

## [体育・保健体育]

## 夢中になって運動するときに見られる体育的価値についての実践的検討

桑原 浩史\*

### 1 主題設定の理由

授業終了の合図と同時に体育館へ向かう子どもたち。遊びに没頭する姿は、子どもらしさにあふれている。ボールを受けた子が、思い思いに遊ぶ子どもたちを見事にかわして、シュートを決める。全身の感覚をはたらかせ、正式なバスケットボールコートではない空間の中で、その場に最もふさわしい動きを瞬時に生み出す。コートも人数もルールまでも常に変化する非合理的な場を楽しんでいる。いや、そうだからこそ楽しいのかもしれない。このように子どもたちが夢中になって運動する姿には、楽しさと同時に、真剣さが生み出す巧みな動きが見られる。遊びを楽しみ、「またやりたい」という気持ちは活動を持続させる。

しかし、「楽しい」や「遊び」はしばしば誤解を生むことがある。「体育は楽しく遊ばせればいいでしょ。」と息抜きやレクリエーション的な意味合いで扱われることがある。また、子どもたちの自発性に任せるあまり、自由放任的な活動に陥り、「指導はどこにあるの。」「技能は身につけているの。」と指摘されることもある。一方、新学習指導要領では全教科にわたり「言語活動の充実」が重視されている。作戦タイムや話し合いに終始し、肝心な運動の時間を制限してしまうことが懸念される。

加藤は「子どもたちが体育の授業を受けた結果として“十分に遊んだ”のであればいいのです。“十分に遊んだ”と言えるためには、遊んだ中で何を学んだのか、どんなことが身についたのか、についてある程度教育的価値として取り出すことができないといけません。」<sup>1)</sup>と述べている。単なる遊びで終わらせないために、教師は夢中になって運動する子どもの動きや学びをしっかりと見て、それを価値づけて指導にあたることが求められると言える。

子どもを取りまく様々な問題を解決するべく、日々の教育活動が進められている。また、指導要領の改訂も時代の要請からである。新たな指導の在り方を探究していかなければならない。子どもたちの思考力低下が問題視され、その向上もその一つである。体育科教育においてもその思考力は求められている。私は、あえて「体育は夢中になって遊ぶもの」と主張したい。夢中は理性的に言葉で思考することとは別の感性的な世界であるかもしれない。しかし、夢中になって運動することこそが、体育科における思考力育成に大きくかかわるものとする。そこで、本研究では、運動に夢中になる瞬間を中核にすえた学習を展開し、その体育的価値について明らかにすることを試みることにする。

### 2 研究の目的

本研究は、夢中について検討し、夢中になって運動できる教材を工夫し実践する。そして、夢中になって運動する子どもに見られる体育的価値について明らかにすることを目的とする。

### 3 研究の方法

本研究は、文献による理論的検討と、授業場面の分析による実践的検討を通して考察を進める。

- (1) 遊びと夢中について…理論的検討
- (2) 夢中になる単元の構想…理論的検討に基づく授業の構想
- (3) 実践の実際…現実の授業の記述
- (4) 分析と考察…授業場面の実践的検討

---

\* 柏崎市立柏崎小学校

## 4 研究の内容

### (1) 遊びと夢中についての理論的検討

西村によれば、「遊びがある」とは、ハンドルの遊びや歯車の遊びのように「そこで遊びが生じる余地と、他方で、その余地の内部であてどなくゆれ動く、往還の反復の振り」が存在していることである。また、遊びにおいては、遊び手と遊び相手が主体とも客体とも分ちがたい「独特の遊戯関係」があるという。<sup>2)</sup> 主客とも客体とも分ちがたい関係とは、遊んでいながら遊ばれている関係であり、他者と同調している関係である。

高原は「主体と外界と間がなくびったり一体になり、やりとりをしている状況<sup>3)</sup>」を夢中状況と説明している。これを図示すると次のようになる。(図1) 外界とは他者であり、ものであり、環境であるとするならば、遊びと夢中には共通する部分大きいことが分かる。さて、「主体と外界が一体」とは、どういうことであろうか。以下はある水泳選手のインタビューの内容である。

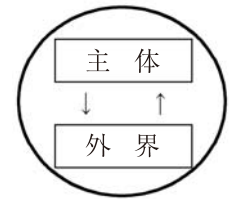


図1 夢中状況

「自分の泳ぎに最も喜びを感じるのは、私が水や自分のストローク、そのほかのすべてと一つになっていると感じたときです。…私は本当に自分のしていることに同調していました。…自分のストロークに完全に没頭していました。また、ほかの選手を追い越していることも分かっていたのですが、そのことは気にとめませんでした。…「これはいい感じでいっているぞ」と思いながら進んでいただけなのです。…私が完全にそのレースを支配していたのです。本当にそれは素晴らしい感覚でした。」<sup>4)</sup>

まさに主体と外界が一体となっている状態であり、自分の行為に完全に没入している状態である。その状態を、「乗ってる」「ゾーンに入る」「フロー」「最適経験」と表現されることもある。そのような無我の状態にあるプレーヤーは、「ボールやコート、場合によっては相手への意識がより高まっている。しかし、自分自身に対してこうしろあしろと指示を出したり、打ち方について考察したり、…などと考えながらプレーしているわけではない。意識は高まっている。しかし、思考はしていない<sup>5)</sup>」のである。外界とのやりとりは間違いなく行われているが、それは、理性的に思考する方法とは異なる方法である。子どもが夢中になっている状況を分析する上での重要な手がかりである。

### (2) 夢中になる単元の構想

#### ① 児童の実態（4年生 男子22名 女子16名 計38名）

アンケートの結果、体育学習に対する児童の意識は次のようである。

○体育学習については、男女問わず、ほとんどの児童が「好き」あるいは「大好き」であると回答している。

○ボールゲームに対しても同様の結果を示している。

▲ボールゲームの内容については、好き嫌いに差が生じている。

▲バスケットボールやサッカーといったゴール型のゲームは好き嫌いの差が大きい。特に男女差が大きい。

嫌いな理由の多くは、「ボールにさわれない」「動けない」「怖い」である。

以上のことから、本研究ではゴール型ゲームのを取りあげ、夢中になって運動できるように工夫することにする。

#### ② 体育的価値の射程

ゴール型ゲームの特性と、特性をもとに子どもにとって価値のある動きは主に次のことが考えられる。

##### 〈ゴール型ゲームの特性〉

- ・同じコート内で攻める側と守る側が混在している。
- ・ボールの保持により、攻守が交代する。
- ・ボールを操作したり、ボールを持たないときの動きを使ったりして、相手陣地にボールを運び、シュートチャンスを作って、ゴールに入れる。

##### 〈子どもにとって価値のある動き〉

- ・相手のボールをとる。
- ・ボールを操作して相手をかわしたり、ボールを相手陣地に運んだりする。
- ・ゴールを決める（得点する）。
- ・作戦通りに動く。

価値のある動きができるということは技能が身に付いたということであるし、できること自体がゲームの楽しさの一つでもある。「楽しさ」と「技能」は対極にあるものでなく、相互に関連しあいながら、相乗的に高まり合っている。つまり、技能は運動を楽しむためのものであり、楽しさを追求するために技能を高めていくのである。

このような動きが洗練されることは、ボールとのかかわり（扱い）がよくなることであると言える。また、チーム全体の動きが活性化し、仲間とのかかわりやコミュニケーションが深まるものとする。逆に、思い通りにボールを操作できなかつたり、価値ある動きができなかつたりすることが「楽しくない」や「嫌い」につながっていることも事実である。

以上のことから、人、もの、技能とのかかわりの質を高めていくことが「体育的価値」に値するものであると考える。

これらのことは、新学習指導要領解説に示された目標や内容と同意義であると捉えることができる。

③ 夢中にさせるための手だて

加藤は、夢中状況を活性化する三要素として次のことを挙げている。<sup>6)</sup>

- ・スピード（動きを速めるような手だてが考えられる）
- ・スリル（ハラハラドキドキを生み出すような手だてが考えられる）
- ・スキル（動きの難易度を高める手だてが考えられる）

以上のことを考慮して次のような視点から単元を構想する。

ア) 簡単なルール・少ないルール

- ・難しいルールにより、動きが縛られることがある。頭で考えながら動くのではなく、簡単なルールで思い切り体を動かせるようなゲームになるように工夫する。そこで、誰もが知っている鬼ごっこの動きに、ボール操作を加えた運動を教材化する。鬼ごっこの要素を加えることで、スリル感を味わうことができる。

イ) 場の工夫

- ・動かざるを得ないような状況にするために、コートのはしは狭めに設定する。バドミントンのハーフコート程度とし、狭いエリアをスピーディーに動けるようにする。
- ・競争性のもつ楽しさや緊張感をより強調するために、チーム間で対戦する形式にする。また、いろいろなチームと対戦させることで様々な状況でゲームができるようにする。
- ・対戦時間を設定し、時間のプレッシャーのなかで運動する。

ウ) 易しい動きから難しい動きへ

- ・既存のスポーツをもとにして動きを簡易化するのではなく、誰でもできる動きを出発点とし、バリエーションを加えながら、動きを高めていくようにする。「できそうでできない、でもできそうだ。」と思わせる課題を積み重ねていくようにする。

エ) 他者（人、ボール）と安心してかかわれる手だて

- ・「ボールが怖い」とアンケートに書いた児童は以外に多かった。安心してボールに向かえるように、手作りボールを作成する。それぞれの子どもたちが自ら作ったマイボールを運動に応じて適宜活用する。
- ・少人数のチーム（4人）を編成し、一人一人が活躍できる場を保障する。
- ・チームメイトへ励ましや賞賛の声かけをする。

④ 単元構想

ゴール型ゲームが嫌いという子どもたちに、ボールゲームの楽しさを味わわせることが課題である。そこで、ゴール型ゲームの前段階として本単元を設定し、誰もが夢中になってボールゲームをする単元を構成することにした。コート内で攻守が入り乱れている状況（人の動きやボールの動き）を把握し、得点に向けて精一杯動ける力を養うのである。できる楽しさ、できない楽しさに身を委ねながら、自然にボール操作や動きを高めていくことが理想である。状況を把握したり判断したりする能力、ボール操作や仲間と協働した動きは、今後のゴール型ゲームの学習に生かされるものとする。

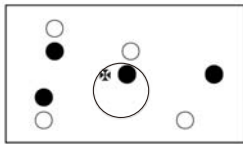
単元名      ボールゲームを楽しもう（領域E ゲーム）

- 単元の目標
- (1) 基本的なボール操作やボールを持たないときの動きを身に付け、楽しくゲームをする。(技能)
  - (2) ルールを守り、互いに協力してゲームを行い、勝敗を素直に認める。(態度)
  - (3) チームの課題をもち、簡単な作戦を立ててゲームをする。(思考・判断)

指導計画（全4時間）      ・主な活動      ◇評価

1	2	3	4
<ul style="list-style-type: none"> <li>・準備体操</li> <li>・オリエンテーション</li> <li style="border: 1px solid black; padding: 2px;">ボールタッチ鬼を楽しもう。</li> <li>・チーム内で簡単なゲームを行う。</li> <li>◇ルールを守り協力してゲームを楽しんでいたか。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・準備体操</li> <li style="border: 1px solid black; padding: 2px;">ボールタッチ鬼で対戦しよう。</li> <li>・チーム間で総当たり戦を行う。</li> <li>・作戦をチーム内で考える。</li> <li>・学習を振り返る。</li> <li>◇ボールを保持しているときボールを保持していないときの動きはよかったか。</li> <li>◇簡単な作戦を立ててゲームをすることができたか。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・準備体操</li> <li style="border: 1px solid black; padding: 2px;">鬼ごっこボールを楽しもう。</li> <li>・チーム内で簡単なゲームを行う。</li> <li>・チーム間でゲームを行う。</li> <li>・学習を振り返る。</li> <li>◇ルールを守り協力してゲームを楽しんでいたか。</li> <li>◇ボールを保持しているときボールを保持していないときの動きはよかったか。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・準備体操</li> <li style="border: 1px solid black; padding: 2px;">いろいろな鬼ごっこボールをしよう。</li> <li>・バリエーションを変えてゲームする（ボールの数、手から足の操作など）</li> <li>◇ボールを保持しているとき、ボールを保持していないときの動きはよかったか。</li> <li>◇簡単な作戦を立ててゲームをすることができたか。</li> </ul>

**【ボールタッチ鬼】**

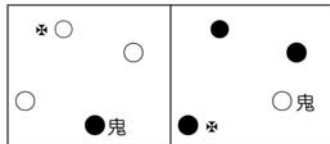


●鬼チーム  
○にげるチーム

★ルール  
①鬼チームとにげるチームに分かれる。  
②鬼チームがボールで相手をタッチしたら1点。  
③ボールを持っている鬼は歩けない。  
④対戦時間は2分間。(何点とれるか) 攻守交代

★ゲームのスタート  
→ボールを持った鬼が真ん中の円に入ってから始まる。

**【鬼ごっボール】<sup>7)</sup>**



★ルール  
①各チームから鬼を一人相手コートに出す。  
②鬼は相手のボールをとったり、コートの外に出したりする。  
③早くボールをとったチームの勝ち。  
④鬼を交代して、ゲームを再開する。(5分間)

※バリエーション  
ボールを持ってない人をタッチする。  
エリアを広くする。足で操作する。

### (3) 実践の実際

本研究では、単元の前半に行った「ボールタッチ鬼」の学習を中心に分析をすることにする。

まずチームのメンバーを伝えた。男女混合の4～5人チームが8チームである。子どもたちからはいつものように一喜一憂する声が聞こえるが、それにこだわる様子はない。その後、ルールを説明し、質疑を交わしたり、実際に動きを見せたりして、ゲームに入った。説明の中で強調したのは、「ボールゲームが嫌だと感じることをワースト3」である。みんなが楽しいゲームにするにはどうしたらいいか話し合い、約束事を決めた。

〈ボールゲームが嫌だと感じることをワースト3〉

- ・パスがこない。ボールがさわれない。
- ・ぶつかると痛い。怖い。
- ・失敗を責められる。

〈約束事〉

- ・声を出してパスをしよう。
- ・ボールから目をはなさないようにしよう。
- ・はげます言葉をかけよう。

ゲームが始まり、最初は動きに戸惑うような姿が見られたが、表情は真剣そのものである。自分たちで作ったボールは比較的柔らかく安心してかかっているように見える。次第に動きがスムーズになってきた。ボールから逃げるチームは、ボールから遠い方に逃げる、鬼チームは相手の近くに動くという動きが出てきた。それと同時に、動きにも素早さが見られてきた。「キャー」という歓声が響くなか、「こっちこっち!」や「パスパス!」、「タッチ!」「イエーイ!」という声が自然に出ている。また、「ドンマイ!」や「ナイス!」という声も届いてくる。わずか2分間であるが、息をはずませながら汗びっしょりになっている。

次の時間は、他チームとの対戦を次々に行った。1回目のゲームを終えると、「コートがせまい。」という意見が聞かれた。そこでエリアを広く設定(1辺を2mほど広く)しなおして繰り返しゲームを行った。次第に動き方に変化が見られるようになった。この動きの変容については後述することにする。

多くの対戦を行いたいという指導者の意図があり、2試合終わったら3分間程度の作戦タイムを設けたが、「先生、ちょっと待って。」と3分間では足りずにチーム内で動きを確認しながら作戦を相談している様子が見られた。

### (4) 分析と考察

分析の方法としては、授業者による場面分析的手法を用いる。場面分析的手法とは、授業の現実場面における児童の動きや表情、発言、かかわりの様子をありのままに観察し、それをもとに分析をする手法である。

#### ① 夢中になっていたか

ゲーム終了後に見られる汗びっしょりな姿、息をはずませる姿から精一杯運動していたようである。子どもたちの視線の先はボールに集中している。ボールが自分に飛んでくると必死に逃げる、逃げる相手をすぐさま追いかけるなどの姿が見られた。ボールの動きや周りの状況に体が素早く反応している瞬間と捉えることができる。また、子どもの感想には次のような記述があった。

1回戦目はにげる方でした。わたしは必死ににげました。ずっとにこにこしていました。多分ずっと勝っていたと思います。すごく楽しかったです。

「多分ずっと勝っていたと思います」という記述に注目すると、勝ち負けを意識しながらも、ゲームの空間に身を委ね、自分の行為に完全に没入している様子であると考えられる。まさに「自己と他者が一体となっている状況」であり、夢中になっていたと捉えることができる。

ゲーム後には「またやりたい」「もっとやりたい」という子どもたちの声が多く聞かれた。この言葉に注目してみた

い。高原は「われわれは、夢中になったり、そこから覚めたりすることができる」とし、「主体として身体と心が一つの状態から、心としての我が割れ出て自己として現れた状態になる<sup>8)</sup>」ことを夢中から覚めた状態であると説明している。(図2) 子どもたちは夢中になって遊んだ後、「またやりたい」という言葉を口にする。これは、夢中になって遊んだ状況を振り返り、夢中から覚めた状況から生まれる言葉である。つまり、「またやりたい」という言葉の背景には、そこに夢中状況が存在していたと考えることができる。また、常に変化するコートには緊張感が保たれ、その緊張感やスリルが活動意欲を持続させたと考えられる。

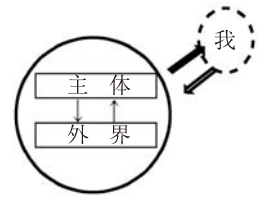


図2 夢中から覚める状態

## ② 体育的価値は見られたか

### ア) ボール操作に関して

ゲーム当初は、ボールの動き自体が止まることが多く、スピーディーさに欠けていた。ボールを受け取った子が、相手の位置を確認するために、しばらく持ったままの状態があったのが原因である。また、正確に投げることを意識しすぎるあまり、ボールのスピード自体もゆっくりであった。その隙を見て相手は鬼のいない安全な場所へと移動する。しばらくゲームを続けていくと、つぎのような動きの変容が見られた。

一つは、ボールを受け取って素早く投げるという動きである。本ゲームにおいて得点をするためには、ボールを持った鬼は相手の近くにいる味方に素早く正確に投げる必要がある。Aさんは次のように話している。

おもしろかったところはコーンのギリギリまでせめて、はさみうちをしたところです。二人でボールの投げ合いをしてだんだん近づいていって得点を取ります。とってもおもしろかったのでまたやりたいです。

ボールの動きに右往左往する相手に対し、正確で素早いボール操作を行うことで得点に結びつけていたのである。

二つ目はボールをキャッチする際の動きである。受け取ったボールを素早く投げるときに、両手での操作が必要な子はボールを正面で受けるために素早く動く姿が見られた。能力の高い子は右手で受けて、そのまま右手で投げるような動きも見られた。

ボールをパスしようとしたときに、キャッチしようと思ってもキャッチできなかつたりして残念だったけど、だいたいキャッチできるようになりました。だからタッチとかができたんじゃないかなあと思いました。

とBさんは述べている。素早く投げるためには、ボールの受け取り方が大切であることを実際に運動しながら学んでいたのである。

### イ) ボールを持たない動きに関して

必死にボールを追いかけ、相手を追いかけるうちに、ボールを持たない子どもに次のような動きが見られた。

一つ目は走るスピードの強弱である。常に全力でボールを追う、あるいは逃げるのには限界がある。鬼チームは、スピードを緩めて相手との距離を空ける。相手が油断した瞬間にスピードを上げて、相手に近づきボールを受ける動きがゲームの中で生まれてきた。また、逃げるチームの子は、ボールが飛んでくる瞬間に素早く走って逃げる動きが見られた。

二つ目は走る方向の変化であり、フェイントの動きである。相手の走る方向を見定め、縦の動きから横の動きをする子ども、相手のいないスペースを察知し素早く走り込む子ども、右に行くと思わせて左に走る子どもなど、様々な動きを瞬時に行っていた。また、ボールから目を離さないように動くために、後ろ向きで走ったり、横方向にギャロップしたりする動きが見られた。動きが質的に高まっていると言える。

見方を変えると「予測した動きをしている」と言い換えることができる。ボール、相手、味方の状況を瞬時に感じ取り、それに対応した動きをしているのである。状況が刻々と変化するゴール型ゲームだからこそ養われる動きである。

### ウ) 人とのかわりに関して

作戦タイムでは主に二つの作戦が考えられていた。一つは「追いつめ作戦」(図3)である。Cさんは話合いの中で、「相手が走る方に向かって走ってパスをもらう」ことを提案していた。ターゲットを決め、逃げる相手を複数でコートに追いつめてタッチする作戦である。二つ目は「はさみうち作戦」(図4)である。鬼同士で相手を挟み、パスをしながら徐々に距離を縮めてタッチする作戦である。これは多くのチームで採用され、効果的に得点していた。Dさんはこの

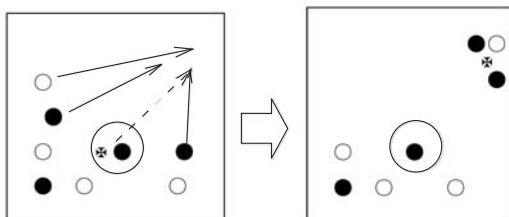


図3 追いつめ作戦

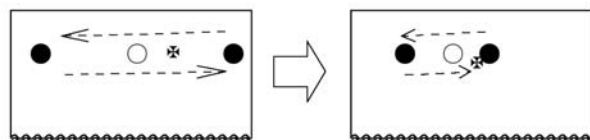


図4 はさみうち作戦

作戦に対し、「はさまれたときは、真ん中から逃げよう」という作戦を考え、実践していた。うまくいって嬉しかったことを感想でも述べていた。作戦に対する作戦を具体的に考えた点は、評価に値するであろう。

子どもたちの感想には、次のような記述が多く見られた。

- ・タッチされてもチームのみんなが「ドンマイ！だいじょうぶ！」と声をかけてくれたのでうれしかったです。
- ・ぼくが相手をタッチしたとき〇〇さんが「ナイス」と言ってくれたのがとてもうれしかったです。
- ・ねらわれたとき、〇〇さんが「こっちこっち」といってくれたので、にげることができました。

肯定的に仲間とかかわることで、安心してゲームに参加することができたようである。この安心感は伸び伸びと思いきり運動できる雰囲気を作りだしていたといえる。自分の動きたいように動くことにより、動きの幅が広がり、質が高まっていったと考えることができる。また、勝ちを意識しながらも、得点されたときの悲愴感はそれほど感じられなかった。勝つ楽しさ以上に、夢中になって運動する心地よさがそこにはあったと感じられた。

## 5 成果と課題

「またやりたい」という言葉は、夢中になって運動していた自分を振り返ったときに発せられるものであり、夢中になって運動できたかどうかを知る手がかりになると考えられる。また、緊張感やスリル感の持続は夢中にさせるための重要な要因となっていることが分かった。体育的価値から成果（○）と課題（▲）をまとめると次のようである。

- 夢中になって運動することで、動きにスピード感が生まれた。そこには「相手が右に行ったからぼくも右に行こう」というような言葉の思考が入り込む余地はない。目の前にある状況を把握し、瞬時にからだが発射していると考えられる。理性的な思考はなくても、ボール・相手・見方の動きをからだ全体で感じ取り、外界とやり取りしながら、よりふさわしい動きをしていると捉えることができる。体育には実践独自の思考があり、それを「身体的思考」とよぶ滝澤の理論<sup>9)</sup>にも似ている。攻守混在型のボールゲームでは、このような状況を把握してプレーにつなげる能力が大切であると考えられる。
- 動きの質に注目すると次のような高まりが見られた。正確に早く投げる、受け取ってすぐ投げる、走るスピードの強弱・方向変化・フェイント、スペースに逃げる、相手の動きを予測したプレーなどである。経験上、これらは教えるすぐにできるものではない。夢中になって運動した結果、短時間であっても動きの質の向上が見られた。夢中になるほどに身体感覚は鋭敏になり、楽しさを追求するために動けるからだへ導かれるものと考えられる。
- 仲間との肯定的なかかわりは、心を開放し伸び伸びと運動できる雰囲気を創っていた。それは、動きの幅を広げるとともに動きの質を高めることにもつながっていると考えられる。
- ▲仲間とのかかわりが深まったと同時に「〇〇さんがずるをした」という声も聞かれた。ずるいプレーは、ルールを違反したプレーである。裏を返せば、ルールを変えればずるいプレーでなくなる。ずるいプレーを動きの高まりと捉え、柔軟にゲームを展開していくことも可能である。
- ▲運動前における動きのイメージの創造や運動後の動いた感じの振り返りを意識させたが、不十分な点もある。運動中はからだに任せて動くことを基本に、運動前後の思考を充実させることで、動きの質がさらに高まるであろう。

## 6 おわりに

「心と体を一体とする」体育とはどんな体育なのだろうか。夢中になって運動する子どもたちを見ていると、まさに心と体が一体となって動いているように見える。心と体を活性化させることが、子どもたちの人間形成に大きく寄与するものと考えられる。今後も現代の子どもたちに必要な力を、体育科教育から探していきたい。

## 参考・引用文献および注釈

- 1) 加藤泰樹 他『体育の見方、変えてみませんか』 学習研究社 2009 p60
- 2) 西村清和 『遊びの現象学』 勁草書房 1989 p31
- 3) 高原江里子『体育授業における夢中状況がもつ意味に関する一考察』上越教育大学大学院修士論文 2002 p84
- 4) チクセントミハイ他 今村浩明他訳『スポーツを楽しむーフロー理論からのアプローチ』世界思想社 2005 p5
- 5) W. T. ガルウェイ 後藤新弥訳『新インナーゲーム』 日刊スポーツ出版社 2000 p39
- 6) 前掲書 1) p91
- 7) 木村真智子 編著『子どものボールゲーム バルシューレ』創文企画 2007 p46
- 8) 前掲書 3) p84
- 9) 前掲書 1) p47
- 10) 文部科学省『小学校学習指導要領解説 体育編』 東洋館出版社 2008