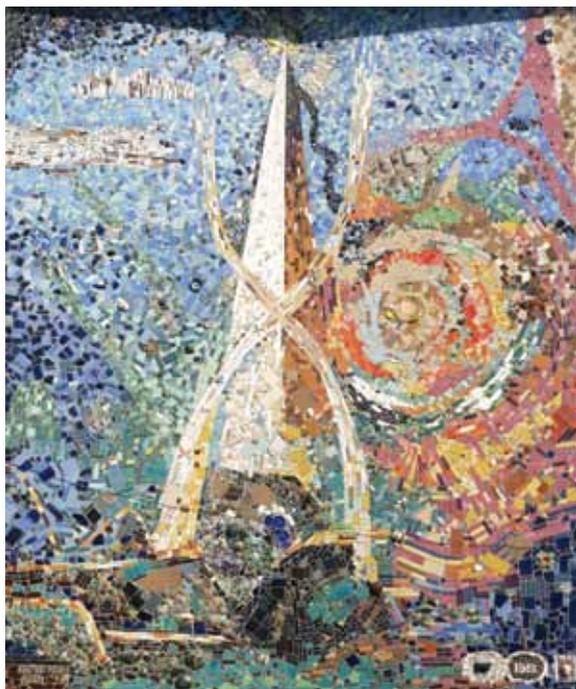


研究室だより

51



東洋学園大学

自彊不息写真コンテスト受賞作品



グランプリ受賞作 「オーストラリア留学最終日」



準グランプリ受賞作 「英語分からなくても地元に馴染めました」

(自彊不息写真コンテスト: 創立92周年記念として、建学の精神「自彊不息(じきょうやまず)」をテーマに、TOGAKU生が「自分を高めるために一所懸命汗をかき、日々積み重ね努力をしている姿」・「輝いている瞬間」を表現した写真コンテスト)

一 目 次

1. 「授業法と授業設計を考える会」から得たものとは 有 木 永 子…… 2
2. 6年目を迎えた国際キャリアプログラム(ICP) 坂 本 ひとみ…… 7
3. 車椅子は筋トレの理想的プラットフォームだ 澁 谷 智 久……12
～ゴムバンド×車椅子～
4. 海外文化演習(中国)の更なる充実を求めて(下) 成 寅……20
—浙江旅游職業学院の短期留学プログラムにおける取り組み—
5. 認定心理士資格取得状況の変化と 中 村 哲 之……28
新カリキュラムへの移行
6. Global Carbon Moneyの含意 古 屋 力……34
～はたして気候変動問題と国際通貨問題の
同時解決は可能なのか～
7. 石田三成と関ヶ原合戦 前 原 正 美……40
—三成の「愛」の人生と平和国家への道—
8. 日本語教員養成課程必修科目として 山 本 博 子……47
初めて実施された「日本語教育実習」報告

※4、7は冊子でのみ公開しています。
PDFではご覧いただけませんので、ご了承ください。

「授業法と授業設計を考える会」から得たものとは

有木 永子

1. はじめに

大学教員は教員免許がない世界で教鞭を執っています。多くの教員が自らの専門領域を軸に学生とのやり取りを通して見よう見まねで教え始め、日々、試行錯誤を繰り返している現状があります。教員を始めた時、これまで自分が受けてきた体験を振り返りながら、教えておきたい内容と学生のニーズなどを考え合わせて授業を組み立ててきたのではないのでしょうか。

臨床心理士として大学病院での臨床につきながら、研修医や医学部生教育をベースに活動してきた私もその一人です。私は大学院修了後より合計4つの医学部でお世話になり、臨床活動と教育、研究業務に従事してきました。在職期間が最も長かったK医科大学精神神経科学教室は教員ポストで所属していたのですが、業務の主軸は大学病院での臨床活動でした。医療系の資格を目指す学生や現場に出て学びを重ねる研修医の多くはとても熱心で、目の前で観察した患者の状態像を理解するために、たくさん知識を吸収しようとしていました。いわゆるモチベーションの高い集団です。大講義を行うにあたって、授業環境の調整をはじめ講義のセッティングに至るまで、学生が中心に環境を作り、教員はそこに赴き授業を展開すればよいという構造でした。

教員は、受講生がいかにして興味関心を育て、患者の疾患や状態像を見立てられる

ようになるか、その視点を提供していけばよかったです。こちらもそれに応じて、臨床実践に根差した知識や体験を可能な限り具体例を添えて伝えてきました。学生の姿勢や態度、興味関心の深さなどは、皆がある一定のレベルを持っていたので、そこに注力する必要はなかったのです。

ところが、6年前、本学に着任し授業を担当した時、とても衝撃を受けました。与えられることに慣れている学生が散在し、教員の注意にも耳を貸さずおしゃべりに興じたり許可なく教室を出入りしたりするなど、全体としての緩さや雑然とした環境に大変驚きました。これがイマドキの学生なのかと。

初めの頃はどうしてもこうした学生に目が奪われたのですが、実際にはそうした学生はほんの一部に過ぎませんでした。事実、2019年現在、自分が担当する授業でそのような受講態度の学生は見られなくなっており、検定試験への挑戦や資格取得へ向けて学ぶ学生が増えるにつれて、授業環境は格段に向上しています。

では、なぜ、授業環境が変化したのでしょうか。一つに、授業を構造化したことがあげられます。

当時、授業をスムーズに進めるために、学生との約束事を確認しました。そして、受身の授業とならないように、授業中に考えさせる課題を多く入れました。たとえば、

セルフワーク、ペアワーク、テーブルワークといった具合です。そして、その都度、構造を明確に示しつつ、学生のリアクションペーパーの記載を授業に反映させるようにしました。相互のやりとりを多くしたのです。これらにより、授業環境は変化し、学生の満足度も上がりました。

このように、講義と学生の反応の連続性を意識しながら授業を続けていくと、学生と「つながった！」と感じる瞬間が増えてきました。ところが、さらなる問題が生じました。それは日本の大学生の勉強時間が大変少ないという調査結果が出たことです。授業外学習の時間がほとんどなく、本も読まない大学生たち…。この状態を作っている私たち教員側にも当然問題があると言わざるを得ません。

学生が授業以外の学習に取り組めるようにするためには、もっと工夫が必要です。学生と「つながった」感覚を増やしていくために、もっと取り組まなければならないことがあるはずです。

そんなある時、学生の輝く目や「あ～、なるほど！」と得心した表情に触れ、これが“学びを誘う”ということなのかと実感しました。こうして、私の中で「学生自身から知りたい、味わいたいと感じられるような授業を展開するためにはどうすればよいのか」と考えることが増えました。

専門的な事項を難しく説明することはいくらでもできますが、それらをわかりやすく伝え、学生自らが自分の知識や体験と融合させて新しい知識、教養として活用できるようにするには、一体どうすればよいのでしょうか。

アクティブラーニングや反転授業、巷では双方向交流を主とした授業法が拡大して

います。それらも授業の内容や性質、受講生の人数、講義室の環境など、さまざまな条件を考え合わせて適応しなければならぬのです。

大学教員は、小中高の教員のように、免許があって学習指導要領に基づいて指導ができるわけではありません。教育学などの専門性を持つ人を除いては、自身の専門に基づいた授業を、OJTのごとく展開しているのが実情ではないでしょうか。

授業はナマモノであり、ライブ感が大事です。アウトラインは決めつつも、そこで繰り広げられる相互交流で、その都度、学生から出てくるものを取り上げながら進めていくには、こちらも相当の技量が求められます。それには、学生が目指すべき到達目標を常に意識しながら進めることが求められるのではないのでしょうか。

このように考える中で、私の模索がはじまりました。

幸いなことに、同じような関心を持っておられた福田佳織先生、宮園久栄先生とともに「授業法と授業設計を考える会」として本学の特別研究費に応募し、ご支援頂けることになりました。こうして、この問題に取り組むことになったのです。

2. 授業設計とは

「授業法と授業設計を考える会」を始めるにあたって、そもそも授業設計の手法とは何か、そこから学ぶ必要がありました。この会の目的は、授業設計の手法を体系的に学び、本学学生に即して実践的に活用することです。さまざまな文献をあたってみてわかったこととして、授業を設計する上で大切なことは、学問上の重要な概念と課題を明確化し、授業終了後でも継続して理解

されているべき重要な概念とは何かを見極め、学生が現実的な場面で応用できるように優先順位をつけて教えるということでした。そこで、これを行うために定期勉強会を始めることになりました。

3. 定期勉強会

現在、3年目となった勉強会も、1年目は主に輪読会をとおして、議論を深めることに終始しました。相互に授業での実践報告を繰り返す学びはとても刺激的であり、毎回、興味深く取り組みました。日々の授業実践では、目の前のことに必死になりやすいのですが、勉強会で得た新たな気づきにより、工夫できることが増えたように思います。

たとえば、自分の担当科目に出てくるキーワードが、他の科目ではどのような文脈で登場するのかなど、話合っていくと共通点や相違点が認識されるようになり、「同じ事象であっても拠って立つ理論によって見え方が違うね。この面白さこそ、人間科学の学びではない?!」など、議論は尽きませんでした。1年目の勉強会内容は表1に示したとおりです。(表1)

表1 勉強会内容(2017年度)

実施回	実施日	内容
第1回	2017/6/1	「年次計画の確認(勉強会方法・研修)」教授法および授業設計の基礎的事項を整理
第2回	2017/7/6	「輪読テキストの選定」「情報共有方法を検討」
第3回	2017/7/25	「授業設計の利点理解」
第4回	2017/10/2	「授業設計の前提を理解」
第5回	2017/12/7	「学生の到達目標を設計」
第6回	2018/1/11	「目標に対応した評価」
第7回	2018/2/22	「授業の進行と学習活動の設計」
第8回	2018/3/15	第7回の内容→「トピックマッピング」

2年目の勉強会になると、シラバスに基づいて具体的な教材準備のあり方や授業外の学習課題の出し方など、それぞれの授業で行われている工夫を共有したり、検討したりとさながらケース研究のような議論が続きました。

たとえば、現代日本において大きな社会問題となっている「児童虐待」。3人の教員の専門性を鑑みると一つの現象が異なる切り口で検討できるという、人間科学的な学び方ができるのではないだろうか。でも、いきなりそれを現実事例として検討しても、情報入手の方法や比較検討の仕方など、アカデミックスキルが覚束ない学生をどのように導けばよいのだろうか。(表2)

表2 勉強会内容(2018年度)

実施回	実施日	内容
第1回	2018/4/3	シラバスの作成方法
第2回	2018/5/13	授業設計の見直し(シラバスの見直し)
第3回	2018/7/5	授業時間外学習の充実化
第4回	2018/10/4	能動的学修教員研修リーダー講座のレクチャー
第5回	2018/11/1	教材準備について
第6回	2019/1/29	複数教員で一つの授業を実施
第7回	2019/3/7	ICT技術研究講習会での復習

2年目の途中からは、こうした話題が尽きなくなっていました。そして、学生が能動的に学べるようにするためには、どのような環境整備が必要なのかに話が及んだ頃に、かねてから計画していた「FDのための情報技術研究講習会」(追手門大学:2019年2月25~26日)への参加が叶いました。

4. いざ、外部研修!

初日は、「ICTを用いた授業の支援」という全体会から始まりました。ICT技術はどのように使われるのかについて、①学生の理解度を確認する ②事前・事後学修教材に

利用する ことを理解した上で、③双方向コミュニケーション等が可能となるアプリの使用を体験しました。これが、なかなか難しいのです。というのも、まずWIFIの環境がどうか確かめ、それへの対応を行った上でアプリをダウンロードして起動させるという手続きを、会場一斉で行ってみると、あちらこちらでトラップが生じて、まったく授業についていけない事態に。

講師の先生以外にも数名の補助教員や学生までもが巡回してサポートしてくださり、100人程度の会場でようやく一つの作業に取り組めるといった状態でした。中高年が多い集団ではやむを得ないことかもしれません。学生ですと、かえってサクサクと進められるのですが、インターネットリテラシーは学生によってかなり力がさまざまです。自分の授業でこうしたアプリを導入するとしたら、まずは設定確認から、それが出来ない学生へのサポートから、と考えると「授業環境がザワザワして遂行が難しくなるかもしれない」と感じた時間でした。続いて、全体講演として「著作権」について学びました。講義で提示する資料や配布する資料等における著作権についての注意事項は、アカデミックだから大丈夫と思っていたところがあったため、目新しいものもありました。そしてここでの学びがきっかけとなり、FD委員会と共催で、2019年12月23日の全体研修として開催される運びとなっています。広く、共有できることを目指します。

1日目の午後から2日目の午前は、会のメンバー3名とも同じ講座を選択して取り組みました。

それが「Google Classroom」の運営です。ゼミをはじめとする各種演習において、こ

の機能を使いこなせたら、もっと多様な学びが可能になるのではないかと思ったからです。

ところが！こちらも午前と同様に、手こずりました。まず、事前に講師から連絡があり、あらかじめGmailを別途準備して臨みました。講師の先生から、招待を受けてクラスルームに参加する、つまり学修者になるわけです。

自己紹介を打ち込んだり、先生からの問いに応えたり、他の受講生とやりとりをしたり、ついていくのに一生懸命でした。そのうち、先生から出された小テストに受講生が回答し、その正解率を瞬時にグラフ化して提示するなど、作業はどんどん難化しました。

2日目は、前日の課題に引き続いて、LMS (Learning Management System の略：学習管理システムとも言われます) 以外のICTツールに関する講義を受け、実習を行いました。具体的な内容は、Google Forms、Kahootなどの投票ツール、共有ホワイトボードや付箋ツール、マインドマップによる協働作業、ワードクラウドを用いた意見の集約と表示、Web タイマーによる発表時間の管理、スマホを用いたワイヤレスプレゼンテーション (amazon Fire Stick) などを体験しました。

こうして、丸2日間、文字通り朝から晩までICT技術と向き合ったわけですが、そこで仕入れた情報を実際の授業運営に使いこなせるようになるまでには、幾夜の格闘が想像され、2019年9月末現在、私はいまだ試行錯誤中です。まずはこれらのツールに慣れるように、練習を続けることとします。

5. 情報を持ち帰った今

2020年春、集中講義として人間科学部2年生対象の「人間科学総合講座」が始まります。これは3人の教員がオムニバス授業を行うのではなく、全時間を教室に常駐して、学生の議論や調べ学習、発表をサポートしながら人間科学の学びの幅を体験的に理解してもらうことを目指しています。すでに、勉強会でこの授業の骨子を検討し、視点を整理して題材の探し方や発表までのまとめ方など方法論について考え続けています。

例として考えているのは、人がいるところで起きる「事件」。その背景にはさまざまな事情が存在しており、それら一つずつ紐解く中で人間の理解の仕方を学ぶことが目標です。この授業を行うにあたり、これまで「授業法と授業設計を考える会」で取り組んできたことを活用できるように準備に入っていきます。さて、どんなメンバーが集まってくれるのでしょうか。今からとても楽しみです。

6. おわりに

人間科学部の多角的な視点からの学びは、未来に生きる若い学生たちにとって、具体

的に役立つと思います。私は臨床心理学が専門ですが、犯罪学や発達心理学といった視点で同じ事象を見た時に、自分自身では気づかないところ、気づいても十分な説明が出来ないところがたくさんあります。学生達に教えていても、同じ事象を別の観点から見たらどうなるのか、そこに興味を持った時に、「福田先生の授業で聴いてみてね」「宮園先生の授業にも同じテーマが出てくるよ。これと何が違って何が同じなのか考えてみようよ」などの紹介をしています。これらは、担当科目のトピックマッピングを行ったことで教授事項が共有できたからだと思います。ですが、それ以上に、私自身が勉強会をとおして「あ～、なるほど、そうか!」という体験を得たことが大きいように思います。この実感こそが、原動力になっているのかもしれない。

特別研究費による研究期間は残すところ、あと半年です。この会の学びで得たものは、「いろんな角度から、いろんな手法を用いて、一つの事象を多角的に捉えることを実感できた」に尽きるように思います。これらが、今後、縦糸、横糸となって人間科学部の学びとしてさらに拡大していくことを願ってやみません。

(人間科学部)

6年目を迎えた国際キャリアプログラム (ICP)

坂本ひとみ

本日からお盆休みに入り、都会の雑踏も少し静かになり、セミの声がいつそう賑やかに聞こえてくる。今日から国際キャリアプログラム (ICP) 5期生である2年生11名が順次、留学先に出発していく。7月22日には、結団式を開催していただき、理事長、学長はじめ、諸先生方の前で、留学の決意表明をする英語スピーチを一人ずつ行い、全員が実に晴れやかな表情をしていたことがうれしく思い出される。(写真1)



写真1 2019年7月ICP5期生結団式

7月30日には、ICP1年生と2年生合同で、市ヶ谷のJICA（日本国際協力機構）に学外研修に出かけ、プラスチック・ゴミによる海洋汚染についてのワークショップに参加し、人間の安全保障をテーマにした「地球ひろば」の展示から体験的に学習し、館内のJs Caféで食事会をして2年生の壮行会とした。1年生の中には、青年海外協力隊に大変

興味をもって、ぜひチャレンジしてみたいという学生が数名いる。今年の1年生は6期生であるが、IELTS 6.0という今までで最も高い英語力に早くも7月末に到達した学生も出ており、意欲の高い学生が多数いるということは、何人もの先生方からお墨付きをいただいている。

ICP委員会では、ICP生選考時の面接でチェックするポイントとして、①意欲 ②自律学習者 ③柔軟性・適応力 ④粘り強さの4項目を用いることにした。短時間の面接でこれらの力を正確に測るのは至難の業であるが、たとえば「自分の設定したゴールに向けて粘り強く努力した具体的経験があれば、それについて述べてください。」などの問いを投げかけて、受験者に話してもらうことができる。これは、私が2012年にアイルランド政府の奨学金を得て1ヶ月無料で留学をさせていただき、最後にIELTSを受験する機会が与えられたのであるが、そのときのスピーキング・テスト時の問いがヒントになっている。意欲の高さは第一条件であるが、柔軟性・適応力というのも海外での1年間の留学が必須となっているこのプログラムにおいては、重要なもの考える。自律学習者については、はじめはあまり英語力が高くなかった学生が、次第に自分で計画をたててどんどんと予習・復習をするようになり、それに伴い、学習自体も面白くなって、ポジティブ・スパイラ

ルに入ったという例が何人も出ている。つまり、自律学習者になれる素質というものを面接のときに見抜く目も面接官には必要とされている。

すべての学生の可能性を信じること…これは、わかっているつもりではあったが、今年の5月にICP 2年生クラスのゲスト講師として招いた卒業生が力説したときに、あらためてこの大事さに思いを致したのであった。ICPでは、留学に出かけるために12月中旬までに達成すべき英語のスコアがあり、これが明確なゴールになっているため、ついつい、学生たちを英語力だけでランキングしてしまう傾向に陥りやすい。また、英語によるディスカッションが多いICP授業においては、口下手な学生は少し不利になる場面もあったりする。が、そういう学生も、じっくり時間をかけて書く英作文で、自分が留学先で学びたいことなどを書かせると、とてもクリアにそれについて叙述してきたり、将来の夢を具体的に描写する力を持っていたりして、こちらも新たな発見を学生の中にする。そういうときに、おおいにほめることが、彼らの自信となり、背中を押しているように感じている。

新学習指導要領の3つの柱は、「学びに向かう力・人間性」「知識・技術」「思考力・判断力・表現力」であるが、これは大学生を指導する際にも意識しながら授業を組み立てるといいのではないかと考える。目下、夏休みであるが、ICP1年生には、毎週月曜に教師に送る英語の課題が出されている。ICP 1年生の春学期はプレゼンテーションやテストや課題が多く、とても大変なので、ともすれば、夏休みは怠けたくなる時期であるが、提出が遅れ気味になっている学生には「学びに向かう力が大事なのですよ。

自分で計画をたてて学ぶ習慣がなかったら、アメリカに行って現地の大学の授業についていけないでしょう。」とハッパをかけながら、提出を促している。

2014年に1期生のICP生として入学した学生は10名、学部留学を果たし、ICPとして卒業した学生は3名、2期生は8名でスタートし、やはり3名がICPとして卒業。3期生は11人でスタートし、2020年の春、ICPとして卒業予定の学生は3名。4期生は13名でスタートし、2019年の5月に留学から帰った学生は4名。5期生は、13名でスタートし、11名が留学にでかけるところである。このうち、語学留学スタートするものが8名おり、彼らは半年後、アメリカとオーストラリアの大学の学部に進んでいなくてはならない。最初から学部留学スタートできる学生は3名で、彼らが専門科目として学ぶ予定のものは言語学、教育学、マスメディア論、コミュニケーション論などである。2019年4月に入学した6期生は13名でスタートしている。

これまで卒業生は6名出たわけであるが、就職先は、航空業界、貿易商社、IT系、海外の人材会社、スポーツ系、物流系とさま



写真2 2017年9月 近代五種競技国際大会のボランティアを務めるICP2期生

までである。1期生のうち1名は、留学を終えたあと、テキサスの市役所で1ヶ月のインターンシップをし、2期生も、留学から帰国したあと、英語力、対応力をいかして、近代五種競技の国際大会でボランティアを務めたり、インドでのインターンシップにも参加した。

このうち、人材会社に就職した学生は、2期生の佐藤会沙さんで、インドネシアで仕事をしている。佐藤さんに、現在どのような仕事をされているのか尋ねたところ、すぐに以下のコメントを送ってくれた。

2019年6月からインドネシアに渡り、人材会社 PERSOL Indonesia (旧 Intelligence) の営業として人材紹介をしております。2016年にアメリカの Kelly と合弁し、日系企業だけでなく非日系企業も支援しています。また、日本と比べてインドネシアの法律はグレーゾーンなところが多いため、退職金計算や解雇相談といった人事労務コンサルティングサービスも日本人向けに提供しています。卒業論文のテーマが「バングラデシュの働く女性」だったため、また違った観点でインドネシアの仕事事情や社会問題などを学べて毎日刺激的です。マーケティング志望として採用面接を受けたので、まず営業で現場をしっかりと見てから次のステップに進めるように日々頑張っています。(写真3)

ICP のマネージング・ディレクターは、2014年4月から2017年3月までは野林健先生、2017年4月から2018年3月までは



写真3 インドネシアの大学でプレゼンテーションをしている佐藤さん

旦祐介先生、2018年4月から現在に至るまでは坂本が務めており、私は、2019年2月に、4期生のICP留学生千田美雪さんが学んでいるアメリカのノース・アラバマ大学を広報のスタッフとともに視察してきた。アメリカ南部の「サザン・ホスピタリティ」と称される暖かいもてなしの心を持った教授やスタッフの方が多く、千田さんがホームステイをしていた家族も訪問したが、子どもが7人もいるハッピーファミリーであった。千田さんは、このファミリーのために日本料理をあれこれ作ったり、子どもたちと遊んだりして、家族の一員のようにかわいがられており、最後、彼女がアメリカを発つときにもみんなそろって空港までお見送りに来てくれたとのことであった。(写真4)

千田さんは、各授業の教授からも目をかけていただいております、わからないところがあればどんどんと質問に行く彼女の意欲の高さが評価されていることがわかった。彼



写真4 千田さんとホストファミリー

女の寮生活もつぶさに見せてもらったが、アメリカ人の学生とすっかり打ち解けて、おおいに笑い合いながら会話をしている姿に、うれしい感動を覚えた。クラスの友人とも助け合い、互いをリスペクトしながら、ともに勉強しているとのこと。翌日に一つ試験があったため、私たちと夕食をとって寮に帰ったあとも、コモンルームで友人に教わりながら、一生懸命試験勉強をしていたのも立派であった。私自身もいくつか授業に出させていただき、アメリカ人の学生たちが、自分の将来の夢に向けて真剣に学ぶ態度に感銘を受けた。こういう環境の中で日々学ぶことが、若い本学の学生たちにとってどれだけ大きな影響力を与えることであろうかは想像に難くない。

ノース・アラバマ大学の国際交流センター長の先生 Dr. Zhang は中国系の方で、何か問題が起これるとすぐに対処して助けてくださるとのことであった。タイミングよく、この先生が、私が当大学を訪問する直前、ご来日され、本学をお訪ねくださったのでお目にかかることができ、それ以降、彼と私の間では何度もメールのやりとりがあり、この夏から留学する学生たちのこともよくお願いすることができる状況になって

いる。

1830年創立の、アラバマ州では最も歴史のある州立大学で、キャンパスには、ギリシャ風のアンピシアターをはじめ、美しい建物や噴水があり、大学のマスコットとなっているライオンにいたっては、本物の雄と雌のライオンが飼われている。また、Dr. Zhangによると、この大学では多種にわたる専門科目が学べるとのことであり、学生の希望する科目はほぼそろっているといっている。学生が使えるジムもあり、千田さんもここで定期的に運動をしていた。また、安全度も高く、彼女が大事なカードを落としたときも、そのまま、事務室に届いていたという。(写真5)

2019年5月に帰国した千田さんや、ほかの女子学生2名には、どのような留学生活を送ってきたか、2年生 ICP クラスにおいて、英語でプレゼンテーションをしてもらい、たくさんの質問を2年生から受けてもらった。また、自分の英語力に自信がなくて、ICPを続けられるかどうか悩んでいる1年の女子学生にも会ってもらい、自分たちも1年生の春学期には英語がまったく話せなかったし、授業の英語も聞き取れないことも多かったが、次第に力が伸びてき



写真5 UNAのキャンパスにおける千田さん

て、留学を終えるころには人間的にもうんと成長した自分に自信がもてるようになるのだ、と語って励ましてくれた。相手を気遣うソフトで、かつ説得力のある語り口に、私は彼女たちの成長ぶりを実感し、ICPにかかわる仕事をさせて頂いていることの喜びとやりがいを感じる事ができた。5月に帰国した4人の明るい笑顔も私に大きなエネルギーを与えてくれた。

内向きで海外への興味も薄れているといわれる最近の若者たちであるが、このように大変な道を突き進んで、大きな飛躍を遂げてくれる学生たちもいる。ともに辛いときを助け合って過ごしたICP生たちの互い

への思いやりと団結力は実に強いものであり、仲間がいるからこそ、越えられる道であるとも思う。大学時代にどれだけのことを経験し、どれだけの成長をするかは彼らの生涯を左右する大事なモメンタムであり、ICPが担うべき責任は実に重いものであると感じている。ICPの教育の質をさらに上げ、教育内容を充実させることは、本学全体の生き残りにもかかわってくることに信じている。2020年度からはグローバル・コミュニケーション学部だけの学生が履修できるプログラムとなるが、それもその目的のためである。全教員、全職員の方々のご協力を仰ぎながら、前進していきたい。

(グローバル・コミュニケーション学部)

車椅子は筋トレの理想的プラットフォームだ

～ゴムバンド×車椅子～

澁谷智久

私が本学で受け持つ授業の多くは、健康運動の指導者養成課程に関するものである。健康運動とは、競技志向的に行うそれとは異なり、健康づくりを目的とした運動を指す。具体的には、ウォーキング、ジョギング、エアロビックダンス、アクアビクス、ストレッチング、筋力トレーニングといった誰にでも実践でき、非競争的で安全性と効果が科学的に保証されている運動である。

「加齢は血管から」という言葉がある。年齢を重ねるにつれ動脈硬化症を親分とした血管関連の疾患に罹患する確率（リスク）が高まってくる。このリスクを回避する適切な運動は有酸素運動である。大筋群を長時間繰り返し使う運動の総称であり、ウォーキングやジョギング、水泳など長い時間動き続けることのできる運動を指す。こうした運動では、酸素と栄養から筋を活動させるエネルギーを得ており、それが“有酸素”という言葉で表現されている理由である。有酸素運動は、脂肪組織を効率的に運動に利用することができるために内臓脂肪を減らしたり、血中脂質を改善させたりすることができ、動脈硬化症のリスクを低減させることにつながるのである。健康づくりにとって有酸素運動は必須である。

さて、有酸素運動と同じように健康づくりに役立つ運動にストレッチングと筋力トレーニングがある。これらは、有酸素運動を行うために必要な身体の柔らかさや力強

さをもたらす大切な運動である。私は非常に勤でリハビリテーションの臨床現場を持っており、ここではストレッチングと筋力トレーニングはリハビリテーションの中核的な存在である。

本稿では、そんな私の健康づくり運動への所感をわがままに綴っていきたい。

ストレッチングや筋トレは何歳になっても大切

ストレッチングは文字通り身体を伸ばして関節可動域を拡大し柔軟性を向上させる運動である。柔軟性は加齢やそれに伴う不活動などによって関節をとりまく組織が固くなって低下してくる。その一方で、ストレッチングを長らく続けている人は、高齢になっても高い柔軟性が維持され、年齢との間に相関性があまりみられないという報告もあるぐらいだ。柔軟性は身体の動きやすさのパラメータであり、日常生活を楽しむばかりでなく傷害予防の観点からも重要である。

ストレッチングには大きく分けて静かに筋や腱を伸ばす静的ストレッチングと大きく動きながら関節可動域を広げる動的ストレッチングがある。ストレッチングと聞いて想像するのはおそらく前者の方であろう。どちらも柔軟性の向上をもたらすが、注意すべきポイントはあまり勢いよく反動をつけて行わないということである。どうして

もストレッチングでは“指先がどこまで届いたか”のほうにばかり気を取られてしまう。すると、それを達成させようと反動動作を招き、かえって筋や腱を痛めてしまうのである。また、こうしたやり方は人の優秀な運動コントロール能力のせいでストレッチング効果を低めてしまうことがある。例えば、長座位から身体を前屈する長座位前屈では腰や股関節を取り巻く筋群をうまくリラックス（弛緩）させることが目的だが、“指先をつま先まで届かそう”と意識するとうまくコントロールできない股関節をおざなりにし、比較的コントロールしやすい肩関節や背中を使ってなんとか達成しようとしてしまうのである（ただし、体力テストの長座位前屈では肩関節の伸ばしも柔軟性の一要素とみている）。これを代償運動と言う。実際にやってみると良く分かる。ほとんどの人が股関節をあまり屈曲させずに背中を丸めているはずだ。これでは股関節周り筋群への効果は期待できない。股関節のピキニラインを意識してそこから前傾させよう。あまり身体が前傾しないかもしれないが大腿裏側の筋（ハムストリングス）にこれまでにない強いストレッチ感を感じることができただろう。これが本当の体前屈である。「反動をつけない」「お手本に忠実な動き」が肝要である。

ストレッチングには怪我や傷害の予防だけでなく、疲労回復という効果もある。筋は運動ばかりでなく姿勢保持のためにも働いている。この場合、意識的に身体を動かさなければ同じ筋が長い時間収縮し続ける（力を出し続ける）ことになる。すると筋をとりまく細い毛細血管は圧迫され血液循環がスムーズにいかなくなり、酸素の取り込みや乳酸の排出など代謝が阻害され、結果

的に疲労が蓄積されてしまう。それをストレッチングによって筋を伸ばして弛緩させることによって解消することができる。

また、ストレッチングによる筋の弛緩は心の状態にも良い影響がある。つまり、筋が弛緩することで心もリラックスするのである。大切な仕事で緊張した時は肩や腰もすっかり凝ってしまうように心と身体はつながっている。このような現象を心理学の分野では心身相関、東洋思想では心身一如という。ストレッチングは心にも良い薬になるのである。だから、精神科リハビリテーションでストレッチングは治療（作業療法）の一つとして長年行われているメジャーな運動となっている。

次に筋力トレーニングである。私が最も愛する運動である。昔こそ運動選手が行う特別なトレーニングとされていたが、今では老若男女だれでも知っている健康づくりに欠かせない運動の代表格となっている。高齢化社会が類まれなる急速なスピードで進んでいる我が国の情勢を鑑みれば、筋力トレーニングの有効性と価値をもっと世の中に浸透させることはスポーツ科学者の最も重要な仕事なのではないかと思っている。その一方で、「知っているがやらない」という残念なケースも実に多い。とりわけこれまでの人生であまり運動に親しんでいない場合は、ウォーキングとは異なり、かなり自分との隔たりを感じてしまうのも理解できるが、やはり老若男女必要なものである。

筋機能を高める筋力トレーニングは様々な文脈で行われる。スポーツパフォーマンスや体力を増強させるためにはもちろん、QOL（生活の質）の向上、高齢者の転倒やロコモティブシンドローム、寝たきり予防まで幅広い目的で行われている。さらに障

害を持つ人々にとっても ADL（日常生活動作）の改善や QOL の向上ばかりでなく、パラリンピックをはじめとした障害者スポーツの振興にともないスポーツパフォーマンス向上を目的に筋力トレーニングを取り入れるようになってきており、最近では障害者が車椅子に乗車したまま利用できるトレーニング施設も新設されている。

さて、筋力を増強させるためには普段以上の刺激を筋に与える必要がある。筋へ刺激を与える方法には大別して二つある。一つは大きな筋力を発揮して筋に物理的刺激を与えること、もう一つは疲労物質をためて筋に化学的刺激を与えるというものである。このような理由で筋力トレーニングではバーベルやダンベルのような重量物を身体を動かす際の抵抗として利用するのである。腕立て伏せなど自体重を利用するトレーニングも重量物を利用したトレーニングの仲間である。他にも油圧や空気圧、ゴムの弾性などさまざまなものが抵抗として使われている。健康運動の指導書では抵抗物を用いたトレーニングを包括してレジスタンストレーニングと呼んでいる。実態をよく反映しているが、この名称はあまり世間で広まっておらず、むしろ「筋トレ」のほうがよほどなじんでいるので、本稿では筋力トレーニングのままとする。

さて、筋力トレーニングで一般的に気になるのは、怪我をしまわなだろうか、血圧は大丈夫だろうかといったところだろう。もちろん無理に高い強度でトレーニングを行えば関節や筋へのダメージは大きくなる。したがって、適切な強度で行うことが必要だ。これはバーベルやダンベルを用いたトレーニングに限ったことではなく、テレビでも安全なトレーニングとして紹介

されている自体重抵抗による筋力トレーニングにもあてはまる。物理学の最も基本的な公式である $F=ma$ にあてはめれば理由は明白だ。腕立て伏せでも急な動きで行なえば ($m \cdot a$)、筋は大きな力 (F) を発揮しなければならず、即同じ分だけの大きな力を筋や関節に受け、結果的に筋痛や関節痛となっかえってくるのである。では、適切な強度とは、どのくらいだろうか。それは多くの書籍でうたわれているように 10 回から 12 回連続で繰り返すことができるぐらいである。さらに言えば自分の動きが完全にモニターできる程度の強度が良い。力を出すことばかりに気持ちが一生懸命になってしまうほどではなく、自分がきちんと動いているかが認知できるぐらいの強度で行えばきちんとしたフォームを維持することもでき傷害リスクを低減させることができる。

筋力トレーニング中は強く筋を収縮させたり、力を出そうと息をこらえたりするために普段よりも血圧は上昇する。したがって、血圧が気になる方にとって事前の血圧チェックは重要である。もし、普段よりも高かったり、疲労感を感じていたり体調がすぐれなかつたりするのであれば中止したほうが賢明である。とはいえこれにばかり気になってはトレーニングにならない。そこで登場するのが呼吸法である。要は力を込める動作局面に入る前に息を吸って、力を出している間じゅう息をはくというものである。そうすることで怒責(息のこらえ)による血圧の上昇を低減させることができる。またこれの応用として一回一回声を出しながら行うのも良い。声を出すということは少なからず息をはいているからである。

最後に、筋力トレーニングの効果を 100% 享受し、かつ安全に行うためにはフォーム

がなによりも重要である。フォーム（身体の動かし方）はそのまま筋への刺激のかかり方となる。したがって、筋力トレーニングを行う際には、まずお手本をよく確認するのはもちろん、お手本通りにできているかどうかを確かめなければならない。だれかに見てもらったり、鏡で確認したり、ビデオに撮ってみたりするといいだろう。簡単な動きであっても意外に人は思い通りに身体を動かせていないものである。例えば、アームカールという上腕二頭筋（力こぶ）をターゲットとする比較的フォームが簡単なトレーニング種目がある。これは直立姿勢で腕を真っすぐに垂らし、その姿勢のまま前腕だけを屈曲させるというものである。ところが、この簡単な種目でさえかなりの確率で腕を屈曲させる際に上腕を後方に伸展させてしまう。なぜなら、そのほうが物を持ちあげるのに力学的に有利になるからである。しかし、それでは上腕二頭筋に必

要な刺激を与えることはできない。「身体は思うように動いてくれない」。是非、この前提に立ってトレーニングに臨んでほしい。

私のおすすめはゴム抵抗トレーニング

私は週に1日から2日、海水浴客でにぎわう千葉県九十九里海岸に近い精神科病院と老人福祉施設で通院や入所されている方を対象にした運動療法リハビリテーションに従事している。医療機関における運動療法というと怪我や障害からの回復を目的とする理学療法として行なわれるものが想像されるが、私の場合はスポーツ科学の専門家による体力増強と健康増進を目的とした作業療法の一環として行なっている。その主たる内容は柔軟性の向上を目的としたストレッチングと日常生活機能の向上を目的とした筋力トレーニング、そして各種スポーツである。



図 1. チェストプレス 大胸筋、肩三角筋、上腕三頭筋強化を目的とした種目



図 2. フロントプレス 肩三角筋、僧帽筋、上腕三頭筋強化を目的とした種目



図3. アームカール 上腕二頭筋、前腕屈筋群および手内筋群強化を目的とした種目

精神科病院で対象となっている方々は20歳代から50歳代が多く、運動不足がみかもしれないが運動機能的には不自由なく生活を送れ、いわゆる学校体育で行うような運動やスポーツ活動が可能であるような方々である。しかしながら、入院されていたり、老人福祉施設に入所されている方となるとなかなかそうはいかない。長期にわたって入院・入所生活を送っていて高齢化が進み、多くの方が車椅子で生活している。車椅子生活になる経緯は様々で脳血管疾患などで手足に麻痺があったり、加齢による筋力不足が原因で転倒を避けるためにやむなくそうなる方もいる。そのような方が運動をしようとすると安全面やらなんやらで様々な制約があり、悪くいえば当たり障りのない運動に終始してしまうことになる。それでも運動療法中に世間話をはさんだりして気持ちは満足される方もいるが、なかには若



図4. レッグプレス 大腿四頭筋、大殿筋、ハムストリングス、下腿三頭筋等下肢筋群強化を目的とした種目

い頃から運動を楽しんでいて「もっと手応えのあることをしたい」なんて要求されたりもする。しかしながら、できることは限られる。いくら身体を鍛えさせてあげようと思っても立派なトレーニング設備が無ければできないし、それを整えようとしても莫大な予算と場所と時間がかかるのである。それを訴えたところで解決法は無いのが現実である。

このような経験のなかで模索し、見出したのがゴムバンド（他にチューブ型のもなどがある）を用いた筋力トレーニングである。これをゴム抵抗トレーニングと呼ぶことにする。ゴム抵抗トレーニングはゴムの弾性を抵抗に行う。したがって、自体重やバーベルのときのように地球の中心に向かう垂直方向のみにかかる重力とは異なり、あらゆる方向の動きに抵抗をかけることが可能である。私は好んで運動療法ではゴム

バンドを用いてトレーニングを行っているが、その理由は次のようなことである。

●怪我の心配はゼロに等しい

自分が発揮した以上の力が身体にかかることはない。重量物を扱うときのように不慮の荷重がかかり傷害を起こさせたり、重さに潰されるといった事故の心配もない。

●いつでもどこでもできる

軽くコンパクトにまとまるゴムバンドはどこにでも持っていくことができるので、実施や収納に関して時間や場所に縛られない。

●廉価である

大変強度の高いゴムバンドでも数千円程度で購入できる。ジムに通う月会費やバーベルの道具を揃えるなどと比べても非常に安く済む。さらに大掛かりな施設も必要ない。患者さんも無理なく自己購入できる。

●工夫次第でどのような動きもトレーニングできる

単関節運動であろうが多関節運動であろうが、工夫次第で思い通りの動きや向きに抵抗をかけることが可能である。

●強度は極小から極大まで調整可能である

市販されているゴムバンドの種類は実に多彩でさまざまな強度で実施できる。さらにゴムの長さを調整したり、ゴムを何本も束ねることで強度をいくらかでも高めたり低めたりすることができる。よくゴムバンドは大きな筋群をトレーニングするには向かないという記述をみかけるが、それは正しくない。

●セット中に強度を簡単に即時調整ができる長さを調整すれば即時強度を調整できる。

●非日常性

ゴムを使って様々な動きの中でトレーニングをするという非日常性が運動実施への動機づけを高める。

一方で、ゴム抵抗トレーニングにも弱点はある。それは“ひっかける場所”が必要だということである。ゴム抵抗トレーニングでは弾性が“相手”になるために種目によってはただ両手で持てば良いというわけにはいかず、何らかの形で支点となる部分を作らないといけないのである。これを解決しようとしてドアにひっかけるための補助器具が各メーカーから提供されているが、それと同時に起こるのがひっかける場所の強度問題である。前述のようにゴムバンドの強度は無尽蔵に上げることが可能である。そうすると「どこにひっかければ大丈夫か？」という考えに至る。自分の身の回りを探してみよう。例えば30kgほどの荷重がかかってもびくともしない場所である。なかなか無い。外に出れば鉄棒やジャングルジムといった鉄柵もあるが本来の使い方とは異なるし、なんとなく気が引けてしまう。これはゴムの持つ利点を生殺しにするトレーニング実践者泣かせの切実な問題である。

ここで登場 車椅子

「ひっかける場所がない」私は本当に悩んだ。「こんなに便利なゴムを選択する権利を私は捨ててしまわないといけないのか」と自らの不甲斐なさに怒りすら覚えた。考えに考えた結果、私は思考を変えることにした。「じゃあ聞かすが、お前はどのようなものがあつたら良いのか」A4の裏紙に描きまくった。書いて書いて書きまくった。その時、ふと「あれっ、これは何かに似ていないか」と気づいた。そう、それは車輪の無い車椅

子だったのだ。次の病院勤務の時に空いている車椅子にゴムをひっかけてやってみたところ、「しめた！これだ！！」。しかも、どうだ。車椅子に着座して行うのでトレーニング中の転倒の恐れは全くない。実は、これまで何度となく事故が起きそうになったことがある。多いのは自分の足でゴムを押さえて行おうとしたときに転ばれそうになる。やはり高齢者はやめたほうが良いのではないかと思ったことも一度や二度ではない。しかし、当たり障りのない運動や退屈な訓練ではなんの楽しみにもならないのである。それにひきかえ、車椅子に座って行えば何も怖いものはない。

さらに、車椅子はたいへん丈夫に作られている。材質のほとんどは鉄やアルミニウムであり、継ぎ手もしっかりとした溶接が施されており、ゴムをひっかけるぐらい全く心配はない。年がら年中、人の体重を支えることができるようにたいへん丈夫に作られているのである。

ゴム抵抗トレーニングの観点からみた車椅子の優れたところを挙げてみよう。

- 金属製なのでどれだけひっぱっても大丈夫
- ひっかけるところがたくさんある
- 座って安全にできる

写真(図1～4)は、私が行っているゴ

図5. ゴムバンドの設置場所と想定される筋トレ種目



車いすの写真：カワムラサイクル HP より借用

ム抵抗トレーニングの一部である（モデルは TOGAKU パラスポーツクラブ部員）。図5のように上肢下肢はもちろん体幹のトレーニングもやりたい放題である。写真のトレーニングで、一般的に行うべきトレーニングは十分だ。

「車椅子とゴムバンドをぜひご家庭に」なんていうと怒られてしまうかもしれないが、安全で効果的な「ゴム抵抗トレーニング×車椅子」を医療福祉現場に広めることができると考えている。

「さあ、今日も一緒に頑張りましょう！」

（人間科学部）

認定心理士資格取得状況の変化と新カリキュラムへの移行

中村 哲之

1 心理学に対する関心の高まり

2018年度から心理学系初の国家資格である公認心理師カリキュラムの設置が全国の大学で開始されたことに伴ってか、高校生の心理学に対する関心が高まりつつあります。本学の人間科学部への入学者も、心理学に関心を持つもの数は年々高まっているようです。表1は、人間科学部に入学した1年生に第1希望のコースを聞いた結果を示しています。特に2018年度以降は、心理系のコース（2017年度以前は子ども系のコースを含む）を希望する学生数・割合ともに増えていることが分かります。本学の場合、公認心理師の影響でこれだけの数が増えているのかは不明ではありますが、いずれにしても、心理学への関心が高まっていることは事実として疑いはないようです。

心理学という学問は魅力的で純粋に面白い学問である（と少なくとも私は思う）ため、いろいろな心理学を学生に学んでもらえることは心理教員としては素直に嬉しいことではあります。ただ、せっかく公認心理師カリキュラムに対応した本学で心理学を学ぶのであれば、心理系の資格を取得することで、心理学という専門的知識を獲得した証を形として手元に残してもらいたいという思いも一方であります。

国家資格の「公認心理師」や日本臨床心理士資格認定協会の資格試験に合格するこ

とで取得できる「臨床心理士」は、基本的には大学院に進学することが必要となるため、ハードルは正直かなり高いといえます。しかし、心理系の資格には他にもいろいろあり、なかには学部在学中もしくは学部卒で取得可能なものもいくつか存在します。例えば、一般社団法人日本心理学諸学会連合が認定する「心理学検定」は、検定試験に合格することさえできれば1年生からでも取得可能な資格です。その他に、本学人間科学部の学生であれば、日本教育カウンセラー協会が認定する「ピアヘルパー」や「教育カウンセラー補」といった資格を目指すことも可能です（具体的な取得方法は、学生便覧に記されています）。今回は、そうした学部卒で取得が目指せる資格の1つである「認定心理士」について、最近の動向と変化についてまとめてみたいと思います。

2 認定心理士資格について（旧基準から新基準への移行、公認心理師カリキュラムへの対応）

認定心理士は、公益社団法人日本心理学会が認定する資格で、「心理学の専門家として仕事をするために必要な、最小限の標準的基礎学力と技能を修得している」と認められた人に与えられます。年に6回開催される資格認定の委員会では、全国から送られてくる資格申請の書類一つひとつに目を通し、合否判定をおこないます。こまめに

開催をすることで、少しでも迅速に資格取得が可能となるような配慮がされているといえます。私は2015年11月からこの委員会の委員を務めさせていただいております(任期は2019年10月末まで)。

本学の人間科学部の学生は認定心理士資格取得を目指すことができますが、その方法はここ数年で大きく変わりました。大きく変わった点は4つあります。

1つ目は、認定心理士資格を認定している日本心理学会が2019年4月から資格認定のルールを大きく変更した点です。このルール変更に伴い、資格取得に必要となる単位修得要件にも変更が加えられました。本学の場合、2019年3月卒業生(2015年度入学生)までは旧基準で、現在の4年生以下の学年(2016年度以降の入学生)からは新基準で申請をしています。

2つ目は、先に述べたように、2018年度から国家資格「公認心理師」カリキュラムが開始された点です。公認心理師カリキュラムでは、国から科目名やその授業内容が大まかに指定されました。そのため、本学でもほとんどの心理系科目が2017年度以前の入学生と2018年度以降の入学生で大きく変更されました。公認心理師カリキュラムに含まれる科目の多くは、認定心理士資格取得のための単位充足要件を満たす科目でもあるため、結果的に認定心理士資格取得のルールも大きく影響を受けたのです。

3つ目は、本学における認定心理士資格取得のための単位充足要件を満たす科目を大幅に増やした点です。2015年度入学生以前は、資格取得として認める科目数を最小限に絞っていたため、学生便覧に記載された科目を全て履修する必要がありました。しかし、本学では認定心理士資格取得のた

めの単位充足要件として認めていなかった科目でも、日本心理学会の基準では間違いなく認められるであろうものが私の目から見て幾つかもありました。資格取得のために学生の履修の自由度を制限してしまうことは、教職員の労働負担軽減の面ではプラスであるものの、大学での本来の学びの姿とはかけ離れてしまうようにずっと感じていました。さらに、履修の自由度を高めることで一人でも多くの学生に認定心理士資格を取得してもらいたいという思いもあったことから、2016、17年度入学生のカリキュラムの一部の科目を資格科目として追加審査してもらうことにしました。審査の結果、全ての科目が無事に認められました(表2)。2018年度以降の入学生の科目については、学生便覧に記載の通りです(表3)。

4つ目は、人間科学部4年生を対象に実施する認定心理士資格申請説明会の開催を年1回から2回に増やした点です。2016年度までは秋学期(当時は後期)のオリエンテーション期間中のみ実施していました。しかし、これだと早くても認定心理士仮認定証の発行が4年生の12月となってしまい、就職活動での利用が困難となってしまいます。そこで、2017年度からは春学期(当時は前期)のオリエンテーション期間中にも説明会を実施することにしました。実際に、3年生までの時点で必要単位を修得できている学生が大半であるため、秋学期よりも春学期の説明会後に資格審査を申請する学生の方が多い状況が続いています。

なお、認定心理士資格を取得することのメリット、資格申請をおこなう過程で必要となる費用、生涯更新不要な点などについては従来からの変更はありません。詳しくは中村(2017)をご参照ください。

3 認定心理士資格の取得状況について

全国および本学の認定心理士の有資格者の推移については、中村（2017）でも報告しました。今回は前回分に新たに加わったデータを紹介したいと思います。

はじめに全国のデータです。公益社団法人日本心理学会がホームページ上で公表している認定心理士資格申請者数と合格者数を図1に示しました(注1)。申請者数は2005年度以降はずっと3000人超えをキープしています。2013、14年度に少し落ち込んだもののその後は回復傾向にあり、2018年度は過去最高の3825人を記録しました。このデータから、全国の心理学を学んだ多くの人たちにとって認定心理士が魅力的な資格として映っていることが分かります。認定心理士の有資格者（合格者のうち資格申請に必要な手続きを終えた者）の総数は2018年度までの合計で59,897人、合格率は約96.4%（申請者数63,096名、合格者数60,853名）となっています。

東学の数値はどうでしょうか。図2は、2008年度以降の東学の認定心理士申請者数を示しています。申請者数については、2009年度をピークに2011年度以降は10名未満の年がほとんどとなっています。し

かし、2017年度以降は3年連続で2桁人数を記録しました。特に2017、18年度は人間科学部の学生数自体が少なかった年度であることを考慮すると、見た目以上に高い数値であったといえるでしょう。もしかしたら説明会を春学期にも実施するようになったことがプラスに働いた結果なのかもしれません。なお、合格率は2019年度春学期申請分まででは100%となっています。2019年度秋学期には5名が申請を出し、2019年10月に審査を受ける予定です。東学の場合は、申請前に教職員が注意深く準備をしているため、必要単位を揃えて申請できれば、基本的に不合格になることはないと思います。

4 さいごに

認定心理士資格の現状について、資格申請ルールや方法の変更、資格取得者の推移の点からまとめてみました。資格取得だけが学びの形ではないと思いますが、資格取得を目標とすることで心理学を中心とした学びを効率的に深めていくことができるかもしれません。認定心理士をはじめとする心理系の資格に対して興味を持つ人が少しでも増えれば幸いです。

脚注

(注1) 日本心理学会のホームページ上に記載されている正式名称は、「申請者」は「初回審査」、「合格者」は「認定可」となっていますが、読みやすさを考慮して本稿では言い換えをしました。

参考資料・サイト

中村 哲之（2017）. 認定心理士資格の取得とその現状—全国のデータと東学のデータの比較— 学校法人東洋学園大学発行研究室だより, 48, 42-47.

日本心理学会のホームページ

(<http://www.psych.or.jp/qualification/>)

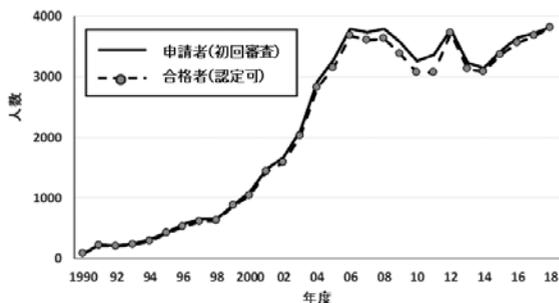


図1. 認定心理士資格申請者数(初回審査)と合格者数(認定可)の推移。
公益社団法人日本心理学会がホームページ上で公表している数値と認定委員会で配布された資料に記載の数値を基に著者がグラフ化した。日本心理学会事務局の許可を得て掲載。

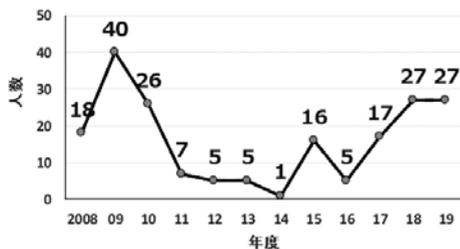


図2. 東洋学園大学の認定心理士申請者数。

表1. 人間科学部の入学数と第1希望に心理系コースを希望する学生数の推移。

2017年度以前の心理系コースには子ども系(2014, 15年度: ヒューマン・サービスコース、2016, 17年度: 子どもと福祉コース)のコースを含んでいる。

	2014	15	16	17	18	19
学部入学数	153	115	227	240	222	217
心理系(%)	52.3	48.7	45.8	50.4	59.0	63.6
心理系(人数)	80	56	104	121	131	138

表2. 認定心理士資格取得のための単位充足要件となる科目一覧（東学2017年度入学生）

白抜き文字が学生便覧に当初は入っておらず、追加申請して認められた科目。

認定心理士科目修得単位表							
2017年度入学生用							
●以下の3つのチェック項目を全て満たしている者は、認定心理士資格申請の権利を有します。							
●ただし、本書類の単位数は「認定単位」を意味し、副次主題科目は1単位で計算して下さい。							
チェック1 必修6科目（備考欄参照）の単位を修得済							
チェック2 基礎科目と選択科目の修得単位の合計が36単位以上							
チェック3 選択科目の5領域（(d)(e)(f)(g)(h)）のうち、3領域以上で4単位以上を修得済							
【基礎科目】							
領域	科目名	配当学年	認定単位		備考	修得済科目に○を付けましょう	修得単位数を計算しましょう
			基本主題	副次主題			
(a)心理学概論	心理学概論	1	2		必修		
	基礎心理学	1	2		必修		
(b)心理学研究法	心理学研究法	3	2		必修		
	統計学	2		1			
(c)心理学実験・実習	心理統計学	2	2		必修		
	心理検査演習	3	2		必修		
	心理学実験演習	3	2		必修		
	臨床心理学演習	3		1			
【選択科目】							
領域	科目名	配当学年	認定単位		備考	修得済科目に○を付けましょう	修得単位数を計算しましょう
			基本主題	副次主題			
(d)知覚・学習	知覚心理学	3	2				
	認知心理学	3	2				
(e)生理・比較	生理心理学	3	2				
(f)教育・発達	生涯発達心理学	2	2				
	子ども学	2	2				
	保育の心理学	3	2				
	青年心理学	3	2				
	スクールカウンセリング	3	2				
	教育心理学	3	2				
(g)臨床・人格	臨床心理学の基礎	2	2				
	臨床心理学の実践	2	2				
	カウンセリングの基礎	2	2				
	カウンセリングの応用	2	2				
	障害児保育	2	2				
	コミュニティ心理学	3	2				
	臨床心理学研究1(基礎)	2	2				
	臨床心理学研究2(応用)	2	2				
	家族心理学1(家族の問題)	2	2				
	家族心理学2(家族カウンセリング)	2	2				
	投影法の基礎	2	2		集中		
	投影法の実践	2	2		集中		
	心理療法の実践1	3	2				
	心理療法の実践2	3	2				
(h)社会・産業	社会心理学	2	2				
	人間関係論	2	2				
	対人行動とコミュニケーション	2	2				
	組織心理学	3	2				
	職場の心理学	3	2				
	小集団とリーダーシップ	3	2				

表3. 認定心理士資格取得のための単位充足要件となる科目一覧（東学2018年度入学生）

東洋学園大学2018年度入学生用の学生便覧より、必要部分を抜粋

入学年度によって、区分や科目名が変更されることがある。

認定心理士科目修得単位表							
2018年度入学生用							
●以下の3つのチェック項目を全て満たしている者は、認定心理士資格申請の権利を有します。							
●ただし、本書類の単位数は「認定単位」を意味し、副次主題科目は1単位で計算して下さい。							
チェック1	必修6科目（備考欄参照）の単位を修得済						
チェック2	基礎科目と選択科目の修得単位の合計が36単位以上						
チェック3	選択科目の5領域（(d)(e)(f)(g)(h)）のうち、3領域以上で4単位以上を修得済						
【基礎科目】							
領域	科目名	配当学年	認定単位		備考	修得済科目に○を付けましょう	修得単位数を計算しましょう
			基本主題	副次主題			
(a)心理学概論	心理学概論	1	2		必修		
	基礎心理学	1	2		必修		
(b)心理学研究法	心理学研究法	2	2		必修		
	心理学統計法	2	2		必修		
(c)心理学実験・実習	心理学実験	2	2		必修		
	心理検査演習	3	2		必修		
【選択科目】							
領域	科目名	配当学年	認定単位		備考	修得済科目に○を付けましょう	修得単位数を計算しましょう
			基本主題	副次主題			
(d)知覚・学習	知覚・認知心理学	2	2				
	学習・言語心理学	3	2				
	感情・人格心理学	2	2				
(e)生理・比較	神経・生理心理学	3	2				
(f)教育・発達	発達心理学	2	2				
	保育の心理学	2	2				
	子ども学	2	2				
	学校・教育心理学	3	2				
(g)臨床・人格	臨床心理学概論	2	2				
	家族心理学（社会・集団・家族心理学）	2	2				
	障害者・障害児心理学	3	2				
	心理的アセスメント	3	2				
	心理学的支援法	2	2				
	健康・医療心理学	2	2				
	福祉心理学	3	2				
(h)社会・産業	社会・集団心理学（社会・集団・家族心理学）	2	2				
	司法・犯罪心理学	3	2				
	対人関係論	1	2				
	産業・組織心理学	3	2				

(人間科学部)

Global Carbon Moneyの含意

～はたして気候変動問題と国際通貨問題の同時解決は可能なのか～

古 屋 力

1. Common source problem と externality

みなさんは、「共有地の悲劇 (Common source problem)」という言葉や、耳にしたことがありますか。あまり聴きなれない言葉ですよ。やや専門的な説明で恐縮ですが、有限な資源が集まる共有地の利用が自由な場合、追加的な経済活動の拡大増加が「負の外部性 (externality)」をもたらすことがあります。「負の外部性」とは、経済主体の行動が、応分の対価を払わずに、他の経済主体の効用や利潤にマイナスの影響を与えることです。この問題を「共有地の悲劇」と呼びます。実は、世界最大の「共有地」は地球環境です。そして「共有地の悲劇」の最も深刻な事例が、気候変動問題です(注1)。気候変動の根本的な要因の根絶や現状への対応をするには、世界中のあらゆる分野の人々が力を合わせる必要がありますが、なかなか、世界中の人々が「自分ごと」として考えて行動するには至っていないのが悲しい実情です。

負の外部性問題やの共有地の悲劇の問題の解決のためには、外部性を「内部化」させる経済的手法を採らねばなりません。いま国際社会では、特に、最も深刻な気候変動問題の解決のために、負の外部性の内部化をいかにしたら実現できるかが、喫緊の課題となっています。気候変動問題等の地球環境問題解決のために負の外部性を内部化することを「環境化 (environmentalization)」

と呼びます。

いまや、2015年に締結された「パリ協定」等、環境に優しい持続可能な新しい国際的枠組み構築に向け、全球的な「環境化」のモメンタムが起りつつあります。こうした人類経済システムの環境化の中で注目を集めているのが、国際金融システムに「環境化」を実装する試みです。この先駆的な試みの1つに「炭素通貨 (carbon money)」があります。これは、気候変動コストを「通貨」を通じて「環境化」する試みです。既に英国では feasibility study も実施済みで、気候変動問題と国際金融問題を一石二鳥に解決する有効な処方箋として大いに注目されております。

本稿では、国際金融機と地球環境という2つのグローバル・イシューの類似性に注目しつつ、地球環境と人類社会の持続可能性を視野に入れながら、環境と人に優しい新しい国際金融システムのあり方を未来志向的に展望し、脱炭素社会における炭素通貨誕生の実現可能性と課題、そしてを地球環境本位制を視野にいたした国際通貨 Global Carbon Money への進化発展の可能性について、簡単にご紹介しましょう。

2. グローバル・クライシスの連立方程式

いま人類は、国際金融危機と地球環境危機という2つの深刻なグローバル・クライシスに直面しています。元来、国際金融と

地球環境は、お互い似たもの同士です。ともに国境を越えたグローバルな存在で、国境を越えて世界中の人々に影響を与え、その影響の伝達速度は速く、影響範囲は広範囲にわたり、子孫の代まで亙が及び、その影響の程度は強大です。そして、一国では解決しえない深刻で厄介な難問である点でも似通っています。そして、この2つが、複雑な連立方程式のように、人類に不可解な難問を突き付けています。

はたして、気候変動問題と国際通貨問題の同時解決は可能なのでしょうか。国家単位ではとうてい解決しえないこの2つのやっかいなグローバル・リスクの連立方程式の解を、いかにして解くことができるのでしょうか？

実は、その難問を一石二鳥に解決できるアイデアがあります。それがGlobal Carbon Moneyです。この構想は、2つの画期的なアイデアに依拠しております。1つ目は、「炭素通貨」です。温室効果ガス排出権の進化形で、気候変動問題への有効な処方箋の1つとして面白いアイデアです。環境コストを「見える化」させ、因果応報の仕組みを明らかにし、環境破壊をした当事者はそれ相応の合理的な費用負担をする「環境化」の仕組みです。2つ目は、「バンコール(Bancor)」です。かつて英国の経済学者ケインズ(J.M.Keynes)が説いた幻の世界通貨です。国際金融問題への有効な処方箋の1つとして面白いアイデアです。彼は、戦後の国際金融秩序の骨格を築くブレトン・ウッズ会議において、超国家的な性格を持つ国際通貨(Supra Sovereign International Reserve Currency)創設の必要性を説き、それが、基軸通貨に代わって、国際的な不均衡を正に貢献する新たな通貨となるべきであり、そ

の実現のため、世界の流動性をコントロールできる国際機関(global institution)の創設が急務であると主張しました。このバンコールの炭素通貨版が、このGlobal Carbon Moneyなのです。いままさに、人類が、国際金融問題と地球環境問題という2つの深刻な 이슈に直面している中、この全球的な連立方程式を一挙に解決する解法が「炭素通貨」として誕生しつつあるのです。

3. Carbon Money

それでは、はたして気候変動問題と国際通貨問題の同時解決は、本当に、このGlobal Carbon Moneyの登場によって可能なのでしょうか？ 以下、その仕組みを簡単に解説します。

炭素排出に価格をつけることは、環境コストを顕在化させることです。それが市場参加者全てに温暖化防止を動機付ける意味で、重要な含意を持ちます。そしてこれが、脱炭素社会構築にとって不可欠な鍵となります。一般に、炭素排出に「価格」をつけ市場に温暖化抑止の機能を埋め込む仕組みとしては、炭素税と排出権取引の2種類がありますが、ここでは、排出権取引に着目します。排出権取引市場は、炭素市場とも呼びます。市場を形成することで、取引集中により取引コストが最小化し、価格情報を公正かつ透明なものになり、様々な価格の乱立に伴う混乱を回避し人々の不安を解消し、公正な清算決済の仕組みを通じてリスクやコストの少ないスムーズな所有権の移転も可能となります。市場に温暖化抑止の機能を埋め込むことで徹底した温室効果ガスの削減が可能になります。

すでに、世界中に様々な炭素市場でが誕生しています。実際に取引が始まっていま

す。最終的には世界各国の炭素市場がグローバルにリンクして、世界のどこでも同じ炭素価格で排出量取引が可能な全球的な炭素市場が誕生する可能性があります。その究極の姿が、Global Carbon Money なのです。

Global Carbon Money の原点である「炭素通貨 (Carbon Money)」の先駆的な事例が、英国で導入実験が検討された「パーソナル・カーボン・カード (Personal Carbon Card ; 以下 PCC)」です(注2)。

以下、英国で検証された PCC の具体例を紹介します。このケースでは、議論を単純化して、PCC を無償配布された国民が、1月1日から12月末までの1年間にわたりカーボン決済をガソリン給油時のみに使用することを前提とします(注3)。A国の炭素銀行は、1年分の国家全体の年間排出許容割当量 (Carbon budget) の中から家計部門割当量を定める。そして、家計部門の割当量を、18歳以上の国民全員に一律等量で按分し、1人あたり年間排出許容量をチャージした PCC を、期間開始前に、全員に無償配布する。この PCC を無償配布された個人 B 氏は、愛車にガソリンを入れる際、一般クレジットカードでガソリン本体を支払うとともに、PCC でガソリン相当量の温室効果ガス消費についてカーボン決済しなければガソリンは買えない。決済に伴い、個人 B 氏の炭素勘定 (Carbon Account) は、使用分だけ引き落とされる。炭素銀行の炭素元帳には瞬時に国全体でその日に使用された何百万件というカーボン決済の全取引データが集計され、炭素銀行は毎日国民が全体でどの程度カーボンを使用しているか正確に把握できる。そして、現段階で自国の家計部門の温室効果ガス消費の進捗や、その増加スピードが当初計画比早いか遅いかを正確に観察できる。

この PCC の魅力は、たった1枚のこのプラスチックカードが、国民個々人の環境配慮行動に直接かつ有効に良い影響を与える点にあります。仮に B 氏が、排気量の大きいガソリン消費の激しい高級スポーツカーに乗っていた場合、環境に負荷の高い B 氏の炭素勘定残高は8月末で底をつく。残された9月から12月まで4カ月分、B氏は、自腹でこの不足分をチャージする。その額を仮に40万円相当の金額だとする。いわば、B氏にとっては、ペナルティである。それはB氏にとり耐えがたいマイナス・インセンティブとなる。B氏は、今度、車をハイブリッドカーか電気自動車に変更するかもしれない。一方、全然自動車を保有せず自転車通勤しているCさんがいたとしましょう。環境にやさしいCさんの炭素勘定は12月末の大晦日になっても当初の残高の未使用のまま残っており、翌年1月末、Cさん個人の銀行口座には、残ったカーボン残高相当の現金が、ご褒美として、振り込まれる。その額は、仮に30万円相当の金額だとする。Cさんにとってはプラス・インセンティブとなる。それは、Cさんにとって、環境に優しい生活をしてきたことへのご褒美となる。彼女は、これを契機に、来年購入予定だった高級スポーツカー購入をやめるかもしれない。

ここで注目すべき点は、政府の財政負担がゼロである点です。Cさんに振り込まれた30万円相当の資金はB氏が支払った40万円相当の資金で十分手当てされており、単にB氏からCさんに所得移転が生じるだけで、政府は1円の財政負担もないのです。この仕組みは、赤字財政で苦しむ政府にとっては朗報です。この一連の流れを、簡単な表にまとめると、以下のようになります。

【パーソナル・カーボン・カード（PCC）の仕組み】

	手順	事例
1	国家全体の年間排出許容割当量の決定	政府が、1年分の国家全体の年間排出許容割当量（Carbon budget）を決定する。
2	家計部門割当量の決定	年間排出許容割当量の中から、家計部門割当量を決める。
3	国民へのカーボンの割当	政府は、家計部門の割当量を、18歳以上の国民全員に一律等量で按分し、その1人あたり年間排出許容量をチャージしたPCCを全員に無償配布する。
4	カーボンの利用	個人は、このカードを、1年間にわたり、ガソリンスタンド等での支払の際に提示する。ガソリンスタンドではガソリン料金を支払う際に、必要カーボン量については別途このカードで支払う。
5	カーボンの精算	カード決済の分、自動的にカーボン残高が減り、販売者経由で政府の償却口座に移転する。政府は国民の総排出量を日々正確に把握できる。
6	余剰枠換金（リファンド）	地球環境にやさしいつつましい生活をしていて排出権をあまり使わない人々は、ご褒美として、余剰枠を換金できる。これが、環境配慮へのインセンティブになる。また、所得の再配分機能となる。
7	不足枠支払（チャージ）	逆に、地球環境負荷が多く、排出権を使い切ってしまった人は、街角の銀行やコンビニやスーパーにある自動チャージ機を使ってやや割高な料金でチャージしなければならない。これは、一種のペナルティであり、環境負荷に対するマイナス・インセンティブである。

(注)Defra(2008)と House of Commons(2008)の各報告書及び2008年2月の面談聴取内容に基づき筆者が作成。ここでは例示としてガソリン購入のケースを書いている。今後の技術的な応用可能性如何で、他商品への応用拡張性がある。対象商品がガソリンだけでなく、家庭内の電気やガス、レタスや珈琲やお米等の一般消費財や映画、ホテル、観光等のサービスにまで拡大すれば、どの商品やサービスの温室効果ガス消費が伸びているのか減っているのか正確に把握することもできる。一般消費者が訪れるガソリンスタンドやデパートの店頭には本体価格と共に、その商品に要する所要温室効果ガスがカーボン価格で表示されている。これは政府が定める商品別タリフに基づき自動表示される。この部分をカード精算する。こうした消費行動を通じ、人々は製品のカーボンコストを知り、地球環境に優しい商品を選好するようになる。
(出所) Defra(2008) & House of Commons(2008)

4. Global Carbon Money

この仕組みを、国内取引から、さらにグローバルな次元まで発展拡大させてみると、話はさらに面白くなります。上述のA国内のB氏とCさんの関係は、外国のD国のE氏やF国のGさんが参加することで、一挙に、グローバルな展開を見せます。所得移転が、国境を越えて、A国のB氏からD国のE氏への移転と言ったグローバルな展開に発展するのです。仮に、D国が総じてエネルギー効率が良く環境に優しい国家で、A国が総じてエネルギー効率が悪く環境に優しくない国家であったとしましょう。その場合、環境に優しいD国の国民の多くは、総じて

「入超」の人々が多く、国全体で集計しても「入超」状態で、年末の国家全体の炭素勘定収支は黒字となる可能性が高い。一方、環境に優しくない国家A国の国民の多くは、総じて「出超」の人々が多く、国全体で集計しても「出超」状態で、年末の国家全体の炭素勘定収支は赤字となる可能性が高い。このため、この2国間で一種の所得移転が起こる。こうした国境を越えた所得移転を集計すると、一国の政府開発援助（ODA）総額をはるかに上回る可能性すらある。あくまでも机上の空論ですが、今後のグローバルな展開や国際秩序を考える上で、こういった空想の意義は大きいでしょう。

かくして、Carbon Money が、やがては世界通貨としての Global Carbon Money に進化してゆく。そして、かつて国際通貨を担保していた「金本位制」は、いまや「地球環境本位制」として復活する。金 (Gold) のように人類があまねく共通に重要だと認識でき、全体量が有限希少で、一定の価値を持つ本位財が、いまや、「地球環境」なのです。

「地球環境」と言っても抽象的で漠然としています。加えて、貨幣の要件は、「量が安定していて価値変動が激しく不安定でない財」で、かつ「世界中の誰もがその価値を認め、世界中の誰もが簡単に共通の尺度で認識でき、安心して交換できる財」であることが最低条件で、かつ「極力運送コストがゼロ」に近いもの、つまり、瞬時に移転できうる「デジタル記号化できる財」が望ましい。はたしてそんな便利な財があるのでしょうか？ 実は、あるのです。それがカーボン (CO₂) なのです。CO₂ はリオデジャネイロでも NY でもパリでも同じ CO₂ であり、しかも、ありがたいことに、すでに現に排出権市場で取引されているカーボンは一連のデジタル信号で、移転費用はゼロです。カーボン、すなわち二酸化炭素排出権である Global Carbon Money を、地球環境通貨たる「国際通貨」として検討する意義がここにあります。

Global Carbon Money が、やがて近い将来、ドルやユーロと並ぶ世界炭素通貨に進化発展してゆけば、まさに「環境」が「金融」と溶け込み、環境の金融化が完結し、カーボンがその中核的な要件となることも絵空事でもなくなるでしょう。英国のブラウン首相が「炭素銀行 (Carbon Bank)」構想を発表したのは、2007 年 2 月のことですが、

いまや世界の環境問題対策のバイブルとなっているニコラス・スターン卿の「スターン・レビュー (The Stern Review)」を依頼したのは他でもない英国の環境省ではなく財務省であることから推察できる通り、英国は、環境を金融の文脈の中で読み解いています。やがては、欧州中央銀行と並列的に、もう 1 つ欧州炭素中央銀行 (European Carbon Central Bank) が誕生するかもしれません。そして、この欧州炭素中央銀行が、やがては、世界炭素中央銀行 (World Carbon Central Bank) に一気に進化するのは、もはや時間の問題かもしれません。

金本位制ならぬ地球環境本位制の世界通貨 (Global Currency; GC) の創設を視野にいられた Global Carbon Money の未来志向的な議論には、重要が含意があります。従来のように通貨覇権国家一国だけが「seigniorage (基軸通貨発行益)」を享受できる不公平な仕組みではなく、世界各国の同意を得て地球環境価値に裏打ちされた世界共通通貨を創設し、その seigniorage を世界全体が公平に享受できる仕組みを模索することは、世界における恒久平和構築のプラットフォームとしても、重要な意義があります。この構想は、決して見果てぬ夢を追い続けるドン・キホーテの絵空事ではなく、近未来の現実のはずです。

かの高名な経済学者であったケインズが、よもや、幻となった自分の生んだバンコルが、地球環境通貨としてこの世に復活することを知ったら、草葉の陰で、さぞかし驚くことでしょうね。

脚注

(注1) 人類の経済活動の結果生み出される二酸化炭素等の温室効果ガスは、温暖化を加速し様々な深刻な被害を生み出す。その際に、企業の生産活動等の人類の経済活動の真の限界費用は、私的限界費用に被害分を加えた社会的限界費用 (social marginal cost) であるとされている。気候変動問題等の多くの地球環境問題では、この社会的限界費用を捨象あるいは軽視してきたことが問題視されている。

(注2) これはキャップ・アンド・トレード (cap & trade) の仕組みの下で、カーボンを通貨に進化させるチャレンジングな構想です。1 国全体で家計部門に許容できる温室効果ガス排出量 (Carbon) を決め、それを小口分割し、個人に IC チップ・カードの形で付与する「パーソナル・カーボン・カード (Personal Carbon Card ; 以下 PCC と略)」の仕組み。2008 年 2 月の欧

州出張の際に、環境政策関係者と面談して聴取しました。この IC チップ・カードは、ロンドンの地下鉄で使っているオイスターカード (Oyster Card ; 日本のパスモに類似) を応用したものの。

(注3) 英国ではすでにカーボンが通貨として機能するののかについての多面的な Pre-Feasibility study を始めており、2008 年春にはその研究成果の中間報告があった。コスト面や国民受容性、制度設計面等、様々な面でまだ解決すべき課題も多く、まだ実現化には時期尚早とのコメントがあったが、こうした解決すべき課題が見えてくれば、後は時間の問題であろう。彼ら欧州人たちは当初は難問山積で困難と言われていたユーロも、粘り強く議論を重ね、遅々としながらも実現にこぎつけたことは周知の事実である。

(グローバル・コミュニケーション学部)

日本語教員養成課程必修科目として初めて実施された 「日本語教育実習」報告

山本博子

はじめに

本学のグローバル・コミュニケーション学部には、日本語教員養成課程が設置されている。平成28年度入学生までは、本学が定めた日本語教育に関わる必修科目及び選択必修科目¹の合計38単位を取得することにより、²卒業式で日本語教員養成課程修了証が授与され、国内でも海外でも日本語を教えることが可能な資格を得ることができた。しかし、平成29年度入学生から、日本語教育機関の告示基準（新基準）により「教育実習1単位以上」が日本語教員養成課程の必修科目に加わった。³そのため、平成29年度入学生より、学内で定められた授業を受けるだけでなく、国内または海外の日本語教育現場に行き教育実習を行わなければならないということになった。このような経緯のもと、本学では、平成29年度入学生が3年生になった今年の夏に、初めて、日本語教員養成課程の必修科目（1単位）としての日本語教育実習を実施した。

本稿では、まず、この「日本語教育実習」の概要について記す。さらに、実習に参加した3名の学生達が実習においてどのようなことを学んだのかを、学生達の実習記録の内容に基づき示していく。最後に、来年度以降の日本語教員養成課程の課題について述べる。

1 日本語教育実習の概要

1-1 実習校について

教育実習は、「教育実習プログラム」を実施しているヒューマンアカデミー日本語学校（東京校）にて実施した。

筆者は2018年3月に同校に見学に行き、辻和子校長より同校の教育理念や教育実習生受け入れについての説明をお聞きしている。そして、机や椅子を授業内容によって自由に動かし学習者が主体的に活動する授業を実施するという教育方針や、教育実習生に授業だけでなく教務の仕事の様子等も見せてくださるといふ実習についての方針等をうかがい、本学の学生に同校での実習をさせたいと考えるようになっていた。

また、同校とは、昨年度の日本語教員養成課程の3年生3名が、日本語教育実習が必修化されていない学年であるにも関わらず、日本語学校で職場体験をしてみたいと強く希望したため、2018年8月22日（水）から8月28日（火）までの土日を除く5日間、教育実習体験をさせていただいたという関わりもある。⁴その際に、たいへん細やかに熱心に実習生を指導してくださったこともあり、今年度も同校で実習をさせていただくことにした。

1-2 実習生3名について

実習に参加した学生は、グローバル・コ

コミュニケーション学部英語コミュニケーション学科3年生の3名の女子学生である。日本語教員養成課程は、同学部のグローバル・コミュニケーション学科と英語コミュニケーション学科の両学科で学ぶことが可能な課程であるが、2019年度の3年生については、英語コミュニケーション学科の3名のみが、日本語教員養成課程を履修し実習に行くことを希望した。

教育実習に行くことを希望している学生には、日本語教員養成課程2年次必修科目である「日本語教育法入門」（本稿筆者担当科目）を履修済みであることを必要条件としている。この3名は、2018年度秋学期に開講された「日本語教育法入門」を無遅刻無欠席で受講し、授業態度も良く、日頃の小テストや期末テストでも優秀な成績を修めたことから、日本語教育実習に参加するにふさわしい学生だと見なすことができた。

そこで、2018年度末（2019年3月）に本稿筆者がこの3名をヒューマンアカデミー日本語学校に推薦し、3名が同校に赴き同校の先生による面接を受けた。そして、2019年3月の時点で、この3名が同年8月に実習に行くことが内定した。その後、同年6月に実習申込書の提出等を経て、3名が2019年8月21日（水）から8月27日（火）までの土日を除く5日間、教育実習生として受け入れられることが決定した。

1-3 実習内容について

以下に示す表は、同校が事前研修の際に本学実習生に配布した「教育実習カリキュラム」である。^v

この表から、実習生達が日本語の指導法等についての知識を得ながら、授業見学や授業参加等を通して実際の学習者に触れる体験ができていくことがわかる。

	月日	時間	課題	内容
事前研修	8月1日 (金)	10:00-12:00	実習の目的・志望理由の確認	
			キーワード発表 ^{vi} 担当決め 実習に関する諸注意 スケジュール確認	
授業体験 授業見学 (初級)	8月21日 (水)	9:00-9:15	朝礼参加	
		9:15-9:45	担当紹介・実習生紹介	実習生・チューター顔合わせ
		10:00-10:40	初級授業体験	初級授業を学習者として体験する
		10:45-11:30	初級教材について	初級クラスの教材について知る
		11:30-12:30	キーワード発表1	
		13:30-16:45	授業見学(初級初期)	課題 ①初級授業の流れを知る ②学習者が動く授業を体感する
		16:45-17:00	授業見学FB	
		17:30-18:00	引き継ぎ・模擬授業準備	授業実践の課と内容の確認
		記録作成		

模擬授業 科目別指導	8月 22日 (木)	9:00-9:15	朝礼参加	
		9:15-10:15	キーワード発表2	
		10:30-12:00	科目別指導法1	聴解+演習
		13:00-14:30	模擬授業	授業実践の課の場面会話
		14:45-15:45	科目別指導法2	読解
		15:50-16:50	科目別指導法3	文字語彙
		17:00-18:00	引き継ぎ・TAの準備	
		記録作成		
模擬授業 初級授業 参加	8月 23日 (金)	9:00-9:15	朝礼参加	
		9:15-10:15	科目別指導法4	発音+音読
		10:15-11:15	キーワード発表3	
		11:30-12:30	模擬授業	授業実践の課の場面会話
		13:30-16:45	授業参加・TA(初級前期)	授業実践クラスに参加しTAとして活動する
		16:45-17:00	授業参加FB	
		17:00-18:00	授業実践打ち合わせ	
		記録作成		
授業実践	8月 26日 (月)	9:00-9:15	朝礼参加	
		9:15-10:15	キーワード発表4	
		10:15-11:15	科目別指導法5	中上級の進め方
		11:30-12:30	模擬授業	授業実践の課の場面会話
		13:30-16:45	授業実践(20分) TA(初級前期)	授業実践(20分)を行う クラスに参加しTAとして活動 する
		17:05-17:45	授業実践FB	
		17:45-18:00	授業参加準備	翌日参加するクラス担当講師 と打ち合わせ
		記録作成		
中上級 授業参加	8月 27日 (火)	9:00-9:15	朝礼参加	
		9:15-12:30	授業参加・TA(上級)	課題 ①上級クラスの授業の流れを知る ②上級レベルの学習者の力を知る
		13:30-16:45	授業参加・TA(中級前期)	課題 ①中級授業の流れを知る ②学習者が動く授業を体感する
		17:00-18:00	全体FB	
		記録作成		
事後研修	9月 5日(木)	10:00-12:00	実習の成果発表 修了式	

※「FB」はFeed Backの、「TA」はTeaching Assistantの略である。

一日の最後に設けられている「記録作成」は、その日の観察事項やそれに対する感想を書き記す時間である。この記録の時間があることにより、実習生達は、その日に学んだことや経験したことを客観的に振り返ることができ、次の日に向けての課題を明確にすることができたと考えられる。次章では、この実習記録の内容をもとに、実習生達が5日間の教育実習で何を学んだのか、どのようなことを感じたのかを示していきたい。

2 実習生達の学び

2.1 授業実践に向けての学び

実習4日目(8月26日)に設けられている授業実践では、実際に教壇に立ち学習者に対し20分の授業を行った。この授業実践に向けて、初日から初級の授業見学をし実際の授業の様子を知ったうえで、2日目以降に模擬授業^{vii}を繰り返し行い、3日目に自分が授業を行なうクラスにTAとして参加するというように、段階的に学びのスケジュールが組まれている。そのため、実習生達は問題意識を高めながら、授業実践の準備を進めることができたようである。

初めて日本語の授業^{viii}を見学した際には、「学習者が前に出て、わからないことは他のわかる人が教えるなどというように、教員は最低限のことしか教えずに、学習者同士で授業を進めていくやり方だったので、教室が活発になるし、コミュニケーションがたくさんはかれるのでとても良いと思った。」(A)・「学習者同士も発言を積極的にしていて、授業の楽しそうな空間がすてきだった。」(B)^{ix}と学習者主体の生き生きとした授業に感動した様子が見えてくる。

また、初日の授業見学にて「先生がわかりやすい日本語で話していた」(B)と先生の学習者に対する言葉に着目し、模擬授業を行ない先生方からご助言をいただくことを通し、「学習者のレベルに合わせてティーチャートークを行うことが大切で、先生は『これは何ですか』『何をしていますか』など質問だけをして、あまり話さないようにすることがポイントだ。」(B)・「教科書を確認し、学習者がどの言葉ならわかるか、話せるか把握しておく必要がある。」(B)と、学習者に対する話し方や学習者に対して用いる語彙について、教員として心がけること、事前に確認しておくべきことが明確になっていく過程も確認できた。

2.2 授業実践を経ての学び

模擬授業つまり授業の練習を重ねてきた効果があり、実際の授業は比較的順調に進んだようである。そして、練習の時とは異なり学習者の反応が直接返ってくることにより、緊張がほぐれ、楽しく授業が進められたことが、「実際に学習者の前での授業なので、練習とは違い、質問したことのリアクションがたくさん返ってくると、とても嬉しいと感じた。」(A)・「最初はドキドキだったが、大きな声で答えてくれる学習者が多く、緊張がだんだんと楽しさ変わった。」(C)という記述からわかる。

また、「小道具(小さなやわらかいボール)を用意し、授業で学習者に使わせたことによって、学習者が楽しんで発言できていたように感じた。」(C)と、教員のちょっとした工夫により、授業の雰囲気が変わることも実感できたようである。

さらに、教員として臨機応変な対応力を身につけることの大切さを、「(あまり理解

ができていない学習者が見られた際に) もっと臨機応変に対応するべきだった。」(B)・「もう一度リピートを行ってから、ペア発表に移行すればよかった。」(B)と自分自身の行動を省みることにより見出した者と、「学習者の反応によって、わかっているのかわかっていないのかを判断して反復練習をするなど、その場で対応することができると思うので、リアクションを見逃さないことが重要だと思った。」(A)と授業実践を経たうえでの今後の課題として見出した者が見られた。

授業実践を経てのこれらの学びは、日本語教員になるためだけでなく、今後実習生達が大学の授業で発表をする時など人に何かを伝える活動をする際にも生かされると考えられる。

2.3 5日間のすべての活動を経ての認識の変化

実習最終日には、授業実践を行ったクラスよりも日本語レベルの高い中級・上級のクラスにTAとして参加することにより、日本語力の向上の過程を目の当たりにすることができたようである。「私が授業を行なった初級クラスの学習者も、このようにどんどんレベルアップしていくのだと考えたら、とても感動した。」(C)などの感想が見られた。

また、最終日の実習記録には、この5日間の実習全体を通しての一人一人の考え方の変化も見て取れた。

Aは、日本語教員の仕事について、「先生方に、実際に行なっている授業はどのようなものか、毎回の授業準備にどのくらいの時間がかかるかなどを聞くことで、教員のたいへんさをすごく感じ」ながらも、「学習

者とたくさんコミュニケーションを取りながら、たくさん試行錯誤しながら授業をすることで、信頼関係が生まれて、たいへんさを超すものを得られるとも思った。日本語教員っていいなど、実習が終わって思うことができた。」と書いており、5日間の教育実習を経て日本語教員という仕事のやりがいを実感することができたことがわかる。

Cは、「私がこれから自分の将来を考えるうえで、今回の教育実習は大きく影響し、日本語教員という仕事についてさらに考えていく良いきっかけになった。」と書いており、日本語教育実習に参加したことにより、将来の職業を考えるうえでの考えの幅や選択肢が広がったことがわかる。

さらに、Bは、「いろいろな国の方々が日本語で一生懸命学習したりコミュニケーションを取ったりしている状況に感動した。」とし、ここまで夢中になってくれる方々がいる国なのだとなり、「日本人としての誇りを持った。」という感想を述べている。大学で英語を専門に学んでいるBにとって、自分が日本人であること、日本語母語話者であること自体を自分の長所であると感じることは、おそらく今まであまりなかったと推測できる。しかし、自分が日々一生懸命英語を勉強しているのと同じように、日本語が話せるようになるためにひたむきに頑張っている学習者と交流することにより、外国や外国語だけでなく、自分の国や母語にも敬意を持つことができるようになったことがわかる。

おわりに

以上、本稿では、本学にて日本語教員養成課程の必修科目として初めて実施された日本語教育実習の内容及び参加した学生達

の学びや認識の変化について報告した。

2019年9月5日に行われた成果発表会では、3名ともが「とても楽しい5日間であった」と実習を振り返っていた。3名が感じた「楽しさ」とは、日本語学校の先生方がより良い授業をするために日々生き生きとお仕事をされている姿や、学習者が日々熱心に日本語を勉強する姿を目の当たりにしたことや、自分達が練習を重ねたうえで元気に授業を行えたことなどから生まれた充実感・達成感によるものだと考えられる。この5日間の教育実習での学びは、3名の今後の大学生活や就職活動への取り組みにも良い影響を与えるであろう。

来年度の3年生にも、このような学びの多い教育実習にぜひ参加してほしいと思う。充実した教育実習を送るために、朝9時から夕方まで続く実習に耐えうる体力や自己管理能力を日頃から身につけておくよう指導する必要がある。さらに、教育実習までに、

日本語の教え方や日本語の文法・語彙・表記・音声等についての基礎知識を着実に習得させておくことも重要である。

実習参加を希望する学生達に対する指導に努めながら、来年度以降の教育実習がさらに良いものへと発展していくよう、引き続き実習校の先生方や本学の日本語教員養成課程の授業を担当する教員等と連携を図っていきたい。



教育実習4日目に日本語学習者に対し授業を行う本学学生

注

- i 「日本語教育機関の告示基準解釈指針」には、「日本語教育に関する科目」として、「社会・文化・地域」「言語と社会」「言語と心理」「言語と教育」「言語」の5つの区分が示されており、本学の日本語教員養成課程においても、この区分を踏まえ科目が設置されている。
- ii 「日本語教育機関の告示基準」（法務省入国管理局平成28年7月22日策定 平成30年7月26日一部改定）にて、「全ての教員が、次のいずれかに該当する者であること。」の一項目として「大学又は大学院において日本語教育に関する科目の単位を26単位以上修得し、かつ、当該大学を卒業し又は当該大学院の課程を修了した者」と示されている。
- iii 平成28年11月に「文化庁文化庁国語課 文部科学省高等教育局 学生・留学生課留学生交流室」より配布された「法務省による日本語教育機関の告示基準の策定に伴う法務省告示日本語教育機関の教員の要件に該当する『日本語教育に関する課程』について（御連絡）」には、平成29年4月以降に入学する者を対象として、日本語教育機関の告示基準（新基準）における日本語教員の要件を適用すると書かれており、主な留意点の一つとして、「教育実習1単位以上を含むこと。」と明示されている。
- iv 2018年8月の教育実習体験については、昨年度の『研究室だより』第50号(2019年3月1日発行)にて報告した。

- v 実際に配布された表を、筆者が本稿掲載用に一部レイアウト等を変更したが、内容については忠実に転記している。
- vi 「キーワード発表」とは、事前研修の際に各人に割り当てられた「CEFR」「Can-do」「協働学習」等日本語教員として知っておくべきキーワードについて、実習生が一人ずつ同校の先生方や他の2名の実習生の前でわかりやすく説明するという活動である。
- vii 模擬授業の時間には、同校の先生方や他の2名の実習生を学習者と見立てて、実際の授業実践の時間20分で授業を行なった。模擬授業終了後には、先生方から言葉遣いや授業の展開の仕方についてご助言をいただいた。
- viii 実習生達は、実習以前に、日本語教員養成課程の授業においてDVD教材に収録されている日本語の初級授業を見たことはあったが、実際の初級授業を見たことはなかった。
- ix 実習記録からの引用文については、本稿筆者が文のつなぎ方を簡潔にするなど一部変更を施したが、実習生達が伝えたい趣旨に影響を及ぼさないよう配慮した。また、3名の実習生を便宜上A・B・Cとし、引用文の後に「(A / B / C)」と示したり、引用文の前に「A / B / Cは」と示したりすることにより、どの実習生の記述かがわかるようにした。

(グローバル・コミュニケーション学部)

『研究室だより』編集委員会

委員長	松本	純一		
委員	福田	佳織		
	飯田	明日美	対馬	宏
	本庄	加代子	李	新建

表紙写真 正面玄関 フェニックスモザイク

■『研究室だより』 No. 51

■発行・2020年3月1日

■編集兼発行人・愛知 太郎

■発行所・東京都文京区本郷 1-26-3

学校法人 東洋学園 TEL 03(3811)1696

■印刷所・(株)光洋社 TEL 03(3269)0211