学在 student と、現場で働いている本学卒業生への衣服に対するアンケートをもとに両者の衣服意識を調べ比較し、両者間の類似点や意識差を導き出したい。また高齢者の衣服に対し、両者がどのように捉えているかを探ることにより、両者間の類似点や意識差を導き出したい。また卒業生が各々の施設の制服にどのような意見をもっているか、就職後に高齢者の衣服の捉え方が変化したかを調べ検討したい。以上の結果を学生の高齢者理解の資料とし、今後の授業においての参考としたいと考える。

実施方法

調査対象 今治市に位置する短期大学において介護福祉コースの学生、男子23人、女子22人、合計45人、

同短期大学卒業後、介護関連施設にて介護職に就いている卒業生（1年未満を除く）、男子20人、女子56人、合計76人である。

調査方法 質問紙により調査し、在学生についてはその場で回収した。
卒業生については、施設に郵送し回答を得た。

調査時期 2009年1月（在学生） 2009年5月（卒業生）

調査内容 本学在学生の生活・衣服・高齢者意識、学生の前期高齢者及び後期高齢者の衣服に対する記述評価、及び本学卒業生の生活・衣服・高齢者意識、前期高齢者及び後期高齢者の衣服に対する記述評価、施設内での制服に関する意識、卒業後の高齢者への衣服観の変化である。

生活意識に関する内容は社会性、他者意識など7項目、衣服意識に関する項目は自己表現、色彩、社会性、他者意識、流行など23項目、高齢者への意識は高齢者との関わり方、関心度などの10項目の合計40項目である。39及び40の項目の内容については、在学生と卒業生は別のものとした。

各々の項目に対し「そう思う（4）」「ややそう思う（3）」「あまり思わない（2）」「そう思わない（1）」の4段階尺度で回答を得、4～1の評点を与えて資料とし、単純集計、有意差検定を行い、各項目の関連、有意性について詳しく検討した。

学生、卒業生が前期高齢者及び後期高齢者の着用したい衣服をどのようにとらえているかについて自由記述とし、内容について分析した。

卒業生が実務経験を重ねることによって、高齢者への衣服観の変化が有ったか否かについて「はい」、「いいえ」で回答を得た。理由については自由記述による回答を求め、内容について分析した。

介護施設内での制服の必要性について卒業生がどう考えているかについて、「はい」、「いいえ」で回答を得、その理由を自由記述とし、内容について分析した。

結果及び考察

（1）生活、衣服及び高齢者意識に関するアンケート結果について

在学生、卒業生に対する調査項目、1から40の平均値および χ^2 検定の結果を表1に表す。

評点の高かったのは在学生では順に「将来、高齢者に関わりのある仕事に就きたい」、「T. P. O. に合った衣服を心がけている」、「心を許せる人（家族、友人など）がいる」、「高齢者世代と話をすることが好きである」であった。卒業生では、「心を許せる人（家族、友人など）がいる」、「高齢者世代と話をすることが好きである」、「T. P. O. に合った衣服を心がけている」であった。低かったのは順に、在学生では「高齢者は流行に合った衣服を着ている」、「自分はどの色も抵抗なく着ている」、「自分は高齢者の衣服に興味があ

表1 在学生と卒業生の生活、服装及び高齢者意識の比較

項目	在学生	卒業生	有意差
1 友人、仲間との付き合いは多い	2.86	2.95	
2 地域の活動や社会の活動に参加している	2.36	2.23	
3 同世代の人とのコミュニケーションをとることが好き	3.05	3.12	
4 心を許せる人（家族、友人など）がいる	3.18	3.53	**
5 世間体が気にならない	2.21	2.55	
6 自分がどのような人間か自覚しようと努めている	3.05	3.12	
7 世の中の動きに興味がある	2.80	3.04	
8 衣服を着ることは楽しい	3.07	3.18	
9 時間・場所・目的にあった衣服を心がけている	3.23	3.22	
10 T.P.O.に合わない衣服を着て、後で後悔したことがある	2.41	2.47	
11 着用している衣服の色に気分が左右されやすい	2.43	2.20	
12 流行の衣服は着用したい	2.66	2.45	
13 自分の個性を生かせる衣服を着ている	2.84	2.61	
14 自分はいつも類似した衣服を着ている	3.16	3.04	
15 自分の衣服が、人にどのように見られているか気になる	2.82	2.50	
16 衣服を着用した自分が、どのように見られているか気になる	2.84	2.48	*
17 人の衣服が気になる	2.66	2.55	
18 人を衣服から判断することがある	2.30	2.21	
19 自分の年齢にふさわしい衣服を心がけている	2.77	2.63	
20 人の注意を引かないような衣服を選んでいく	2.57	2.47	
21 友人に認められなくても、自分が気に入った衣服を着たい	2.95	2.68	
22 仲間と同じような衣服を着ていると安心する	2.07	2.07	
23 衣服の色は、着る目的や場所を考えて選ぶようにしている	2.77	3.04	
24 着ている衣服の色は、同じ色を好んで着ている	2.91	2.79	
25 衣服の色の好みがよく変わる	2.32	1.84	*
26 どのような色も抵抗なく着ている	2.02	1.97	
27 配色に気をつけて衣服を組み合わせている	2.68	2.88	
28 いろいろな色の衣服を着ることが好きである	2.41	2.36	
29 流行の色の衣服を着ることが好きである	2.39	2.32	
30 目立つ色の衣服を着ることは好きである	1.93	2.04	
31 高齢者世代と話をすることが好きである	3.11	3.33	
32 高齢者との集まりに積極的に参加している	2.32	2.46	
33 自分は高齢者の衣服に興味がある	2.05	2.13	
34 高齢者はおしゃれをすることを楽しんでいると思う	2.45	2.49	
35 高齢者はまわりの人と同じような衣服を着ている	2.68	2.80	
36 高齢者は自分の個性を生かした衣服を着ている	2.18	2.03	
37 高齢者は流行に合った衣服を着ている	1.77	1.63	
38 高齢者の衣服の改善の手助けをしたい	2.91	2.61	
39 将来、高齢者と関わりのある仕事に就きたい	3.41		
39 高齢者と関わりのある仕事を続けたい		3.37	
40 介護実習を楽しみにしている	2.25		
40 高齢者の衣服への関心や理解が在学時に比べ高まった		2.45	

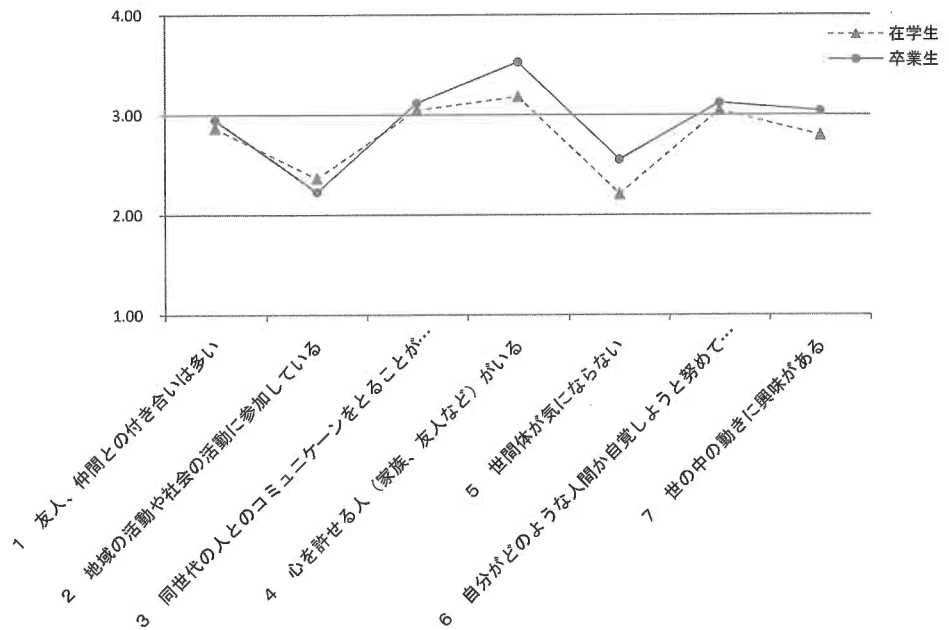
る」であった。卒業生では「高齢者は流行に合った衣服を着ている」、「色の好みがよく変わる」、「自分はどの色も抵抗なく着ている」であった。両者は類似しており、両者の意識はよく似ていると考えられる。

両者間で認められる有意差は「心を許せる人（家族、友人など）がいる」、「衣服を着用した自分が、どのように見られているか気になる」、「衣服の色の好みがよく変わる」の項目で認められた。心を許せる友達では、卒業生が在学生よりも「そう思う」と答えており、心より信頼できる友人が在学生よりも多いと考えられる。在学生は卒業生よりも衣服を着用した自分について他者の目を意識しており、また衣服の色についての関心が高く、いろいろな色を着用しその幅も広いと考えられる。両者の意識内容をより探るため生活意識、衣服意識、高齢者意識に分け検討した。

① 生活意識について

図1に示すように、両者とも「心を許せる人がある」の項目の評点が高く、「地域の活動や社会の活動に参加している」、「世間体が気にならない」が低い。日常生活において身近な人との交流を持ち、社会における評価にも気を配っているように考えられる。近年の社会状況と同様に、自発的な地域活動への参加は少ないと考えられる。

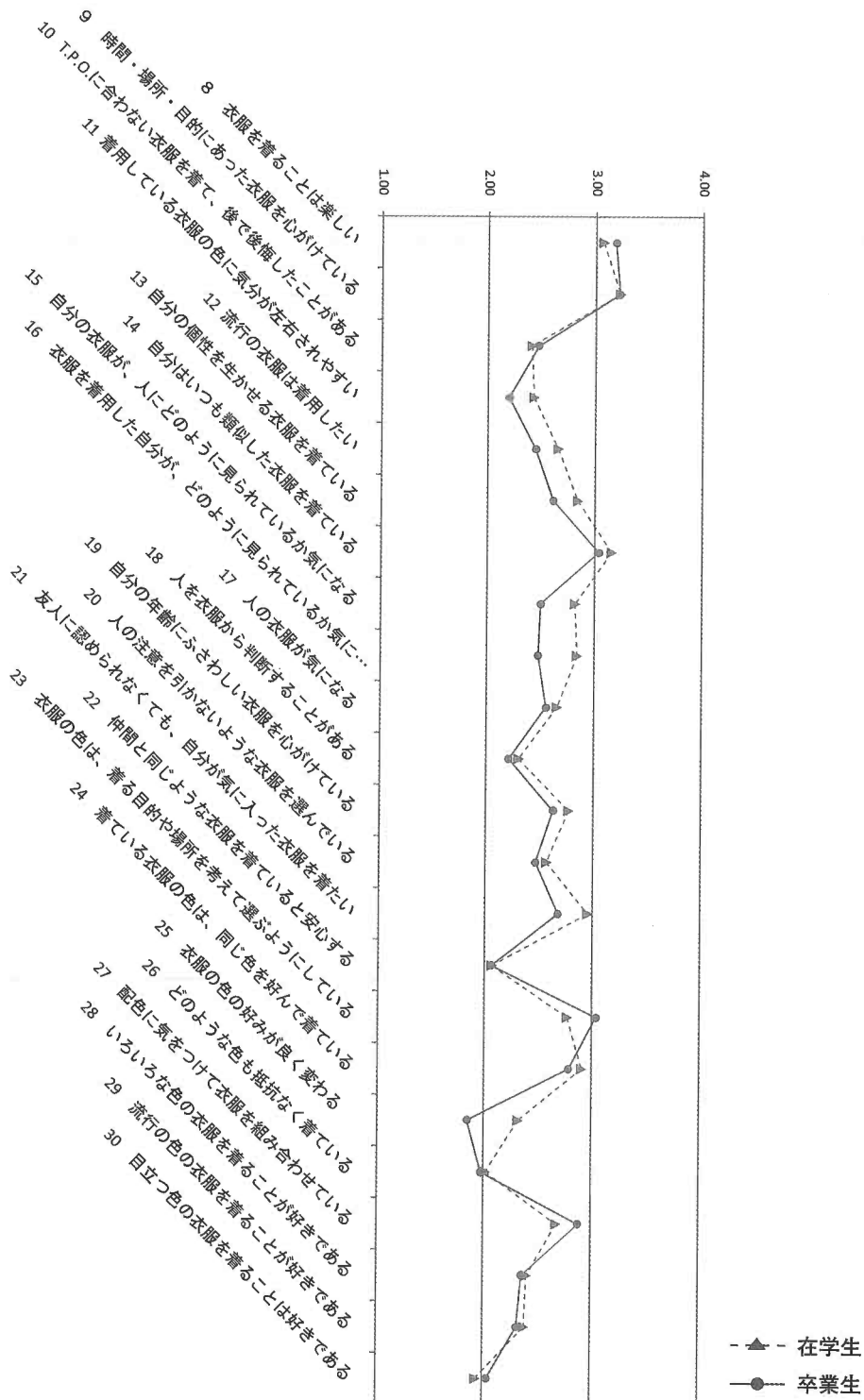
図1 在学生、卒業生の生活意識



② 衣服意識について

図2に示すように、両者とも「衣服を着ることは楽しい」、「T. P. Oに合った衣服を心がけている」、「自分はいつも類似した衣服を着ている」の評点が高く、「仲間と同じような衣服を着ていると安心する」、「どのような色も抵抗なく着ている」、「目立つ色の衣服を着ること好きである」が低い。両者とも衣服の着用を楽しんでいるが、自分の衣服がど

図2 在学生、卒業生の衣服意識

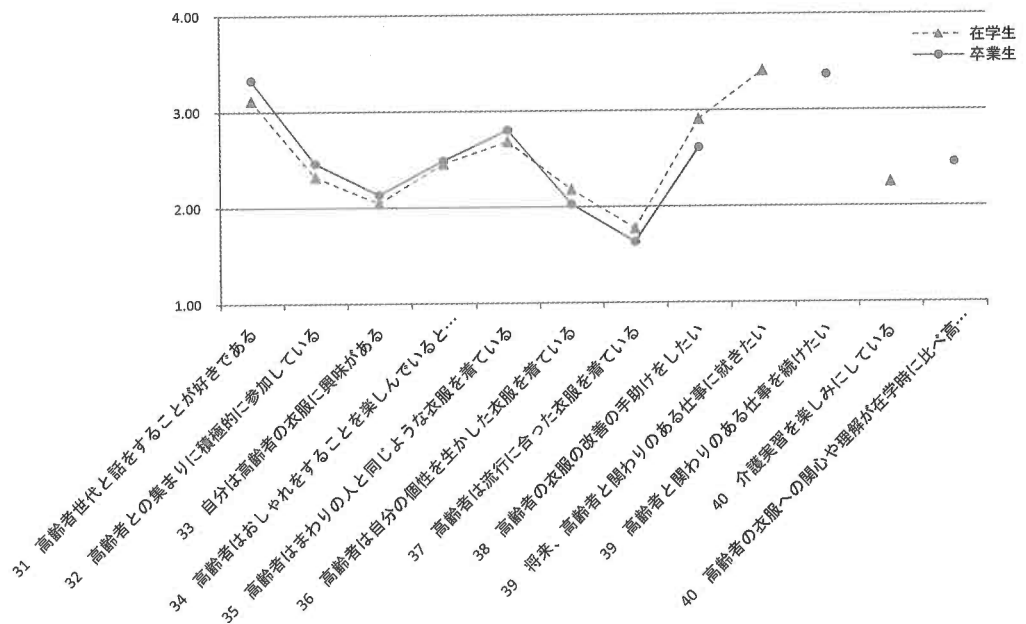


のように見られているかについて気を配り、まわりに同調しようとしている。

③ 高齢者意識について

在学生と卒業生の、高齢者との関わり方、高齢者の衣服をどう捉えているかの意識について図3に示す。図より両者とも同じような関わり方と考えられる。「高齢者世代と話すことが好きである」、「高齢者との関わりのある仕事に就きたい、続けたい」の項目の評点が高い。両者とも高齢者との交わりを好み、将来も続けたいと思っていると考えられる。高齢者の衣服については、両者とも「高齢者の衣服の改善の手助けをしたい」、「高齢者はまわりの人と同じような衣服を着ている」の評点が高く、「高齢者は流行に合った衣服を着ている」、「高齢者は自分の個性を生かした衣服を着ている」が低い。高齢者の衣服に対し、手助けについては出来ることがあればしたいと考え、高齢者の衣服に対しては、高齢者自身の衣服観を尊重し、流行の衣服も取り入れて欲しいと考えている。

図3 在学生、卒業生の高齢者意識



(2) 前期高齢者に対する評価について

在学生の評価は、最も多いのが、「少し流行も入れつつデザインや色も若々しく見えて、素材の心地の良いもの」「動きやすい服」であり、ついで「明るい色」「自分の好みに合うすゆったりした着脱のしやすいもの」「おしゃれ着」「シンプルな服」「T.P.O.に合ったもの」「重ね着できるおしゃれ」であった。少数評価は、「赤い色」「派手な色」「目立たない色」であった。

卒業生の評価は、最も多いのが、「明るい色」「動きやすくて着やすい服」「個性を生かしたファッションだけでなく相手に好感を持って頂けるような色」、「形状・自分が着たいものであればどのようなものでも良い」、「少し派手な服」、「派手すぎず似合う服」、「体格

や機能にあったもの」、「機能性を重視」、「ナイロン製より綿で吸湿性があり伸縮の効いたもの」、「本人の馴染みのもの」、「自分が一番着たい服」、「その人の個性が出る服装」であり、ついで「自分を若く明るく見せるような服」、「おしゃれに見える服」、「顔が明るく見える服」であった。少数評価としては「周りの人と合うもの」、「控えめな色」、「ワンピース、スカート」、「自分で買い物に行って選んで欲しい」であった。

在學生、卒業生の共通しているのは、「明るい色で若々しく見える」、「動きやすくて着やすい」、「個性を生かした服」であった。これは若者にとって前期高齢者はまだまだ若く活動的であると捉えている。74歳でも現役の人もいることより、まだまだ社会でも活躍してほしいという期待があると考ええる。また明るい服を着ることにより自分自身を若く感じることができ気分的にも前向きな考え方になると期待している。動きやすくて着やすい服と考えるのは、他の視点で考えると、在學生は介護技術でも実習でも、着脱の支援の難しさと着衣による可動性の制限を考慮していると考ええる。しかし在學生と卒業生の視点において大きく差があったのは、在學生は、高齢者個人が生き生きと生活しその人の能力や、その人らしさを最大限に出すことを第一に望んでいるのに対し、卒業生は、ほとんどが施設で働いているため、高齢者が生活環境の中で協調性を持つことを最優先して考えていると思われる。また個性とともに、高齢者がずっと大切にしている家族との絆と安心感を大切にしたいという願いがあると考ええる。これは、施設において高齢者の介護をしている経験から出る意見ではないだろうか。またワンピースやスカートが卒業生の中で出ているのが特徴である。現在施設ではセーターまたはTシャツにズボンの人が殆どである。しかし昔の女性は、農業など作業をするときはズボンをはくが、その他普段の生活をしているときはワンピース（特に夏）やスカートを普段着にしていた。それが施設では、安全で更衣をしやすいためにTシャツとズボンになっているのが現状である。彼らはそれを強いられる高齢者の心理的变化に気づき、体格や機能のみならず、おしゃれを重視した衣服を着用してもらいたいと望んでいる。

（3）後期高齢者に対する評価について

在學生の評価で最も多いのは、前期高齢者と同様、「流行を取り入れつつデザインや色も若々しく見えて素材の心地の良いもの」、「動きやすい服」であった。次いで「自分の好きな個性的な服」、「暗い目の落ち着いた服」、「ボタンやファスナーで着脱しやすい服」、「締めつけられない服」、であったが、少数意見として「季節に合った服」、「思い切り派手で老いを感じさせない服」、「黒っぽい服」などがあった。

卒業生の評価で最も多いのは、「明るい色の服」、「動きやすくて着やすい服」、「個性を生かしたファッションだけでなく相手に好感を持てただけのような色、形状の服」であった。「自分が着たい服」、「機能性を重視」、「派手な服」、「本人の馴染みの深い服」、次いで「洗濯しやすい服」、「あまり派手でない服」、「家族が買ってきた服」、「介護しやすい服」、「落ち着いた服」、「おしゃれな服」であった。少数意見としては、「ごろんと横になっても立っても動作の邪魔にならないような服」、「家族の買ってきたもの」があった。在學生、卒業生ともに共通しているのは「若々しくて動きやすいもの」であった。前期高齢者と違っていたのは、「着やすく楽である」を優先していることである。後期高齢者は物を大切にすると同時に、人からもらったものや記念になる馴染みのものは大切にすること

は、十分理解できていると思う。しかし後期高齢者だけでなく、介護者も機能重視になりやすい意識もうかがえる。

(4) 実務経験後の卒業生がもつ高齢者の衣服観の変化について

表2に示すように、衣服観の変化があるとした回答は33(43.4%)で、変化がないとした回答は43(56.6%)であった。「ある」の理由については表2に示すように、「色」に関して、衣服の色が思っていたより明るい衣服であった、明るい色を着用して欲しいなどであった。「衣服の着脱」について、利用者の着脱の大変さを実体験したうえで個々の身体状況に応じた衣服形態の改良の必要性を感じている。また「オシャレを楽しんでいる」、「衣服へのこだわりがある」と捉えている。その他、衣服による印象の変化や衣服を自立のために役立てたいと考える回答があった。「ない」の理由については、「関心がない」が多く、続いて地味である、手持ちの衣服を着ているなど「思っていたと同じ」と捉えている。半数以上が理由については「記入なし」であった。

「変化がある」との回答では、高齢者の衣服について前向きに捉え、衣服を利用者の生活の充実の為に役立てたいと考えている。「ない」との回答では、利用者の衣服の自由選択の重要性やその人の衣服が及ぼす生活との関連性まで考えられていないと思われる。

表2 高齢者の衣服に対する意識変化の有無

	内 容		
あ る	色について	8	33
	着脱について	5	
	オシャレ意欲	4	
	利用者の衣服へのこだわり	3	
	高齢者と関わるなかで身近に感じる	2	
	その他（自立に有効な衣服の必要性 衣服による印象の変化他）	5	
	記入なし	6	
な し	思っていたと同じ（地味である 原色をさけている他）	5	43
	高齢者と同居しているため	3	
	何とも言えない	1	
	関心がない	7	
	記入なし	27	

(5) 施設での制服に対する評価について

表3に示すように、現場で働く卒業生に対する調査で、施設での制服の必要性を尋ねたところ、「必要である」と回答した卒業生は56（73%）、「必要ない」と回答した卒業生は20（27%）であった。その具体的理由は、「必要である」の回答者の中では、「利用者が職員だとわかりやすい」、「利用者や、利用者家族からも一目で職員だとわかっていただけるから」というような、制服で判別できるので良いという意見が最も多く、次に多かったのが、「清潔、不潔を区別するため」、「感染防止のため」などの衛生管理の面からの意見であった。その他、「仕事とプライベートの気持ちの切り替えができる」、「連帯感がある」、「動きやすい」などの少数意見がみられた。また、「必要でない」の回答者の中では、「施設は利用者の生活の場であり、家庭的な雰囲気を出すため」、「私服のほうが、親しみを感じ、家族のように思える」などの、生活の場の雰囲気を大切にしたいといった意見が大多数であった。その他、「職員も個性を出したほうが良い」「特に理由はない」などの少数意見がみられた。

グループホームや小規模多機能型居宅介護施設の職員は「必要ない」という回答がほとんどであったが、介護老人保健施設や介護老人福祉施設などの職員からは、「必要である」という回答が多かった。施設の種別により、利用者の利用目的が異なるため、制服に対する感じ方や必要性も違っているようであった。

表3 施設での制服に対する評価

	具体的な理由		
必要である	利用者や、利用者家族からも、一目で職員だとわかっていただける	24	56
	清潔、不潔を区別するため・感染防止のため	7	
	仕事とプライベートの気持ちの切り替えができる	6	
	連帯感がある	4	
	だらしく見えない	1	
	着ていくものを選ばなくてよい	1	
	記入なし	13	
必要でない	施設は利用者の生活の場であり、家庭的な雰囲気を出すため	10	20
	職員も個性を出した方がよい	1	
	現在の職場には制服がないが、問題ないため	1	
	動きやすい服ならよい	1	
	特になし	2	
	記入なし	5	

まとめ

本研究は介護福祉コースの短期大学生及び卒業生の生活・衣服・高齢者意識、高齢者衣服観、卒業生の高齢者衣服観の変化、施設における制服の必要度の認識をさぐることを目的とした。結果は次の通りである。

- 在学生及び卒業生の生活、衣服、高齢者に対する意識は類似しており、心を許せる人が身近に存在し、衣服を着ることを楽しみ、生活においても衣服においても社会に同調し、高齢者と関わりをもち、良好な関係を維持したいと考えている。
- 在学生及び卒業生は、前期高齢者と後期高齢者の衣服の選択において相違があると捉えている。前期高齢者は、若く明るく見られたい、高齢者個人がどのように見られるかを重視し、その人らしい生き生きとした生活に衣服が反映できる、と考えている。後期高齢者は衣服の機能面に配慮した衣服を重視している。他は前期高齢者と同様の衣服観と捉えている。
- 卒業生の高齢者衣服観の変化について「ある」との回答者の方が、楽な生活と生活の中で安寧できる衣服、周りの人と同調でき人との関わりが維持できる着装を重視している。高齢者をより身近に捉え、日々の介護の中から利用者の生活に寄り添い、その心理状況を理解できるようになっているためかと考えられる。
- 施設における制服の必要性については施設の利用目的により変わると考えられる。

本研究では卒業後1年未満の人を対象としなかったが、今後、卒業直後から3～4年どのような意識の変化があるのかについても検討したい。養成課程においても、高齢者の尊厳が生活支援技術をはじめ各科目で重視されており、今回の結果を教授内容に生かしたい。現在の養成課程の実習では本学独自の制服で行っているが、今回のアンケート結果をもとに、実習の場面に応じた制服及び私服の着用について今後検討していきたい。

謝 辞

調査にご協力をいただきました本学卒業生、本学在校生の皆様に心よりお礼申し上げます。

参考文献

- 矢原隆行 2002『はじめての介護研究マニュアル アイデアから研究発表まで』保育社
介護福祉士養成講座編集委員会 2009『介護福祉養成講座 生活支援技術Ⅱ』中央法規出版
久保田トミ子、白井孝子、柴田範子、山崎イチ子 2009『生活支援技術Ⅲ』建帛社
柴田範子 2009『生活支援技術Ⅱ』ミネルヴァ書房

紅茶の世界とホスピタリティに関する研究 ～楽しい紅茶生活への提案～

近 藤 佳 代

A Research Concerning Field of the Tea and Hospitality ～ A Proposal for Delightful Tea Life ～

Kayo Kondou

はじめに

紅茶それは、すばらしい飲み物である。紅茶は手軽に楽しめ、そして幸福感を与えてくれる。紅茶、緑茶、烏龍茶は、いずれも同じツバキ科の常緑樹「チャ」の葉から作られる。紅茶はいまや世界40か国以上で生産され、お茶全体の生産量の約75%をしめる。

お茶の歴史は、はるか紀元前の中国にはじまる。シルクロードを経てヨーロッパに伝わり、まずオランダがお茶を輸入した。紅茶の本場イギリスではオランダ経由でお茶を輸入することになったのは1657年頃、1662年にチャールズ2世と結婚したポルトガルの王女キャサリンによりイギリスは紅茶習慣が定着していくようになる。ポルトガルの宮殿で喫茶習慣を身につけていたキャサリンはイギリスへの嫁入り道具に、喫茶道具、中国茶、砂糖を持参。お茶に砂糖を入れて飲むというぜいたくな飲み方は、イギリス貴族社会に広がる。やがて1689年中国からお茶の直輸入を始める。

またイギリスは、当時植民地であったインドやセイロン（現スリランカ）に茶園を開拓し紅茶栽培を始めた。こうして、中国のキーマン、インドのダージリン、セイロンのウバの世界3大銘茶が誕生した。

日本の紅茶の歴史は明治に入ってからで、当時は上流階級の人だけが飲むだけであった。一般に広く販売されるようになったのは、1906年（明治39年）イギリスから輸入されたリプトン紅茶であった。昭和に入り国内初の紅茶ブランド「三井紅茶」（現・日東紅茶）が登場してからは、ごく一般の家庭でも紅茶を楽しむようになり、今日日本では、伝統ある老舗ブランドから、新しいブランドまで、世界で親しまれているブランドの紅茶を手にいれることができる。¹⁾

紅茶の美しい色、立ちのぼる香り、そして奥深い味わい・・・紅茶には時間をより贅沢に、ゆっくりと感じさせる力がある。この力をホスピタリティの場面におおいに活かしたいと思うのである。

ホスピタリティ（hospitality）とは、ラテン語のhospes（賓客）を語源とし、「心のこもったもてなし」とか「親切なもてなし」と解釈されている。人を食卓に招くということは、食卓を囲んで、共に食べ、共に喜び、楽しみ、分かち合うことで、精神的にも肉体的にも満たされた幸福感を感じてもらふこと、それが「もてなし」である。そして、もてなす側ともてなされるとの心のやりとり（理解・信頼・愛情）があつてこそ、居心地のよい食空

間となる。²⁾

そこで私は紅茶を使ったホスピタリティを検討した。1 ホスピタリティの気持ちを表すテーブルコーディネート、2 マナー、3 紅茶を使ってお菓子、4 バリエーションなどを提案する。

1 テーブルコーディネートとは

「テーブルコーディネート」とは、食卓の上にのせるすべての物品の色・素材・形態などの組合せを考えることである。具体的には「よりおいしいものをよりおいしく食べさせるための食空間演出」である。

テーブルコーディネートの基本は、目先の美しさだけを追うものではなく、いかなる場合でも食卓に並べられるメニューを念頭に入れ、必ずそこに座る人を意識すること、あくまでも主役はその食卓で食事を楽しむ人々ということである。

その場にいる人々の五感に心から満足してもらうためには食卓にのせるものだけにとどまらず、部屋のインテリア・音楽・窓の風景・光や風の流れ・照明・気温など、身体に感じられるすべてのことを心にとめて部屋全体の調和と構図を考える必要がある。³⁾

パーティを開くためのポイント

- ①パーティの目的②メンバーの構成③日時、会場を考える。これらパーティの3本柱ともいえる大切な部分をしっかりときめてから、準備作業に入れば、スムーズに進めることができる。当日はゲストが会場にいらっしゃる間中、幸せな気分ですごしていただけるよう、紅茶をメインに素敵な演出をしたい。そのためにはプランニングノートをつくと良い。

プランニングノート

Who ゲスト	献立
When 日時	
Where 場所	
What テーマ	
Why 目的	
How パーティスタイル	
Setting テーブルセッティング	
イメージ	リネン
食器	センターピース
グラス	フィギュア
カトラリー	その他
サービスアイテム	
写真を貼る	写真を貼る

カトラリーとは・・・ナイフ・フォーク・スプーンなどの食具

リネンとは・・・テーブルクロス・ナプキン類を総称して

センターピースとは・・・テーブルの中央に置く装飾のことで、果物・生花アレンジメントなど

フィギュア・・・卓上の小さな装飾品類・置物のこと⁴⁾

今回は12月にお客様を招いて紅茶パーティをして、クリスマス気分を味わっていただくという設定でテーブルコーディネートをして、私のもてなしの心＝ホスピタリティを表してみた。

コーディネート例Ⅰ



ゲスト：紅茶好きの女性

日 時：クリスマス近い午後2時から

場 所：ある会場の一室を借りきって

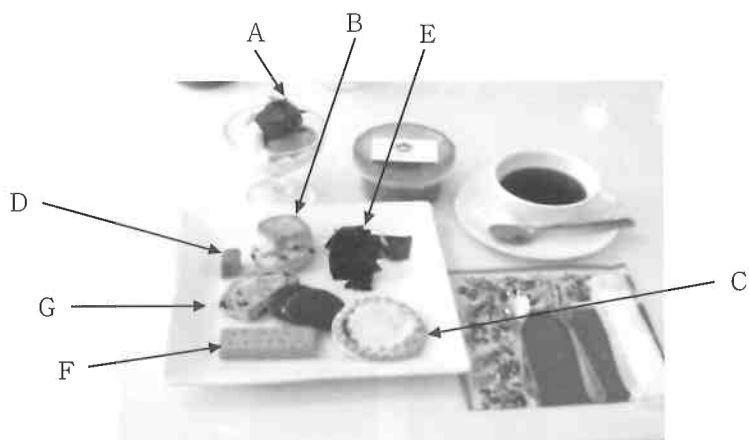
テーマ：クリスマス ティーパーティ

目 的：紅茶好きの初対面の女性達がパーティを通じて紅茶に関する知識を楽しく身につける。

コーディネートのポイント：

クリスマスカラーの白と赤を基本にクロス・ナプキン・食器を白、赤で統一、紅茶の

綺麗な色がはえる。卓上花は小さいにおいのきつくもないもので、またお菓子はクリスマスに世界で食べられているお菓子を用意した。



A イギリスのトライフル（イギリスの代表的なパーティスイーツ。）

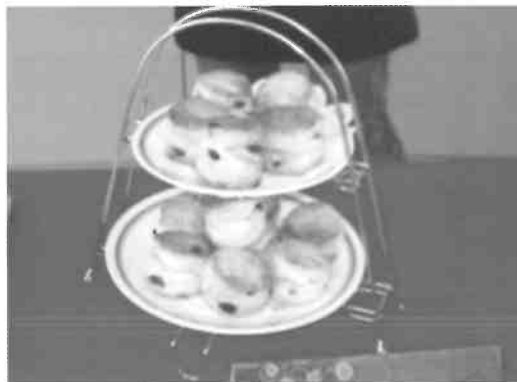
本場ではゼリーが入っている。今回はスポンジを適度な大きさに切ってシロップをかけたものに、カスタード、生クリーム、フルーツをトッピングした。

B イギリスのスコーン

A



B



C イギリスのミンスパイ（イギリスではクリスマスから1月6日頃まで食べる。）

クリスマスに食べるお菓子として知られている。径数センチの独特の形で作られることが多く、イエスキリストのゆりかごをかたどったと言われ、ドライフルーツから作った「ミンスミート」を詰めたパイ。

D イギリスのタフィー

バターと砂糖に重層などを加えて、鍋でとろとろ煮詰め冷やして固めるキャンディのようなお菓子。

E イギリスのプディング

濃厚なスイーツ。ブランデーやラム酒に付け込んだたっぷりのドライフルーツに卵、砂

糖、小麦粉、ナッツ、香辛料、ミンスミート（牛脂）を加え蒸しあげて作る。熟成させるほどおいしくなるので、クリスマスの半年前から準備を始める家庭もある。味が濃い。私は好きだが、苦手な人は生クリームを付けて食べると食べやすい。

F スコットランドのショートブレッド

パンのことであるが、バタークッキーを指す。形状は長方形で、表面に小さな窪みが並んでいる。紅茶と良く合うとされる。

G ドイツのシュトーレン

シュトーレンはクリスマス当日に食べるお菓子ではなく、クリスマスの4週間前の日曜日からクリスマス前夜に向けて少しずつ薄くスライスして食べる。発酵した生地にはドライフルーツやナッツ類を加え、仕上げには溶かしバターと雪のような粉糖をたっぷりとまぶしたリッチなお菓子で、日本でもクリスマス時期にパン屋等で売られている。⁵⁾

コーディネートⅡ



ゲスト：女性の友人

日 時：クリスマスの午後3時から

場 所：自宅

テーマ：クリスマスアフタヌーンティー

目 的：仲の良い友人達が午後のティータイムを楽しく過ごす。

コーディネートのポイント：

パーティスタイルはロマンティック（やさしくて甘美なメルヘン調の世界がロマンティック。柔らかい風合い）で白・ブルーを使い透きとおった氷のイメージにした。セーターピースやフィギュアも大ぶりではなく小さいものを優しい色合いでコーディネートした。今回は食器も白にしたが、ブルーやピンクなどパステルカラーを使いアクセントにしても良い。また食事は三段のティースタンドを使い、下から一段目にサンドウィッチ、二段目にスコーン、三段目にマカロンとクッキーを用意した。食べ方は手で取って食べるのが基本で、一番下のサンドウィッチから食べる。フィンガーサイズの一口サイズのサンドウィッチで、今回はきゅうりとハム、きゅうりとトマトの組合せにした。ポリウムのあるもの、凝ったものは出さないのが基本。二段目のスコーンは味つきではないものを用意して、クロテッドクリームやジャムをのせて手で食べる。クロテッドクリームがない場合は、バターや生クリームで、またジャムはイギリスではアフタヌーンティーにマーマレードは用いない。何故なら朝食にマーマレードを必ず食べるので、残り物を出すということになるからである。

2 マナーについて

ティーパーティーではもてなす側ともてなされる側の振る舞いや食べ方がホスピタリティに大切なことであるので、もてなす側ともてなされる側のマナー等について述べたい。

〈もてなす側・ホスト側〉

ティーパーティーの場合は、お茶とお菓子でもてなすので、紅茶は数種類の用意しておく。キッチンで紅茶を淹れると、お客様（ゲスト）を放っておくことになるので、お湯や茶葉、カップなどをテーブルに用意しておき、お客様と会話をしながらいれる。

お菓子はお茶に合わせて数種類用意する。例えば紅茶をダージリン・アッサム・アールグレイ等を用意したとすると、組合せの良いお菓子ダージリンにはイチゴのショートケーキ、アッサムにはスコーン、アールグレイにはレアチーズケーキなどを用意してはどうだろうか。また1つぐらいいは、手作りのお菓子を用意すれば、自分のおもてなしの気持ちを表す最高の演出になる。あと食べやすいもの、季節感のあるもの、話題性のあるお菓子を用意することで、お客さま（ゲスト）との会話ははずむのではないかな。

パーティでは、話が弾んでこそ、楽しい時が過ごせるので、話題づくりや場の盛り上げ方、さり気ないところ配りを心得ること。例えばティーパーティーでは、カップを空にしない。トイレは前もって教える。片づけものはさりげなく。

また、おもてなしの準備として、家、部屋をすっきりと片付けること。花やグリーンを飾り、おもてなしの気持ちを表す。ペットは苦手な人もいるので、別の部屋に移動させる。灰皿、換気、香りなどにもこころ配りをする。

〈もてなされる側・ゲスト側〉

まず時間通りに到着すること。遅刻をする場合は連絡をする。玄関では簡単な挨拶を。部屋に案内されるときは、ホストの2～3歩のところをついていく。キョロキョロ見回すのは失礼である。

パーティが改まったものか、くだけたものであるかは、ホストの考えによるので、ゲストは従うこと。それによって、服装や振る舞いに気を付けること。普通の家でのパーティではナプキンが用意されてないこともあるので、ハンカチを持参しナプキン代わりに。

また紅茶を飲む時は、紅茶が全員にいきわたるまで待つこと。角砂糖はティースプーンにおいてから、カップにいれる。こうすればカップの中の紅茶がはねる心配はない。またレモンもティースプーンに置いてから、カップの中に入れるとよい。スプーンは水滴がたれないように注意し、カップの向こう側のソーサーの上に置く。飲む時は、ソーサーを持たずにカップだけ持ち上げて口に運ぶのが基本。立食パーティやテーブルが低い時はソーサーを持ってよい。

またパーティではコミュニケーションをとることが大事。その場を盛り上げ、初めての人も会話弾むような話題づくりに心がける。話題は誰もが参加できる話を。論議になりそうな話や、暗くなりそうな話題などは避ける。おいとまは、ティーパーティーなら2時間くらいで。

このように、もてなす側ともてなされる側両者の配慮と惜しみない努力がよりよいホスピタリティを生む。⁶⁾

3 紅茶を使ったお菓子

(1) 紅茶のスコーン

このレシピは、本学非常勤講師（洋菓子）の大澤輝芳先生が愛媛県西条市の食の創造館で市民を対象に地元食材を使った料理教室で、平成21年6月14日トマトのスコーンを紹介したレシピをもとに考えたものである。

材 料 (12個分)

- 強力粉・・・100g
- 薄力粉・・・100g
- ベーキングパウダー・・・6g
- 砂糖・・・30g
- 塩・・・2g
- 卵黄・・・1個
- 牛乳・・・80cc
- バター・・・40g
- 脱脂粉乳・・・10～20g
- 紅茶葉・・・WEDGWOOD アールグレイ 小さじ1



作り方

- ① 紅茶葉はミルで粉碎しておく。
- ② フードプロセッサーに全て入れて、混ぜ合わせる。
- ③ 冷凍庫に30分いれる。
- ④ 1/12にして、形をととのえて200℃のオーブンで10分焼く。

アッサムティーにミルクをたっぷりといれた濃厚なミルクティーと一緒に。スコーンからはアールグレイの香りがし、定番の組合せに改めて感動。このスコーンはフードプロセッサーさえあれば簡単に作ることができ、そして美味しい。

(2) 紅茶のクッキー

このレシピは本学非常勤講師（洋菓子）の大澤輝芳先生に指導していただいたレシピを参考に製菓製パンコースで学園祭用にアレンジしたレシピをもとに私の好きな紅茶 FAUCHON のアップルの茶葉を入れて作ってみた。

材 料（50個分）

紅茶葉 FAUCHON アップル・・・3g
無塩バター・・・240g
上白糖・・・150g
小麦粉・・・420g
食塩・・・3g
グラニュー糖・・・適量



作り方

普通茶葉はフードプロセッサーで細かくしておくが、今回使用した茶葉はそのままの大きさで使用した。

- ① バターは室温に戻しておく。（バターが硬ければ小さく切っておく。）
- ② バターと塩をいれ混ぜる。
- ③ バターがのびてきて、ペースト状になったら砂糖を入れる。
- ④ 砂糖が完全に混ざったら卵黄を入れる。
- ⑤ 多少白っぽくなったら、粉をいれ茶葉をいれる。
- ⑥ 生地を棒状にして一晩冷蔵庫でねかす。
- ⑦ 翌日卵白、グラニュー糖を生地につけ、1cm厚さに切る。
- ⑧ 上180℃ 下120℃で15～18分焼く。途中10分で入れ替えする。

(3) 紅茶のシフォンケーキ

材 料

紅茶葉・・・アールグレイ・・・18g
熱湯・・・180cc
卵黄・・・5個
サラダ油・・・55cc
薄力粉・・・120g
ベーキングパウダー・・・小さじ1/2
卵白・・・6個分
グラニュー糖・・・65g
仕上げ用・・・紅茶のリキュール



作り方

- ① 茶葉に熱湯を注ぎ、2～3分蒸らし、こして冷ます。こした茶葉は細かく刻む。
- ② ボウルに卵黄を入れてほぐし、①の冷めた紅茶液をすこしずつ加えながら泡立て器でまぜあわせる。
- ③ ②にサラダ油を少しずつ加えて混ぜ①の刻んだ茶葉を加える。
- ④ ③に、合わせて、ふるった薄力粉とベーキングパウダーを入れ、よく混ぜる。
- ⑤ 別のボウルに卵白を入れて泡立てて、グラニュー糖を数回に分けて加え、角が立つまでさらに泡立てて、堅いメレンゲを作る。
- ⑥ ④に⑤のメレンゲを3回に分け、泡をつぶさないようにしながら混ぜ込む。
- ⑦ シフォン型に⑥を流し入れ、180℃に温めたオーブンで25分焼く。
- ⑧ ⑦に竹串を刺して、何もついてこなかったら、すぐに型をさかさまにして冷ます。
- ⑨ 冷めた⑧の型のまわりにナイフをぐるりと入れ、型からだし、全体に紅茶のリキュールを塗る。⁷⁾

4 紅茶のバリエーション

(1) 2009オリジナルクリスマスtea

材 料 ヨークシャゴールド・・・20g
キャラメル・・・5g
フルーツフラワーティーのオレンジ・・・5g
フルーツフラワーティーのベリー・・・5g
フルーツフラワーティーのフルーツ&アーモンド・・・5g
一人分 上記茶葉 ティースプーン・・・2杯
熱湯・・・350cc



ベースはイギリスのヨークシャゴールドを使い、なめらかになるキャラメルと香りが良いフルーツフラワーティー3種類を各5g入れ、ベースと同じ20gにした。海外ではクリスマスティーは体を温めるものなので、どぎついものが多い。グローブやシナモン、カルダモン、ワイン等を使っている。日本のクリスマスはイベントなので、自分の好きなもの

を入れる。私の作ったオリジナルクリスマスteaは香りがすごく良かった。淹れてみると結構、色や味が濃かった。しかし飲んでいるうちに慣れてきた。

(2) ホット フルーツtea

材 料 一人分

茶葉WEDGWOODピュアードージリン・・・ティースプーン2杯
熱湯・・・350cc レモンスライス・・・1枚
バナナ・・・5切れ ブルーベリー・・・5個
みかん・・・1/2個 愛媛県西条市丹原のかきっこ・・・15g
ドライフルーツ（リンゴ・レーズン・キュウイ）・・・10g



数種類のフルーツの香りがぜいたく。酸味が効いていた。おもてなしに喜ばれる一つになる。甘み、酸味のバランスを考えて楽しんではどうだろうか。今回の組合せは、始め酸味がして、最後バナナの味が残った。

(3) ブルーベリーのマシュマロtea

材 料 一人分

茶葉フランボワーズLUPICIA・・・ティースプーン2杯
熱湯・・・350cc
ルージュクレームドフランボワーズ・・・5cc（リキュール）
〈手作りブルーベリーマシュマロ〉15個分
水・・・35cc 砂糖・・・65g（+粉ゼラチン10g・水50cc）
卵白・・・1/2個 レモン汁・・・少量
ブルーベリージャム・・・30g

茶葉、マシュマロ、リキュールの組合せが甘く美味しい。女性が好む味に仕上がりに、マシュマロがとけていくのも目で楽しめる一品である。⁸⁾



おわりに

私にとって紅茶を飲む時間は毎日忙しい中ホッとできる楽しみの時間である。また最近始めたテーブルコーディネートの世界が楽しくて仕方がない。この2つを組み合わせる食のコーディネートの学研を深めたい。

数々の紅茶を飲み、紅茶の淹れ方、歴史、茶葉について、紅茶のブランド、ティーグッズを知って行くと、紅茶の魅力の世界が果てしなく広がる。それら全てをテーブルコーディネートに活かし自分なりのもてなしの気持ちを表すことにより、人々に喜んでもらえる。そんな紅茶生活の提案ができれば幸せである。今回のテーブルコーディネートは2パターンを紹介した。クリスマスと紅茶そしてホスピタリティがうまく表現出来たと思う。お菓子については焼き菓子を試みたが、紅茶の香りをもっと出すには、生菓子や和菓子の方が、良かった気がする。バリエーションの「2009オリジナルクリスマスtea」は自分だけの、世界に一つのteaになり、日増しに愛着がわいてきた。毎年クリスマスにオリジナルteaを作ってみるというのも良いと思う。

今後は紅茶を使った料理やカクテルなどの研究に取り組みたいと思う。

参考文献

- 1) 熊崎俊太郎『紅茶を楽しむ』大泉書店 2009
- 2) 日本フードコーディネーター協会『フードコーディネーター教本』柴田書店 2007
- 3) 同上
- 4) 牧野由美子『わたしのテーブルコーディネート』辰巳出版 2006
- 5) おはよう奥さん『らくらくおやつ応援団』学習研究社 2006
- 6) JALアカデミー『美しいマナー』成美堂出版 2007
- 7) 日本紅茶協会『紅茶をもっと楽しむ12ヶ月』(株)講談社2006
- 8) 同上

参考資料

磯淵猛 DVD『紅茶の魅力』世界が愛する紅茶の文化 日本創造学院 2006

謝 辞

紅茶を使ったお菓子についてご指導下さいました本学非常勤講師の大澤輝芳先生、日頃から地元の食材を使った色々な提案をしていただいている西条市の「食の創造館」の方々、また紅茶のバリエーションにおいて率直な意見を述べてもらいました学生に、誌面をお借りして厚くお礼を申し上げます。

(平成22年 1 月15日 受理)

研究ノート

愛媛県教育研究大会における教科研究 — 国民学校への移行に備えて —

野 口 学

Curriculum research at the Ehime Prefecture Education Research Convention (November of 1940) — To prepare the establishment of the national elementary school —

Manabu Noguchi

はじめに

昭和16年3月1日に国民学校令が公布された。この年の4月から、従来の小学校に替わって国民学校が発足する。国民学校への移行は、理念的には、教学刷新路線（八紘一宇の世界の実現）の延長線上にある。政策的には、教育の内容、方法、制度の全面的検討を主務とする教育審議会（昭和12年12月～17年5月）の答申を具現化したものである。

国民学校発足の意義は、「小学校」から「国民学校」へといった単なる名称の変更ではない。教育の理念や目的、また学校観が大きく変化したことに大きな意味がある。それまで、小学校教育は、明治33年制定の「小学校令」の第一条で「小学校ハ児童身体ノ発達ニ留意シテ道德教育及国民教育ノ基礎並生活ニ必須ナル普通ノ知識技能ヲ授クルヲ以テ本旨トス」と規定されていた。その教育の目的は、およそいかなる近代国家にもっていても通用する普遍的価値観で支えられている⁽¹⁾。それが、新しい国民学校では「皇国ノ道ニ則リテ初等普通教育ヲ施シ国民ノ基礎的錬成ヲ為スヲ以テ目的ト」⁽²⁾ するようになった。つまり、それまでの「知識技能ヲ授クル」学校から「皇国ノ道ニ則リテ」教育を行う学校へと機能転換が図られたのである⁽³⁾。

移行に伴う新しい教育理念が示されたことで、当然、それに見合った教育方法や内容の検討、つまり教科研究が実施されなければならない。教育現場はあわただしくなった。本稿では、国民学校への移行を前にして、教育現場で進められた教科研究の動向を、愛媛を例に明らかにする。

I 愛媛県教育研究大会（昭和15年11月）の開催

国民学校の役割は、「皇国の道」—日本帝国の国家的性格—を模範とする教育の実践である。教育の方法においては、「教授」に代わって知識と実践、精神と身体との一体化をめざす「錬成」（錬磨育成）が重視される。内容においては、「各教科ノ分離ヲ避ケテ知識ノ統合ヲ図」⁽⁴⁾ する合科的教授が求められた。

「各教科ノ分離ヲ避ケテ知識ノ統合ヲ図」するために、初等科は、国民科（修身、国語、国史、地理）、理数科（算数、理科）、体錬科（体育、武道）、芸能科（音楽、習字、図画

工作、裁縫(女))の4教科で編成されることになった。高等科では、それらに実業科(農業、工業、商業、水産)と家事(芸能科)が付け加えられている⁽⁵⁾。こうした教科の再編成は、教育現場の強い関心事項であった。

愛媛でも、昭和16年4月からの国民学校への移行に先立ち、教科の再編成を念頭に置いた教科研究が進められた。そうした現場の実践研究を集約したものが、昭和15年11月14日から16日の3日間、師範学校附属小学校で開かれた第20回愛媛県教育研究大会である。ここでは、翌年度からの国民学校教科の取り扱いについて研究、発表、討論が活発に行われた。

研究会の日程は、14日に研究授業、研究発表、分科会研究会、16日には委員長報告(教科毎)、講演(「国民学校と一体観の教育」広島文理大教授 長田新⁽⁶⁾)と盛りだくさんであった。当日、県内各地から多くの教員が参集している。なかでも分科研究会の研究発表は盛況であった。発表校は、次のとおりである⁽⁷⁾。

松山市番町校	松山市清水校	女子師範附属校	今治市立花校
今治市第三校	宇和島第二校	八幡浜市千丈校	宇摩郡平野山校
新居郡中萩校	周桑郡吉井校	周桑郡田野校	周桑郡吉岡校
周桑郡壬生川校	周桑郡徳田校	周桑郡多賀校	周桑郡国安校
越智郡亀岡校	越智郡宮窪校	越智郡瀬戸崎校	越智郡伊方校
越智郡桜井校	温泉郡小野校	温泉郡高浜校	温泉郡南吉井校
温泉郡五明校	温泉郡湯築校	温泉郡味生校	上浮穴郡久万校
上浮穴郡笹方校	伊予郡伊予校	伊予郡郡中校	伊予郡北伊予校
伊予郡中山校	喜多郡久米校	喜多郡大成校	喜多郡長浜校
西宇和郡川之石校	西宇和郡田部校	北宇和郡奥南校	南宇和郡菊川校
南宇和郡一本松校			

発表校は愛媛県全域にまたがっている。国民学校への移行に向けた教科研究は、附属校のような先進校だけで先導的に行われたのではない。市や郡部における学校での実践や研究を踏まえ、それを集約した形で進められていたのである。

Ⅱ 皇国民錬成のための教科教授

参加した教員の関心は、4教科(国民科、理数科、体錬科、芸能科)の取り扱いにあった。連日、研究大会では研究授業や研究発表が行われ、そこでは、これら教科の教材と教授方法について、議論が展開されている。

では、新しく編成される教科を、どのような教材、どのような解釈の視点、どのような教授形態で実践しようとしていたのか。これは、当日の研究授業で提示された教授案が具体的に示している。国民科(国史・国語)、体錬科(武道)、芸能科(図画工作)でみてみよう。

(1) 国民科(国史)

以下は5学年の国民科国史の研究授業の教授案である⁽⁸⁾。教材、目的、教材観が示されている。

五年 国民科国史

(教材)

小学国史上巻 第二十一 北条時宗

(目的)

我が国未曾有の国難に際し、上至尊を始め奉り下執北条時宗以下一般庶民に至るまで、君臣一体挙国奉公、以て克く我が国土を防衛し国威を海外に発揚した事蹟に接し、一貫せる肇国精神を感得せしめ時局下に於ける皇国民としての生活実践に培ふ。

(教材観)

1 省略

2 皇室の御軫念、為政者の毅然たる態度、忠勇なる武士の活動、国民意識の昂揚これすべて事ある時一層の有難さ、強さを感じず。この一貫の肇国精神を今次事変に照して洞察し国体に対する信念を深め皇国臣民としての歴史的自覚に導かねばならぬ。特に「長期にわたってよくこの強敵に当たつたのでつひにこれを追ひはらつて我が国土を守ることが出来た。」といふ新しい語句は如何にも「彰往考来」の意義を暗示してゐるかのやうに思はれる。

3 省略

次いで、教授の段階は、以下のとおりである (9)。

第一段 復習 文永の役戦勝の因

その後如何と問い本時へ展開

第二段 本時教材の取扱

一、概観 児童指名読史一回既事項と未知事項を発表せしむ

二、深究 (説話を主とし適宜考察を交えつゝ)

1、時宗の決心

イ、建始元年四月元使来る

ロ、西国の警備

ハ、石塁の築造

ニ、外征計画 (修正教科書増補)

2、弘安の役

イ、元の強大

ロ、元軍来寇

ハ、皇室の御軫念

ニ、将士の奮戦 (蒙古来吾不怖関東令如山)

ホ、神風 (修正教科書に表出)

第三段

- 1、大勝の原因如何上下一心、至誠神に通ず
- 2、神国日本の自覚一日清、日露の役、時宗の荣誉（末の世の末まで我が国はよろづの国にすぐれたる国）
- 3、元寇と現代
- 4、皇国民の自覚喚起

国民科国史は、皇国民教育の中核となる教科である。上記の授業案は、この教科をどのような内容と方法で実践しようとしていたのか明示している。

教材は、もちろん国定教科書に依拠している。この時期の教科書（国定第四期教科書）は一段と皇国主義を強めている。それを意識してか、教材には、特にそうした傾向が集中的に表れている個所を取り入れている。日本歴史上の人物と戦役を、現下の戦局の進展とからめて取り扱うことで、肇国精神（「八紘一字」精神）と皇国民意識の培養を効果的に進めようとしている。

（2）国民科（国語）

3 学年の国民科国語の単元をみてみよう。その教授案は次の通りである ⁽¹⁰⁾。

三年 国民科国語読方

（教材）

神風（小学国語読本巻六、十）

（目的）

（一）元の大軍襲来といふ未曾有の国難に憂慮する児童の心を、亀山上皇の御祈願を始め奉り、上下心を一にせる祖先の熾んなる意気に感謝と感激にひたらせ、神風一過勝敗の決忽然として至る神国日本の姿をよみとらせ、皇国に生まれしよろこびに至らしむ。

（二）敵国を降伏させずんば止まぬ意気と迫力に満てる文章の音声よみを練習せしむ。

（三）省略

（教材観）

（一）省略

（二）省略

（三）省略

（四）元は「大軍」である。「見渡すかぎり」「おほはれた」は「大軍」の含む内容を強調し、「高いやぐらのある大船」「味方は、ばたばたとたはれた」に軍備の充実とあなとり難さをみる。しかもこれに対抗するものは我が軍の「意気ごみ」である。草野次郎、河野通有にそれを見、我が軍のすべてに見る。我が軍の「意気」壮なるも、この「大軍」を前にして、真に危急存亡の秋である。

「大難」「国難」はこゝに切実を持ち、「実に」が生きる。「実に」に並ぶものは「全く」である。亀山上皇のおいのりを「恐れ多くも」にみ奉り、「武士」も「百姓」も「全く」「上下の者が心を一にして」上皇のおいのりに帰一し奉り、一つに国をおもふ「まごゝろ」をみつめる時、「神風」による勝敗の決は尊厳なる必然性をもつて我等に迫り、「まごゝろ」が神意に抱かれたる日本国の姿をみ、御神勅の磐石不動を仰ぎ奉り、そのすべてが文題「神風」の「神」に集るのである。

(五) 省略

(六) 省略

(七) 省略

この教材を、教授するにあたっては、次の時間配分で行うものとしている⁽¹¹⁾。

第一時 音声読みに力を注ぎ、文の概観を行ふ。

第二時 全文から「我が軍の意気ごみ」をよむ。

第三時 全文から「国難」をよむ。

第四時 全文から「神風」をよむ。(本時)

戦役を内容とする、いわゆる軍事教材を扱っている。語句は、皇国観念の形成に収斂させる方向で解釈されている。国民科新設の主旨に忠実に従った教材の解釈が見事になされている。

一方、授業の展開はどうか。単なる注入主義的な教授ではない。児童の認識段階に従った流れで構成されている。教材は、皇国観の育成という観念性の高い内容である。にもかかわらず、教授のシステムそのものは、ある意味「合理的」で、教材内容とは対照的であることが興味深い。

(3) 体錬科(武道)

体錬科では、新しく武道が5・6学年以上の必修となった。その取り扱いに関心が集まっていた。6年男子の体錬科武道の授業案をみってみる。教材は「小学校武道細目(剣道的教材)応用動作、正面撃ニ対シ右ニ切落面撃」で、目的は「本教材を授けて切落し業を修錬することにより機に應ずる態度を養ひ充実した気合を練る」となっている。授業の展開は、以下の通りである⁽¹²⁾。

表 1

順序	教 材	時間	指導上の注意
準備動作	整列 静座 御製奉唱 開列（四列） 準備運動（下肢、上肢、体、首）	7分	明治天皇御製 真心をこめてきたひし太刀こそは 乱れぬ国のまもりなりけり ○緩急をつけて
主 動 作	一、相対基本動作（児童対児童） 前進後進 正面撃 右籠手撃 右胴撃 突 二段撃 籠手一面 籠手—右胴 三段撃 籠手一面—胴 連続左右面撃（其場）	10分	○号令にて一斉指導 ○問合、指先に注意 ○振り返つて撃つまでの動作を敏速に ○「元へ」で残心に注意 ○各動作の間で気合をぬかぬこと ○感じ方の指導 休 息
	二、応用動作 正面撃ニ対シ右ニ切落面撃 (新教材)	15分	○既習教材復習 ○指導の主眼をこゝにおく ○目的指示 ○要領の指導 ○撃ち方と同時に応し 方も刀を振り返つて 切落す ○助手により示範 ○右鑓で切落す（払ふ のでなし） ○自由練習 ○一斉々々
	三、相対基本動作（教師対児童）	3分	○充実した気合
整理動作	刀ノ上下動作 講話 静座 礼	5分	○刀の上下動作は「膝ノ屈伸」

武道ということで、礼法・作法、そして「気合い」を重んじている。極めて精神性の高い活動が盛り込まれているのである。また、活動内容は攻撃性を強調したもので占められている。武道の新設は、児童の軍事力の基礎形成をねらったものである。当然、授業はその意図を斟酌して展開が構成されることになっている。

(4) 芸能科 (図画工作)

4 学年女子の芸能科工作をみてよう。当日の授業案の教材は「竹蜻蛉」。目的は「竹を

斜めに削る事により竹蜻蛉を作らせ飛昇の理を明かにし科学的工夫考案力を練り常識を養ふ。」となっている。教材観、区分（時間配当）については、次の通り⁽¹³⁾。

教材観

- (一) 竹蜻蛉は簡単な玩具であるが、その飛昇の原理が現代、科学に広く応用されてゐるところに教材としての価値がある故に科学的工夫考案が中心となつてゐる。
- (二) 省略
- (三) 硬材による工作は女兒には如何と云ふ問題もあろうが従来女兒には科学的教養はあまり必要でないと云ふような考え方があつたと思ふ、しかし現代及将来の女子には是非ともこの方面での常識が必要である。
- (四) 教授上あくまで児童の遊びの欲求を満足させ生活の中に科学思想を養ふ事が大切である。
- (五) 省略

区分

第一時 材料の配布。羽根の素材整形。心棒の制作。羽根に穴をあける。

第二時 羽根の製作。組立（本時）

第三時 飛昇実験。比較研究。発展。彩色。

芸能科工作については、目的・教材観の箇所「科学」が力説されている。単元の教授構成においても「素材整形→制作→組立→飛昇実験→比較研究→発展」（区分）というように実験的経験を組み入れた科学的合理的な教授形態が提起されている。従来の説明中心主義の教授法からの脱却ということであろう。児童の自発的な活動を促し、科学的認識を醸成しようとする意欲がうかがわれる。

以上、国民学校体制への移行を前に教育現場で進められていた教科研究の実際を、国民科・体錬科・芸能科に焦点をあててきた。

国民科では皇国民としての自覚と神国観念の培養を図ることが、武道科では「充実した気合を錬る」精神主義的なものが強調された。一方、芸能科では合理と科学に立脚した「科学的工夫考案力」が、身に付けるべき能力として位置づけられている。国民学校に求められたのは、皇国民錬成と科学的精神形成の統合である。それを実践的に推進できるよう、事前に教科研究が行われていたのである。

Ⅲ 皇国民錬成のための教科外活動

次にみておきたいのは、教科外の活動である。国民学校では、教科外の教育活動が、ことのほか重視されるようになり、その取り扱いが、教育現場の新たな課題となった。

国民学校令施行規則では、このことを「儀式・学校行事等ヲ重ンジ之ヲ教科ト併セ一体トシテ教育ノ実ヲ挙グルニカムベシ」⁽¹⁴⁾として、初めて儀式・学校行事といった教科外の教育活動に教育的価値を与え、その徹底的運用を促している。

従来、儀式・学校行事は盛んに実施されていた。教育活動のなかでもかなりの比重を占めている。にもかかわらず「ともすると副次的なもので、教育作用の主流をなすものではないかのように考へ」⁽¹⁵⁾られていた。今回の国民学校への移行を契機に、教科外教育活動の教育的意味がクローズアップされ、その計画的・組織的な運用を試みようとする動きが見られるようになったのである。

例えば、温泉郡の山口盛継訓導は、『愛媛教育』誌上で「国民学校の教科と行事との一体的取扱について」といったテーマで、行事の教育的意味を次の3つのベクトルから論じている⁽¹⁶⁾。

一、実践の場

国民学校の教育が究極に於て皇国臣民の実践的性格を目指してゐるとすれば、教科の教授に於ても単なる知識の伝達に止る事なく、実践への発展が成就されねばならぬ。そしてそれが為には知識は生きた知識となり、確信に迄深められねばならぬ。所謂生きた知識、確信に迄深められた知識は、必然に実践への発展性を蔽してゐるからである。この意味に於て教科に於ても実践的性格は養はれ、実践への発展は可能であると言へる。併しそれにも拘らず教科に於ては常に教材を媒介とするが故に、その実践的修練の有力な場として教科の足らざる所を補充し、教科と併せ一体として教育の実を挙げ得る根拠が存するのである。

二、行事における総合性

行事は実践の場として重要な教育的意味をもつものであるが、更に行事は情意的な実践を中心としつゝも、そこに教授的・訓育的・体育的の諸契機が渾然と融合されてゐる特性を見落してはならない。これが行事における総合性である。国民学校で協調する全的人格の錬成はかゝる諸契機を統一的に包含する行事に俟つ所多いことを知らねばならぬ。茲に行事の第二の教育的意義がある。

三、行事の内容のもつ陶冶価値

行事を内容的に見れば、そこには日本固有の民族的伝統的精神が豊かに秘められてゐる。国家的行事・家庭的郷土的行事に於て特にその事が云へる。行事の実施に当つて、個我を滅して行事の精神に没入する事によつて児童をして自らに民族精神に覚ましめる事が出来るのである。この意味に於て、国民学校が抽象的な普遍人ではなく、歴史的な日本人を造らうとする時、行事の有つ教育的意味も蓋し大と言はねばならぬ。

山口訓導は、儀式や学校行事は「日本固有の民族的伝統的精神」を具体的な形で示す場と考える。その場に児童が参加すれば民族的伝統的精神を実感できる。「歴史的な日本人」(皇国民)としての自覚を高めることができるというのである⁽¹⁷⁾。

儀式・学校行事は「国民的情操を涵養する絶好の機会」(文部省「国民学校教則案説明要領」)であり、皇国民としての自覚の場であり、教科教授と併せて最高度に活用すべきと主張しているのである。

そして、儀式や学校行事がその教育的役割を發揮するのは、周到的準備と計画が欠かせない。山口訓導は、航空日(9月20日)を例に、次のような実施案を提示している⁽¹⁸⁾。

目的 航空の重要性に鑑み、航空に関する認識を深め、航空思想の普及徹底を期すると共に、皇国将来の発展に資し航空常識の拡充を図る。

準備

1、図画・工作を通して航空常識を養ふ（学習と連関させ又は課外の時間を利用して）

飛行機思想画

イ初等科一年

折た、み飛行機

飛行機思想画

ロ初等科二年

競技用飛行機・・・釘使用

飛行機思想画

ハ初等科三年

飛行機・・・釘使用

ニ初等科四年

飛行機・・・ゴム動力使用

飛行機（男）

ホ初等科五年

飛行機図案（女）

グライダー模型（男）

ヘ初等科六年

飛行機図案（女）

グライダー模型（女）

ト高等科一年

ポスター（女）

飛行機（男）

チ高等科二年

ポスター（女）

リ高等科三年 防空施設模型

2、図画・工作の作品及其他の参考品陳列・・・全職員及高等科生にて前日の午後行ふ。

3、全国的行事としての当日の展覧会並に模型飛行機競技会に父兄も出来るだけ参加
航空・国防の知識を新にするやう奨励する。

実施

1、航空に関する講話

イ航空日設定の意義

○過去に於ける記念日ではなく、今日の航空を正しく認識する。

○世界の水準に比し、凡ゆる部門に於て先進を凌駕してゐるの確信を持ち難い。

○航空機に対する正しい航空知識を必要とする。

○少年時代より科学に立脚した正しい航空知識を必要とする。

ロ航空機と国防に就て

ハ日本航空界の歴史に就て

ニ世界航空界の現状に就て

ホ日本航空界の将来に就て

連絡

修身・・・発明（初・四）創造（初・六）

読方・・・飛行機の発明・空の旅（初・五）

国史・・・大正天皇（初・六）

算術・・・燃料・太平洋等（初・六）

理科・・・空気（初・四）石油（初・五）大気の圧力・石油発動機（高・二）

地理・・・航空交通及び軍備等

2、展覧物の鑑賞指導をする

3、模型飛行機競技会実施

イ開会式

○整列 ○敬礼 ○宮城遥拝 ○戦没奨士に対する感謝並に出征奨士の武運長久
祈願黙禱

ロ演技

旺盛なる競技精神の発現と規律の厳守を眼目として実施

ハ閉会式

○賞状授与 ○閉会の辞 ○万歳三唱 ○国旗降納 ○敬礼

4、運動場・展覧会場の整理・・・全職員・高等科生にて行ふ。

整理

1、学級に於ける事後の指導

イ学校に於ける実施事項の反省をなし、一層の自覚と決意を促す。

ロ航空日を主題とする綴り方、話し方等への発展を図る。

2、家庭に於ける事後の指導

家庭団欒の折に航空日に於ける学校実施の様子に就いて話し合ふことにより一層航空に対する関心を深めること。

航空日当日には講話、展覧会、模型飛行機競技会といった行事が盛り込まれる。それに向け、準備が周到になされる。教科学習では、図画・工作において、飛行機画の作成、模型飛行機や防空施設模型の製作を課し、航空日の前日までにそれらの陳列を済ます。図画・工作の時間だけではなく、他の教科でも、航空に関連する学習を設ける。修身では「発明」「創造」、読方では「飛行機の発明・空の旅」、算術では「燃料・太平洋」、理科では「空気」「石油」「大気の圧力・石油発動機」、地理では「航空交通及び軍備」といったテーマで航空機

に関連する学習を事前に行っておく。このように、航空日の行事に向け「教授的・訓育的・体育的の諸契機が渾然と融合され」るのである。

行事・儀式の見直しと教育的価値の付与。児童を実践的の臣民として形成していく方法として行事・儀式がクローズアップされたのである。

おわりに

国民学校教育は、皇国主義を目的原理とし、「錬成」を方法原理とする。教育現場では、この目的と方法を実践レベルにおいて定着させなければならない。移行に先立って、その検討がなされた。それは、二つの活動領域、すなわち統合された教科の教授、それと行事・儀式といった教科外の教育活動に焦点をあてる研究と実践を主としていた。

発足した後も、国民学校の主旨の浸透に力が入れられた。国民学校指導者講習会が文部省の督学官を迎えて開かれ、郡市部単位では、新法の解説と教育経営の具体的な指導がなされ、さらに近隣校との交換研究会、学校単位での校内研究会⁽¹⁹⁾も頻繁におこなわれた。国民学校は戦時教育体制の基盤であった。名称の変更だけではなく、中身の変更も教育現場の「主体性」を尊重しつつ進められていたのである。

注

- (1) 上 笙一郎他『日本の子どもの歴史6 激動期の子ども』第一法規 昭和53年 154頁
- (2) 宮原誠一他『資料日本現代教育史4 戦前』三省堂 1975年 325頁
- (3) 堀松武一他『日本教育史』国土社 1985年 243頁
- (4) 上掲『資料日本現代教育史4 戦前』298頁
- (5) 国民学校の教科課程は、従来の小学校のものと比較すると、(一)国語科の内容項目に、新しく「話し方」が設けられたこと。(二)国民科国史、地理のなかに、第四学年に「郷土の観察」を設けたこと。(三)いままでの算術が、新しく「理数科算数」となったこと。(四)理科を第一学年から授け、第三学年までを「自然の観察」としたこと。(五)体錬科のなかに、体操とならんで「武道」を設けたこと。(六)従来の唱歌が「芸能科音楽」と名づけられたこと。(七)従来、随意科目であった手工が、「芸能科工作」となり、必修科目とされたこと。(八)一時間の授業時間を、四五分から四〇分に改めたこと、などに違いが見られる。(仲 新他『日本近代教育小史』福村出版 1984年 189頁)
- (6) 愛媛県教育会「学房 愛媛県師範学校附属小学校」『愛媛教育』昭和15年11月号 1-9頁
- (7) 同上 2-6頁1校が複数の分科研究会で研究発表を行っている場合もあるので、重複しないよう研究発表校を整理して記した。
- (8) 上掲「学房 愛媛県師範学校附属小学校」12・24-25頁
- (9) 同上 13-15頁
- (10) 同上 12、24-25頁

- (11) 同上 25－26頁
- (12) 同上 18－19頁
- (13) 同上 22頁
- (14) 神田 修他『史料 日本の教育』学陽書房 昭和53年 114頁
- (15) 川島次郎『学校礼法』目黒書店 昭和17年 2頁
- (16) 愛媛県教育会『愛媛教育』昭和17年4月号 4－5頁
- (17) 儀式・行事の意味について、清水幾太郎は次のような論理で、的確に説明している。

儀式や行事によつて絶えず人間の感覚、感情、想像に訴へ、また外的な規律によつて生活に食ひ入る時、それは特殊な精神的能力を持たぬ人々の内部へ入り込む機会を得る。眼に見えぬものが眼に見えるものとなり、抽象的なものが具体的なものになる。祖国は、その力、生命、完全性などに於いて神に似るのみでなく、肉眼で一挙に捕へることが出来ぬ点に於いても神に似る。神と同時に、祖国もまた種々の儀式や行事を伴ふことによつて民家から最高の忠誠と奉仕とを要求することが出来るのである。(清水幾多郎『愛国心』岩波新書 昭和35年 63－64頁)
- (18) 上掲『愛媛教育』昭和17年4月号 5－7頁
- (19) 教育史編集室『愛媛県教育史 第二巻』昭和46年 616頁

報告・資料

一般教育科目「地域文化論（歩き遍路体験学習）」授業報告 －結願までの道のり－

市川ひろみ、佐伯羊一、原 映子、徳永英幸、阿部清子、渡邊陽子、岡田ゆず

A report on college education of local culture Henro study: 1200 kilometers pilgrim experience by students

Hiromi Ichikawa, Youichi Saeki, Eiko Hara, Hideyuki Tokunaga, Kiyoko Abe,
Youko Watanabe and Yuzu Okada

謝 辞

2001年度から開講した一般教育科目「地域文化論（遍路体験学習）」では、毎年9月に4泊5日の「ながつき遍路」を実施してきました。2009年の9月15日に第88番札所大窪寺で結願し、ようやく1200kmを歩ききることができました（資料1.）。その後、一番札所霊山寺を経て、高野山に赴き結願の報告をしました。卒業生2人もかけつけて一緒に歩いてくれました。2010年度からは二巡目に入りました。この10年間に「ながつき遍路」に参加した学生数は、のべ124名になります。

学生は歩くことを通して、それぞれさまざまな発見をしています。毎年、歩く学生は変わって、歩く様子や全体の雰囲気も変わります。毎年変わらないのは、真剣に取り組むことができた学生が、5日間を歩き終わったあとと見せる、満ち足りた笑顔です。

大学の授業としてはまったく前例のない「遍路を取り入れた授業」でしたが、10年間にわたって無事に遍路道を歩きつぐことができたのも、ご支援くださった方々のお陰です。企画段階からお遍路の世界に導き教えてくださった滝口伸一客員教授をはじめ、お遍路公開講座受講生の皆さん、いつも手作りのお菓子やお守りをお接待して下さる方、学生と一緒に歩いてくださる方、そっと応援の声をかけてくださる方など、本当に多くの方々の想いがあって、結願できました。ありがとうございました。

2010年12月10日

「地域文化論（歩き遍路体験学習）」担当

1. 一般教育科目「地域文化論（歩き遍路体験学習）」の沿革

現代のモノに囲まれた便利な生活の中では、命の大切さはもとより自らの身体すら実感することは容易ではない。社会を担っていく学生に、生命・人間の尊厳について机上で学ぶのではなく、体感してもらいたいと考えた星島一夫元学長（故人）が、「歩き遍路を教育に取り入れる」と提案した（資料2.）。体力の限界を感じつつ、仲間と助け合い、人の温かさに触れる経験は、人格形成に大きく寄与することができるとの確信があった。

毎年、4泊5日のながつき遍路で130km程度進むと、8年～9年間で八十八カ所の遍路道（約1200km）を一周することができる。2002年度の参加学生らが、是非後輩には自分た

ちの続きを歩いてもらいたいと願い、以後は順に四国をほぼ一周する八十八カ所の行程をつないで歩くことに決定した。参加する学生は、それぞれ一回かぎりの経験であるが、先輩の後を歩き、また後輩が自分たちの続きを歩いてくれるという感覚は、時の流れの中での自分を見直す契機ともなる。遍路道は先人があってこそ存在するものであり、現在を生きている人たちが草刈や道標を設置するなどの整備をしてこそ継承できるものである。歩いていると地元の人々の継続的な努力を感じることができる。参加した学生たちは、先人に感謝し、次の時代の人々に思いを馳せることができたようである。

5日間毎日約30kmを早朝から夕方まで、4～6kgの荷物を背負って歩き続けるには、しっかりとした準備が必要である。そのため、年度当初の4月から学生に歩く際に注意すべきことを説明し、靴やリュックサックなど必要な装備の選び方も指導した。その上で、4ヶ月間をかけて生活の中ですすんで歩く練習を継続するよう促したが、初年度はうまく靴を選べなかったり、トレーニングを十分にできなかったりする学生もあった。そこで、次年度からはより詳細に指導を行い、前年度の学生で両足のマメがひどく爪がはがれそうになったケースをビデオで紹介するなど具体的に指導した。これ以降は、学生の足のトラブルを大幅に改善することができた。

ただの体験に終わらせないために、多くの段階を経たのち、歩き遍路に臨むようにしている。すなわち、「地域文化論Ⅰ」として、9月に行われる4泊5日の歩き遍路体験（「ながつき遍路」）に向けて、4月から毎週遍路に関する講義や演習を行う。講義のうち6回は短大近隣の札所の住職をはじめ、学外からも多彩な講師を招き、「遍路の歴史」、「運動生理からみた歩き」、「巡礼の図像学」、「仏具に秘められた教え」、「外国人からみた遍路」「へんろ道しるべ」といったテーマ（各年毎に新しい内容）のもと遍路について多角的に学ぶ。これらの講義は、学生達の歩き遍路への動機づけとなる。これらは公開講座として一般にも公開しており（登録者は毎年70名以上）、市民の方々と学生が机をならべることで、地域とのつながりを大切にしている。

学生は、それぞれが遍路に関する研究テーマを決め、授業の中で検討を重ねてゆく。更に、生理学的な立場からの歩き方の授業や健康管理の方法についても学習し、それを基に1日歩き遍路体験として、本学周辺の4カ寺、約20kmを巡る実習を実施している。2004年度以降は、介助も含め車いすでの遍路を体験している。2005年度には、一日歩き遍路の機会を春と秋の2回（「さつき遍路」および「しもつき遍路」）設け、より地元に着目した取り組みとなるようにした。

また、2005年度からは、お接待実習（「かなづき実習」）も取り入れた。体育の日に高松短期大学秘書科の学生と共同で、さぬき市お遍路交流サロンにおいてお接待実習を行っている。本学学生は、お遍路さんに足の疲れをとってもらえるように、足浴および足マッサージを行う。お遍路さんの「ありがとう」「気持ち良かった」といった一言に、学生たちは深い喜びを感じた。よろこんでもらえたことの満足感は予想以上に大きかった。

「地域文化論Ⅰ」を受講している学生の中から、更に希望者を募り、5日間の歩き遍路を体験する「地域文化論Ⅲ」を開講している。この中では、「なぜ歩くのか」について一人ひとりがテーマを決めて準備をする。事前授業の中で、歩き遍路で着る白装束を自分自身で縫い上げることによって、意識を高めてゆく。実習の際に着用する装束を自ら作成することについて、ある学生はレポートの中で次のように感想を述べている。「薄く白いた

だの布に見えますが、それを切り貼りし重ねて縫っていくとちゃんと形になってくる喜びを体験しました。・・・一針一針ただ黙々と真剣に縫っていました。5日間苦楽を共にする服、と考えるととても大切なものだなあと感じます。大げさに言うと、まるで自分の“分身”を作り上げていくようです。」手間をかけて自分にあわせて縫うことも、現在の若者にとっては貴重な経験となっていることが伺える。

また、事前の遍路のルートチェックや宿泊、休憩の場所、緊急時の対応などについても学生が検討し、決定してゆく。体験実習後は、道中お世話になった方々へお礼状を書く。

2. 「ながつき遍路」の実施状況

地元の人々は、見ず知らずのお遍路さんに対しても、気取らない親切さで接して下さる。この「おもてなしの心」に接することは、大変貴重な体験となる。ほとんどの学生にとって、他人から見返りを求めないで親切にされる経験は初めてである。「机上」で学んだのではなく、巡礼路を、学生たちが実際に歩いて「遍路文化」を体感することによって得られた、「相手を思いやる心」こそは、学生が成長する際に貴重な基盤になるものと確信する。

この取り組みが始まった2000年度は、まだ授業科目とはなっておらず、学生の中から有志を募って一日歩き遍路体験を実施した。この時の学生達の反応が良く、新しい取り組みとして十分な手応えがあったことから、2001年度からは正式な授業科目「地域文化論」（前期科目2単位）として「地域文化論」を立ち上げた。2001年度は愛媛県内の第45番札所岩屋寺から第64番札所前神寺の140kmを7名の学生が歩いた。受講した学生の、達成感・満足度は高かったものの、受講生が少なかったため、4単位とした。この結果、2002年度は受講生が増加した。徳島県にある第1番札所霊山寺から第22番札所平等寺までの134kmを23名の学生が歩いた。

ところが、4単位取得を主な目的として、十分な自覚もなく参加する学生もあり、実習中に伴走車に頼ったり、集団行動を乱したりといったトラブルもあった。また、歩き終わるとそのまま、自分たちの体験について振り返る時間がなかった点についても改善するため、2003年度は、通年科目とした。徳島県内の第22番札所平等寺から高知県内にある第27番札所神峯寺までの137kmを19名が歩き、2004年度は高知県の第37番札所岩本寺までの154.2kmを11人（内2人は以前の受講生）が歩いた。

この年度は、一般教育科目の必修単位数が減少したことに伴い、「地域文化論」の受講生も減少した。そこで、受講生の負担を減らし、参加しやすい形態を用意することとした。これまでは、必ず4泊5日の実習に参加しなければならなかったが、これを、実習準備・装束作成を中心とする「地域文化論Ⅱ」とし、別に「地域文化論Ⅰ」のみの受講も可能とした。「地域文化論Ⅰ」では、講義でお遍路について学び、1日の歩き遍路を体験する。こうすることによって、受講生の時間的・体力的・経済的負担の軽い選択肢を提供することを目指した。

2005年度は、「地域文化論Ⅰ」の受講生は大幅に増加した。「地域文化論Ⅱ」の受講生12人（内3人は以前の受講生）は、第39番札所延光寺までの154kmを歩いた。しかし、他の一般教育科目と違い、「地域文化論Ⅰ・Ⅱ」ともに通年科目であることから、学生にとっては選択しにくい。そこで、2006年度は、「地域文化論Ⅰ」であったものを、「地域文化論

I・II」と前後期に分割し、受講しやすくした。4泊5日の実習については「地域文化論Ⅲ」として従来どおりの通年科目とした。第44番札所大宝寺までの140kmを18名（内4名は2回目の参加）が歩いた。

2007年度は、「地域文化論Ⅰ」の単位取得生が、次年度にリピーターとして受講できる「地域文化論Ⅳ」を新たに開設した（資料3.）。こうして、第44番札所大宝寺から第61番札所香園寺までの156kmを11名（内1名は3回目の参加）が歩き、2008年度は、第61番札所香園寺から第83番札所一宮寺までの164kmを8名（内1名は3回目、4名は2回目の参加）が歩いた。

第83番札所一宮寺から結願の第88番札所大窪寺までは、50kmあまり。2009年度に歩くコースを、第88番から第1番札所に向かったのち、順に先に進むか、高野山に向かうか検討した。その結果、結願という区切りの年となるので続けて回るのではなく、高野山金剛峯寺、奥の院を訪れることとした。第83番札所一宮寺から第88番札所大窪寺を経て第1番札所霊山寺まで2日半をかけて歩き、そこから高野山のふもとである和歌山県九度山町までは、バスおよびフェリーで移動した。4日目は高野山表参道である町石道を歩いて金剛峯寺に到着した。最終日は奥の院を訪れた。バスでの移動が長くなったため、歩いた距離は116kmであった。2009年度は18名（一年生）が参加したのみならず、2001年度受講生と2007年度受講生も一部参加した（資料4.）。

3. 学生の学び

本学では、介護福祉士、栄養士、保育士、幼稚園教諭、栄養教諭などの養成を行っている。これらの職業は人との関わり、特に乳幼児、生徒、高齢者、障害者、といった人々との関わりが中心であることから、資格を得るための専門教育に加え、自分や相手の「いのち」や「こころ」を大切にできる人間性の確立が大変重要な要素となる。

四国遍路は1200年の歴史を有し、弘法大師空海ゆかりの八十八ヶ所霊場を巡る巡礼路であり、四国地域で地域の人々に受け継がれてきた素晴らしい地域文化である。そして近年、人生を考えるためにこの四国遍路を歩く人たちが急激に増加している。歩き遍路体験を通じて、学生はさまざまなことを経験する。特に「お接待」は四国各地に伝わるお遍路さんに対する「おもてなし」の習慣であり、歩き遍路をする人に対し、区別なく自分にできるもてなしをする自然体のボランティアである。学生たちは、体力の限界に至るような疲労状態の中で、この「お接待」を受け「人をもてなす心」を体感する。この実体験が、将来、教育や福祉の分野を目指す学生たちにとって貴重な財産となり、最も大切な精神基盤となると期待される（資料5.）。

歩き遍路体験の参加学生には、多くの人たちとのふれあいの機会がある。見ず知らずの人たちから暖かい「お接待」を何度も受けた。最初は戸惑っていた様子であったが、次第に学生らも心を開くことができた。辛くてあきらめそうになっていたときも、通りすがりの人からの励ましの一言に元気づけられるなど貴重な体験を重ねることができた。他学科や学年を超えた学生間でも荷物を持ってあげたり、手を引いたりするなど、お互いを気遣い助け合うことができた。他人からの思いやりの有り難さを実感し、学生らは一様に「自分は一人で生きているわけではない」という謙虚な気持ちをもち、また、それぞれに自らの内面と向き合う機会を得たようである。（学生の感想文は一部を資料として掲載した。

資料6.)

また、実習中、地元テレビ・ラジオ局や地元紙・全国紙、遍路専門誌などから数多くの取材を受けた。なかでも愛媛県生涯学習センター研究員であり、元教員の高井秀和氏の同行取材は、若者の教育という観点からされており、その成果（「若者の遍路意識と遍路体験」『遍路のこころー2002年度遍路文化の学術整理報告書』2003年、愛媛県）は示唆に富むものであった。取材される経験そのものが、学生にとっては初めてであり、取材に答えるために、自分が何を感じ考えているのかを明確に見つめなおさねばならず、あらためて深く考えるきっかけとなった。報道された内容を見ることは客観的に自分たちのことを評価することにもつながった。また、泊り込みで同行取材している記者の方と、歩きながらあるいは宿泊先で話す機会があった。このように日頃接する人たちとは異なった環境にある人と意見交換することができたことも有意義であった。実習期間中の取材のみならず、その後も学内紙や遍路専門誌などへの寄稿や、地元ユニセフ主催の世界遺産をテーマとするフォーラム、日本福祉文化学会中国・四国ブロック愛媛大会（2006年3月6日）での発表の機会にも恵まれ、自らが感じたことを言葉によって表現し、またそれに対する他者からの評価を頂くこともできた。

遍路体験学習を知った地域の方からの要望を受け、島四国（瀬戸内海にある大島の八十八カ所霊場めぐり）の広報活動では、学生が「お接待」をさせて頂くようになるなど、地元の方々との継続的な交流も生まれている。学生にとっては、活動の範囲が広がり、社会をより多元的に捉えられるチャンスが広がった。また、前年度参加した学生から、今年度の学生たちの歩き遍路を手伝いたいという要望があり、5日間の歩き遍路では先輩として後輩たちを支えた。

上述のように、学生にとって遍路道という社会の中で、自らの身体を使った体験が大きな意味をもっていることがわかる。彼らは、自他を改めて見直す機会を得て、自らの内面と向き合うと同時に他者への思いやりも芽生えている。

授業としての「地域文化論」の内容を更に発展させるために、専門である介護、栄養、教育での学びを生かして学生自らが自分たちで取り組むことをめざしてきた。例年、車いす利用者であり、今治市社会福祉協議会障害者生活支援センターで障害者スポーツ指導員をされている渡部雄一朗さんに、今治市内を一緒に歩いていただき、学生は障害者の方が巡拝することの困難さをかいま見ることができた。しかし、それだけではなく、障害者という「弱者」であると思いきみがちであるが、渡部さんの高い運動能力に圧倒されるという経験もできたことは、貴重であった。2007年度からは渡部さんに一緒に歩くだけでなく、講義もお願いし「バリア・フリー」の「バリア」とは何かを身体・視覚・聴覚などに障害をもつ当事者の方々と共に考えている（資料7.）。

2005年度からは、高松短期大学「地域観光研究」および愛媛大学「遍路を歩く」の受講生と共同で、歩き遍路やお接待を体験した。愛媛大学が2005年度から開講した共通教育科目「遍路を歩く」の受講生とは、「さつき遍路」で2日間一緒に歩いた。愛媛大学の「夏遍路」、短大の「ながつき遍路」では、双方の学生のレポートを相互の教員も読み、それぞれの学生たちのとらえ方・感じ方の共通点や相違点を知ることができ、大変興味深かった。歩く日数の違い（愛媛大学2日間、本学5日間）から、学生の受け止め方に大きな違いが見受けられることが確認できた。

4. 結 語

歩き遍路体験は、21世紀を担う人づくりである。人づくりの具体的な内容としては、①自立心を身につけ、自己を確立する。②困難に打ち勝つ意志と忍耐力を養う。③互いの人格を尊重しつつ、連帯感をもつ。④自分が暮らす場所に愛着をもち、その地域文化に興味を持つ。⑤地域の人々とのコミュニケーションを通じて、他者との共生を感じる。⑥自然の中に身を置くことにより、自然と人間との共生を感じる。など、実体験を通じてしか得られない様々な教育効果が得られている。

資 料

1. 「明德短大歩き遍路体験学習」、遍路専門誌「へんろ」（四国八十八カ所霊場会監修）第307号 2009年10月1日
2. 「精神修養で『徒歩遍路』授業採用」、『毎日新聞』 2001年10月8日
3. 一般教育科目「地域文化論（歩き遍路体験実習）」概要
4. 2009年ながつき遍路に参加した卒業生の感想文
5. 市川ひろみ「お遍路は時空を超えた学びの場」、(日本介護福祉士養成施設協会会報「かいようきょう」) 第30号 2007年5月11日
6. 「歩き遍路体験学習レポートから」、遍路専門誌「へんろ」（四国八十八カ所霊場会監修）第266号 2006年5月1日
7. 「老人・車椅子を疑似体験」、遍路専門誌「へんろ」（四国八十八カ所霊場会監修）第305号 2009年8月1日

資料1.「明德短大歩き遍路体験学習」（四国八十八カ所霊場会監修「へんろ」第307号）

へんろ

●全札所を
結ぶ
情報紙



発行所／伊予鉄不動産株式会社
「へんろ」編集部
松山市平和通6-98 ☎089(948)3192

監修
四国八十八カ所霊場会
印刷／松山 アマノ印刷
・1部 60円 ・郵送料 60円
・1年契約 1,440円(郵送料込み)

毎年5日間、7年で結願

明德短大歩き遍路体験学習

今治明德短期大学の歩き遍路体験学習が九月十五日、結願した。

「自立心、忍耐、連帯感を身に付け、自然との共生、地域文化に関心をもつ人づくり」を目的し、遍路体験学習を正規のカリキュラムに取り入れたのは平成十三年。初年度は地元の岩屋寺から前神寺を歩き、

今治明德短期大学の歩き遍路体験したのは翌十四年九月のこと。以来、一年生（地域文化論受講生）が毎年五日間ずつ歩き、七年と二日、合わせて三十七日で一巡した。十四日早朝、大学から一宮寺まではバス。学生、教職員合わせて二十四名は、予定通り七時に出発した。しかし、曇りの急坂に苦戦

一番霊山寺をスタートしたのは翌十四年九月のこと。以来、一年生（地域文化論受講生）が毎年五日間ずつ歩き、七年と二日、合わせて三十七日で一巡した。十四日早朝、大学から一宮寺まではバス。学生、教職員合わせて二十四名は、予定通り七時に出発した。しかし、曇りの急坂に苦戦

「支え合って自信ついた」



無事、結願。大窪寺本堂前で

高野山町石道を行く



巾着をお接待する
藤野さん（左側）

れて到着。

関野真理さんは介護福祉コースの学生。「育ててくれた母と兄の病が治るよう、手を合せて。これからは自分支えていきたい。まず小松純子さんは社会人入学生。「適度な運動と美味しい食事、そして健康をテーマにしたが、『適度』ははるかに越えていた。しかし、お接待は暖かさ

と力をもらえる。この体験は大切にしたい」と話す。

今年結願と聞き、卒業生も参加した。野村京子さんは、十三年度歩いた一期生。仕事の合間を利用して初日、一緒に歩いた。野村さんは「今回、誘ってもらい嬉しかった。五日間は貴重な体験。歩ききったこと、仲間と支えあったことが今も自信になっている。」

社会人入生のOB藤野啓之さんは、現在デザインサービスの施設に勤務。利用者のおばあちゃんと相談してお接待用の巾着を作成、返信用のはがきを添えて三十個持参した。志度寺で出会った佐藤真人さん（三三、滋賀県）手渡ししながら、「旅先からおばあちゃんたちへのこのはがきで近況を知らせてください。お便りを受け取ったおばあちゃんたちが、どんなに喜ぶだろうか。」

その後、霊山寺に参拝。十七日に高野山の町石道を登り金剛峯寺、奥の院に詣で十八日帰着した。

編集部から

平成十三年、今治明德短大は「歩き遍路体験学習」を正規のカリキュラムに取り入れた。以来、毎年五日間ずつ歩き、今年結願した。

「歩き通すことで何を得られるのか知りたい、と思いながら始めた歩き遍路」。この年、岩屋寺から前神寺を歩いた遍路一期生、野村京子さんのレポートの序文である。

最終日、横峰寺を下り香園寺に着いたころは殆どの学生がダウン寸前。野村さん一人が元気そうに振舞っている。と記憶している。自分も疲れているはずはない、友達との足のつづれたマメを手当てしてあげた。マッサーをしてあげた。『ゴールの前列寺では体調を崩した仲間も多かった筆者の感慨もひとしお。』

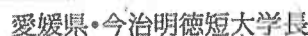
験に感謝して拝んだ」と結んでいた。

今年結願するということで、野村さんは初日の一宮寺・長尾寺を一緒に歩いた。もう一人、平成十八年に三十九番延光寺から大寶寺を歩いた社会人入学生・藤野啓之さん（当時四〇歳）も参加した。藤野さんは現在勤めているデザイン施設の利用者が作った、お接待用の巾着を持って。

詳しくは本文のとおりだが、今治明德短大・歩き遍路体験学習の歴史はこうして連綿と続いているのだ。教室で学ぶことのできない遍路体験は、これからの人生の肥やしになるだろう。

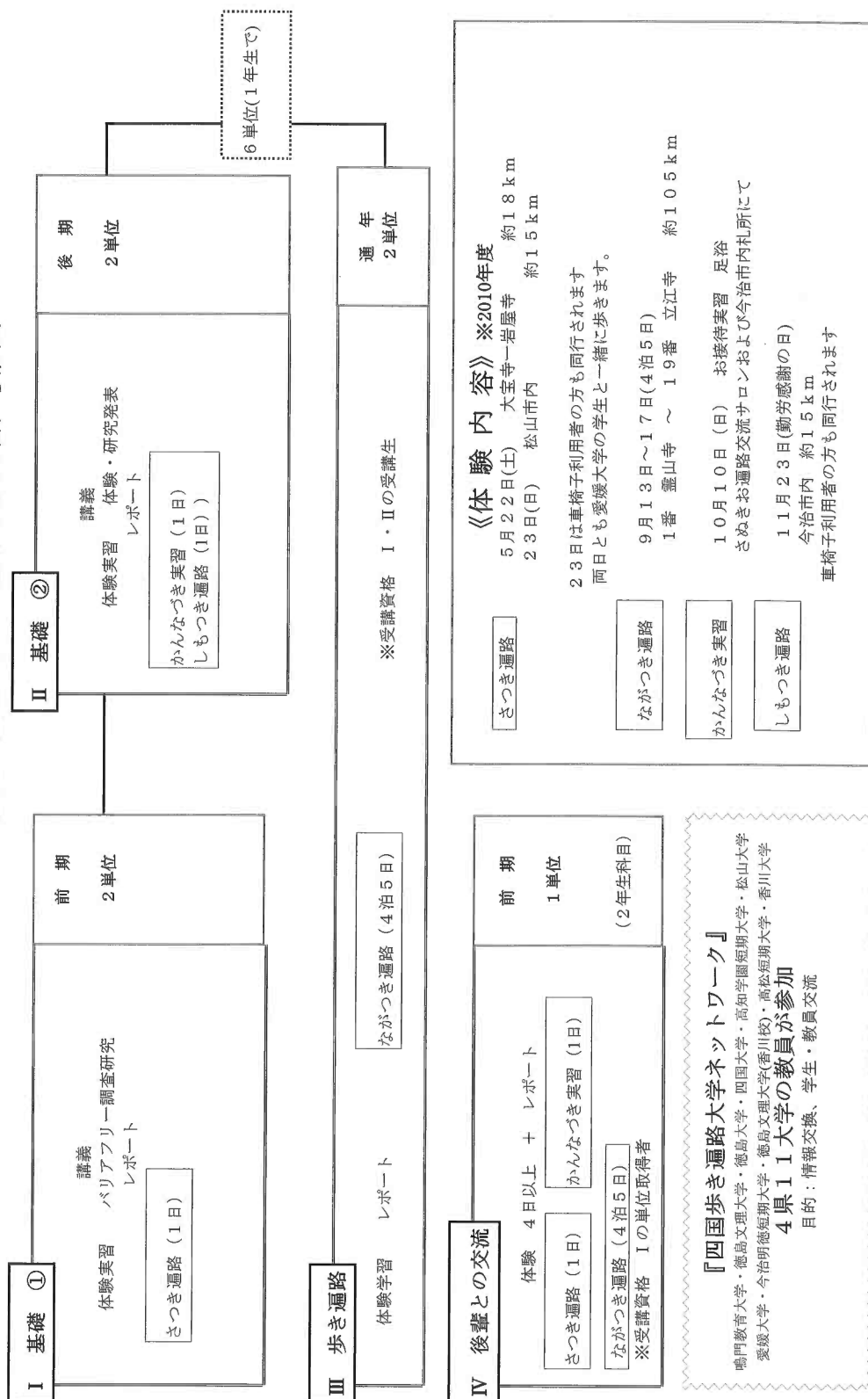
何も分かんず、手探りの状態でここまで育ててきた大学関係者、そして初年度から関わった筆者の感慨もひとしお。

2009年
10月1日



– 54 –

資料 3. 一般教育科目「地域文化論（歩き遍路体験実習）」概要



資料4. 「2009 年ながつき遍路」に参加した卒業生の感想文

「2009 年度 歩き遍路体験学習 1 日目に参加して」

野村京子 (2001 年度参加)

*今回、参加したいと思った理由

きっかけは、7 月に市川先生からいただいたお便りです。2001 年度の自分が歩いた後も、学生がつないで歩いていたことがわかり、嬉しかったからです。地域文化論の授業は、たまたま自分の学年から始まったこともあり、人生の貴重な体験をさせていただいたので 1 日でも是非参加したいと思いました。

*当日までの準備

あれから 9 年、生活の中で移動はどこでも車が当たり前になっており、後にも先にも学生のあの時ほど歩いたこともなく、数キロ歩くことも不安でした。まずは、地元周辺で歩く練習を、仕事に差し支えない程度に・・・と思いながら始めました。案の定、足をすぐ痛めて回復までに数日かかるわ、1 週間前には靴底がはがれたりして、結局、十分には練習できませんでした。

荷物に関しては、以前、歩くだけで精一杯になって最終日まで持って歩けなかったのが、必要最小限のものだけにし、極力軽くしました。

*当日

学生と一緒に歩いてみて、学生が先達役をして、ある程度までまとまりをもって集団で歩くことや、札所の説明・足裏の早期対策等、私が以前に参加した頃のない工夫がなされて感心しました。

私の頃は、参加人数も少なくマイペースで黙々と歩いている時間が多かったのですが、今回は、目の前にある物や景色を見て、聞こえた音や香りで感じたことなどを言い合いながら歩いていると、共感できて色んな気づきがあって面白かったです。

道は、コンクリートや大きな石が多い急激な登り下りの坂もあり、荷物の多い学生の荷物を持ったものの、自分が思うほど体力的な余裕はなくなり、歩きながら膝がこんなに震えるものかと思うほど震えて、転びそうで転ばなかったのが不思議なくらいでした。そんな中、自然だけでなく、地域の方や先生からお接待を受けたり、挨拶を交わしたりして元気をもらい、癒されました。

長尾寺に着いてみんなが集合したとき、学生も今日 1 日最後までよく頑張ったと思いました。

*終わりに

歩き、ゆったりとした時間の中で、普段の自分の視野の狭さ、ゆとりの足りなさに気づきました。これから気持ちが焦った時には、今回のことを思い出して、何でも素直な気持ちで物事を見て、相手の話も聴くことができたと思います。8 年前の納経帳に今回歩いた札所の納経をしていただいて、何年か経っても歩きで完成させたいと思いました。

自分ひとりではできないことばかりで、お世話してくださった地域の方や先生、学生に感謝の気持ちでいっぱいです。ありがとうございました。

「2009年度　ながつき遍路に参加して」

藤野啓之（2006年度参加）

今回で結願との連絡をいただき、最後の行程を歩いてみたいとの思いやもうひとつの目的をもって、昨年のながつき遍路に参加させていただきました。

学生の時は高知県最後の39番延光寺から44番大寶寺までの行程に参加しました。途中腰と膝を痛めリタイヤしなければならないかと思った時もありましたが、先生方の心遣いもありなんとか大寶寺まで辿りつくことができました。

卒業後、高齢者介護の職に就き、歩き遍路の実習や地域文化論の授業で学んだことを参考に、利用者さんにお接待に参加していただくことでボランティアとして社会参加の機会を提供できるのではないかと思います。小さな巾着袋を作ってお遍路をされている方にお接待することを提案し了承していただくことができました。利用者さんも快く応じて下さり、丁寧に巾着袋を縫っていただいたり、家から綺麗な端切れを持ってきてくれた方や集めていた小銭をぜひ御賽銭に使って欲しいと提供して下さった方もいらっしゃいました。

今回のながつき遍路ではその巾着袋に参加された学生の皆さんにお接待して、葉書を送っていただくことができました。

着いた葉書を見て、何度となく読み返されている方や昔自分が霊場巡りをした時の思い出話をしてくださったり、「また作らんといかんねえ」と早速次の巾着袋を縫い始める方もいらっしゃって利用者の皆さんも大変喜ばれていました。こうした機会を提供していただけたことに大変感謝しております。

またこのような活動ができるのも、四国にお遍路という長い歴史を持った文化が継承されているからこそのことであると思います。

自分が使うものではないからと丁寧に針仕事をされたり、わざわざ端切れを持ってきてくださったり、ぜひ御賽銭につかって欲しいとお金をもってきてくださったりと、こちらが想定していた以上に熱心に参加していただくことができたのも文化の継承という土台がしっかりと根付いていることの証であると感じました。

私は社会人入学なので40歳を過ぎて地域文化論の授業を受講するまでは「四国遍路」に全く関心がなく「お接待」ということも知りませんでした。地域文化論を受講していなければ、今回のように利用者さんとの間で共通理解を得る体験もなかったと思います。自分の町の文化や歴史にもっと関心を持って生活の中に取り入れていくことが大切であると学びました。

2回体験した歩き遍路でしたが、歩いている時は只ひたすらに足を進めているだけで、今歩いている所がどういう場所なのか、何も考えていませんでした。もし機会があれば、そうしたことに思いを巡らせていきたいと思います。

資料5.「お遍路は時空を超えた学びの場」(日本介護福祉士養成施設協会会報「かいようきょう」) 第30号

20 第30号

かいようきょう(日本介護福祉士養成施設協会会報)

2007年5月11日



「お遍路は時空を超えた学びの場」

プロフィール

いちかわ ひろみ 今治明德短期大学准教授。京都市生まれ。専門は国際関係論・平和学。一般教育科目担当者として準備段階から「地域文化論〈歩き遍路体験学習〉」を企画し、毎年学生とともに遍路道を歩いている。

今治明德短期大学

市川ひろみ

大学の授業として「歩き遍路」を取り入れるという、全国的にも珍しい教育を立案したのが今から7年前。今の時代、物質的には有り余る生活を送っていても、人間関係は希薄で、心は決して豊かとはいえません。私たちは、学生たちに、「生命の尊厳や助け合うことの大切さ」を体感して欲しいと思いました。

この授業では、色々な勉強をします。講義では、「遍路の歴史」や「歩き方・健康管理の方法」などを学び、5日間で約150kmの歩き遍路に挑戦します。歩く前には、自分が着る白衣(燈籠)を自分で縫ったり、歩くルートや宿泊先、休憩所の調査や予約などなかなか大変ですが、この準備作業を通して、歩き遍路への気持ちが少しずつ高まってくるようです。この7年間で計80名の学生が1000kmあまりの遍路を体験しました。

まだ、残暑の厳しい9月、学生たちは毎日重い荷物を担いで歩きます。足にマメができたり、熱を出したり、お腹をこわしたりとトラブルの続出です。多くの学生は、自分の体力や痛みの限界に直面し、当惑してしまいます。想像以上の「苦行」に、「もう歩けない」と弱気になっている時、通りかかった地元の人から声をかけられると、ただ、それだけで元気が出ました。学生にとっては、初めての「不思議な」体験でした。

歩いていると、多くの方々から様々なお接待を受けます。お芋をふかして待っていてくれたり、手作りのお菓子をわざわざ届けて下さったり。見ず知らずの人たちから、こんなに親切にしてもらうのも初めてです。感謝の気持ちを込めて、私たちもお接待をしたいと思うようになりました。お遍路さんに疲れを取ってもらおうと、足浴を始めて3年になります。最初は緊張している学生も、足を洗っているうちに少しずつお遍路さんと言葉を交わせるようになります。「気持ちよかった、ありがとう」と言ってもらえた」と、話す学生の満ち足りた笑顔。誰かに喜んでもらうことは、こんなにも心を豊かにしてくれるんですね。

2年前からは、地元の障害者生活支援センターの方にご協力いただいて、車椅子でのお遍路体験や礼所のバリアフリー調査も行っています。障害者は「弱者」だと思い込みがちですが、一緒に歩いてみて、車椅子利用者の方の高い運動能力に、若い学生たちも圧倒されていました。また、普段何気なく車で通っている道が、車椅子にとってはいかに危険であるかを知ることでもできました。学生たちは、今、車椅子利用者の方々がお参りされるときに役立つ情報を、ホームページに掲載しようと準備を進めているところです。

遍路道には時空を超えた深い広がりがあります。同じ道をたどった先人に出会うこともできます。礼所のご住職、宿のおじさん、お接待をしてくださったおばあさん。社会的な地位を超えて多様な人々に出会えるのが遍路道です。学生らは、他人からの思いやりの有り難さ、人から感謝される幸せを実感します。そして、「自分は一人で生きているわけではない」という謙虚な気持ちになり、それぞれに自らの内面と向き合う機会を得ているようです。



資料6.「歩き遍路体験学習レポートから」（四国八十八カ所霊場会監修「へんろ」第266号）

(3) 平成18年5月1日

へ ん ろ

(第3種郵便物認可) 第266号



復元されたばかりの旧・遍路道を歩く明姫生

今治明德
短期大学
歩き遍路体験学習レポートから ③

「お接待の
ありがたさ」

平野 貴子

「楽しそう。歩いてみたい」という想いから四泊五日の歩き遍路は始まりました。平野 貴子

先達の大変さ知った

五日間歩けるか不安でした。最初の宿に着いたとき、先生方からお疲れ！よく頑張ったね」と声を掛けてくれ泣きそうになりました。二日は距離が一番長い場所を決めなくては

山道では男の人に先達役を代わってもらった。みんなの協力のおかげで金閣寺にたどり着きました。先達は休憩する時

アスファルトの道と比べ山道は土が軟らかく、木や土の匂いがして歩くことが楽しく感じました。遍路道は険しい山もあったけど自然を感じることができ、これからは残してほしいと思います。

最後の日は、みんなと歩いているのが楽しくて、今日で終わるのが寂しく、もつと歩きたいと思いました。遍路の装束を纏うのは思ったより手こずりましたが、自分たちが作ったものを着て歩くのはいいなと思います。

長かったような短かったような五日間。「大丈夫！と声を掛けてくれた人、選れている人

引つ張って一緒に歩いた人。みんなが協力し助けて、地元の人温かいお接待があったので歩きやすかった。貴重な体験ができたと思えます。五日

「参愛遍路」

緒方 太

「五日間くらいどうやっていこう」と考えていました。友達と話し合ったり、景色を見ながら余裕で歩けるだろうと思っていました。しかし、実際は違いました。本道に

が痛くなったことなんてなかった。ただ、一歩一歩が辛かった。たまたま、その一歩を力強く踏み出した感動は計り知れないものでした。

友達の笑顔 心強く



へんろ屋「しんきん庵」で高知県大月町および幡多信用金庫職員と記念撮影

まあ、自信が無いわけではありませんが、とにかく辛いとき見せてくれた友達の笑顔には、確かな心強さを感じました。ということもあって今回のタイトルを「参愛遍路」にしたのです。

その後何度かお遍路をするを見かけました。自分たちは車の中にいたので声をかけたりは出来ませんでした。自然と心の中で無事に旅を終えることができたように願っていました。

いろいろな人からお接待を受けて今まで以上に人の心の温かさ、優しさを知り、自分も機会があればお接待をしたいと思いました。

意味は「分かち合い、助け合い」。この三つがバランスよく交差しあえた旅だったんだと思います。三つの「あい」だから参愛。

(昭和59年7月16日) 第305号
(第3種郵便物認可)



明德短大でバリアフリー遍路調査

発行所／伊予鉄不動産株式会社
「へんろ」編集部
松山市平和通6-98 ☎089(948)3192
監修
四国八十八カ所霊場会
印刷／松山 アマノ印刷
・1部 60円・郵送料 60円
・1年契約 1,440円(郵送料込み)

「歩き道路体験 十日にグループごとの調査研究テーマを設定して今 治明德短大でした。」

グループで体験発表
づは地図にタコ糸を貼
り付け、視覚障害者用
地図「触地図」を作成
付き添いの健常者との
コミュニケーションなど
について考えた

各グループの発表を
聞き、視覚障害者の河
野みかさんは、「私たち

七月一日大雨のなか、体験グループへ「おなかな段差や坂、見えてはるはずの足元が見えないと普段は気にもとらないことが障害に

グループ。滑りやすいところ、動き難い場所などを具体的に指摘。

ヒヤリ

は音や感覚で情報を得ているので、適切な声は隠している。被害者に声をかける勇気が無くて、声を掛けられたら無視なんて「人間誰も渡部さんは、人間誰も」が年をとり、介護が必要

えす。怖かった」などと振返った。

バリアフ
リ）体験学習
班は、寺の階
段などから
「車椅子で本
堂へは行き難
い。」
アイマス
クを付けた視
覚障害者グル
ー

担当する市川ひろみ教
授は「昔、漏路は病氣
などの平癒を祈願し
た。四国はそんな人
を受け入れた。今の
社会は元氣な人、強
い人に合わせてい
る。そんな社会は生
きにくい。障害者
にも住みやすい社
会であってほしい。
見返りを求めない
お接待文化を大切
にしたい」と結んだ。

Reports and Materials

A report on college education of local culture Henro study: 1200 kilometers pilgrim experience by students

Hiromi Ichikawa, Youichi Saeki, Eiko Hara, Hideyuki Tokunaga, Kiyoko Abe,
Youko Watanabe and Yuzu Okada

Local culture Henro study was established to Imabari Meitoku Junior College in 2001. It was the first case to introduce Henro into a college/university curriculum in Japan. Students not only study about history and other various aspects of Henro, but walk the pilgrim way of Henro about 150 kilometers for 5 days in September. Until 2010, 124 students attended this study and walked over 1200 kilometers around Shikoku. To walk 20 to 30 kilometers everyday is very hard for students. They helped each other to overcome the difficulties. Many unknown local residents encouraged them. Those were unexpected experience for the students and most of them were amazed. Each of those students has learned a lot through the five day Henro.

編集委員

森 四 郎
土 岐 敦 子

執筆者紹介（執筆順）

寺 川 夫 央
原 映 子
阿 部 清 子
中 居 由 香
河 野 弘 美
眞 鍋 誠 子
伊 藤 敏 乃
宇 野 眞 紀
近 藤 佳 代
野 口 学
市 川 ひろみ
佐 伯 羊 一
徳 永 英 幸
渡 邊 陽 子
岡 田 ゆ ず

平成23年 3 月25日 印刷
平成23年 3 月31日 発行

編集発行者 今 治 明 徳 短 期 大 学
今 治 市 矢 田 甲 6 8 8
印 刷 所 原 印 刷 株 式 会 社
今 治 市 喜 田 村 1 - 2 - 1

REPORTS OF RESEARCH IMABARI MEITOKU JUNIOR COLLEGE

NO.34

CONTENTS

A Study on the Survey about Stress Response:

Junior College Students

.....Fuo TERAGAWA, Eiko HARA, Kiyoko ABE, Yuka NAKAI and Hiromi KOUNO..... 1

Transforming image of elderly in care homes through care giving experiences:

From the view point of clothes

.....Seiko MANABE, Tosino ITOU and Maki UNO..... 13

A Research Concerning Field of the Tea and Hospitality

~ A Proposal for Delightful Tea Life ~

.....Kayo KONDOU..... 23

Research Notes/

Curriculum research at the Ehime Prefecture Education Research Convention

(November of 1940)

- To prepare the establishment of the national elementary school -

.....Manabu NOGUCHI..... 35

Reports and Materials/

A report on college education of local culture Henro study:

1200 kilometers pilgrim experience by students

.....Hiromi ICHIKAWA, Youichi SAEKI, Eiko HARA, Hideyuki TOKUNAGA,
Kiyoko ABE, Youko WATANABE and Yuzu OKADA..... 47

March 2011

IMABARI MEITOKU JUNIOR COLLEGE