「世の中のすべての事柄には必ずおもしろさが隠れていて、それを見つけるのは向き合った自分の心持ち次第」と語る中坊先生の専門は行動経済学。「従来の経済学では説明できない個人の行動について分析するための理論」を提供する、経済学の中では新しい分野です。難しいと思われがちな経済学ですが、「基礎的な理論は、一見経済学と関係なさそうな恋愛やスポーツにまつわる問題など、人間の行動に関係する多種多様な問題に応用することが可能」と中坊先生。経済学の理論を用いて身の回りのことを考えてみると、世の中の見え方が変わってくるかもしれません。

研究室紹介

社会学部 総合社会学科

NAKABO　Yuta

中坊　勇太 講師

1989年京都府生まれ。
2013年大阪大学経済学部経済・経営学科卒業。2018年大阪大学大学院経済学研究科経済学専攻博士後期課程単位取得退学。同年本学に専任講師として着任。専門分野はマクロ経済学、行動経済学、とくに行動経済学的知見を取り入れた経済成長モデルの理論分析を行っている。論文に「Capital Accumulation Game with Quasi-Geometric Discounting and Consumption Externalities」(共著)がある。

面白いと思えることを研究する

小さいころから経済全般、とくに景気対策や成長戦略など、政府が行う政策に関心がありました。毎朝親の見よう見まねで新聞の経済面や社会面を読む「ませた」子どもでした。高校生になり進路を決める時期になっても経済への関心は衰えず、大学は経済学部に入り、さらに大学3年生のときに政府の政策について扱う「マクロ経済学」のゼミに入りました。

ゼミに入った当初はまさか大学院まで行こうとは思ってもみませんでしたが、理路整然とした経済学の考え方が自分に合っていると感じたのと、自分が面白いと思えることを日々研究している恩師(ゼミ担当教員)の姿を見て、自分もこんな風になりたいと強く思い、研究者を志すようになりました。

貯蓄の「先延ばし」が与える影響

人間は遠い将来のことなら我慢できるが、目先のことになると我慢できないという性質をもっています。老後のために若いうちからコツコツ貯蓄したほうがよいと思っていても、若い間は現在の暮らしを優先して貯蓄を先延ばしにして浪費してしまい、結局貯蓄できない人がいます。そのような人は年老いた後、若いころに貯蓄しなかったことを後悔することになります。そこで、後悔する人としない人が共存する社会全体にとって政府がとるべき、望ましい政策とは何でしょうか？　現在の日本の公的年金制度のように若者から強制的にお金を徴収する、強制的に貯蓄させる方がよいのでしょうか？　それともそのような後悔は自己責任なので、政府は何もしない方が社会全体にとってはよいのでしょうか？　以上のような貯蓄の「先延ばし」という個人の行動が社会全体に与える影響について研究しています。

多様な視点と確かな基礎力を身につける

グローバル化の進展やAI技術の進歩など、状況が日々目まぐるしく変わる複雑化した現代社会を生き抜いていくためには、多様な視点と、流行に惑わされない確かな基礎力をもつ必要があると思います。本学の総合社会学科では、そのような現代社会のさまざまな現象について、社会学・政治学・経済学・経営学・情報学の観点からバランスよく学ぶことができます。教室の中での学びだけでなく、実際にまちへ出て行ったり、また学外の方を招いて話を伺ったり、教室の中で身につけた理論を実践する機会が多く設けられています。さらに社会の現状を科学的に知るための、社会調査の方法論についても深く学ぶことが可能です。

受験生へのメッセージ

大学では、高校までと比べて、自分の意思で自由に使い方が決められる時間が大幅に増えます。自由な時間で、自分の「好きなこと」・「やりたいこと」はもちろん、そうではない、これまで考えもしなかった新しいことにも挑戦してほしいです。もしかするとそれは何の役にも立たないことかもしれませんが、「すぐに役立つものはすぐに役立たなくなる」と私は思います。ぜひ自分から壁をつくらないで、多種多様な活動に参加して視野を広げてほしいと思います。

ならぶ Vol.183　●発行：令和2年1月　●発行：奈良大学　〒631-8502　奈良市山陵町1500　TEL. 0742-44-1251(代)　URL http://www.nara-u.ac.jp/　E-mail kouhou@aogaki.nara-u.ac.jp　●編集：奈良大学広報室

令和2年1月18日に本学の市川良哉理事長が逝去いたしました。
巻頭の新春インタビューは、生前に編集しておりましたので、このたび掲載させていただきます。

■ 新春インタビュー

次の半世紀、第一歩の年を迎え

理事長
市川 良哉

新年の幕開けにあたり、市川理事長にお話を伺いました。

新しい年を迎え、謹んでお慶び申し上げます。

昨年10月に大学創立50周年の記念式典などを執り行いました。本年、学校法人奈良大学は創立95年、大学は創立51年を迎え、次の半世紀に向けての第一歩の年となります。難しい時代ではありますが、教職員がワンチームとなって、大学の存続と充実発展に努めてまいります。

大変難しい時代を迎えていますが。

昨年末には、2019年の出生数が87万人を下回り、いわゆる2040年の18歳人口88万人の想定を2万人下回ったことが明らかとなりました。私立大学に生き残りの厳しい試練が待っています。生き残りに奇策はなく、教育研究の充実と社会貢献が大切だと考えます。

昨年策定した基本構想と中長期計画に従い、PDCAサイクルを繰り返しながら、不変の建学の精神のもと、人材の育成、教育研究の充実、経営基盤の強化に向け、本学のもつ独自の教育に努力をしてまいります。

昨今、人文科学を学ぶ学生が少なくなったと言われています。とはいえ、日本の文学や文化・歴史・地理を学ばずして、国家百年の大計は成り立ちません。本学では、文学部の4学科（国文学科、史学科、地理学科、文化財学科）に、創立以来、一貫して力を入れ、教育を充実させています。また、社会学部（総合社会学科、心理学科）では、どんどん新しい研究が行われています。社会が進展し、人間の新たな問題が生まれる激動の時代に、新しい眼で、新しい観点から、教育研究を進めており、多くの学生が巣立っています。

学校法人奈良大学は、大正14（1925）年に薮内敬治郎先生が、向学の精神に燃えながら、経済的に恵まれず、進学できない勤労青年のために創設された南都正強中学が始まりです。薮内先生は、「努力をすること」、そして「正しく生きること」が大事であると力説されました。具体的には、「努力をする」ということは、情熱を燃やすことです。学生諸君にとっては学ぶことに情熱を燃やす、また教員は教育研究に、職員は教育に情熱を燃やしていただきたいと考えます。そして、「正しく生きる」ということは、「責任感と判断力を持つ」ことです。責任感とは、それぞれの立場、状況の中で、責任を持って努力をする、ということであり、判断力は、道徳的・倫理的であることは勿論ですが、偏らず、全体をよく見て適切な判断を下していくことです。本学の建学の精神と伝統を踏まえ、教育研究の充実を図り、次の半世紀に歩みを進めてまいります。

令和館は、次の半世紀に向けた新しい学びの場と伺っています。

50周年記念事業の一つである令和館が昨年10月に完成しました。教育研究の充実を図り、社会へ貢献するための学びの場として、アクティブラーニングスペースと講義室を備えています。

学生諸君には、アクティブラーニングスペースをどんどん活用して、積極的・能動的な学習をしていただきたいと思います。また令和館を中心に、一般の社会の皆さまに大学を開放し、勉強していただく事業を本格的に始めたいと考えています。

Contents

1 新春インタビュー
2 創立50周年記念事業ダイジェスト
3 クローズアップ
5 活躍する卒業生たち
8 通信教育部生便り
9 英国海外研修
11 第13回全国高校生歴史フォーラム
12 入試日程＆オープンキャンパス
13 トピックス
14 インフォメーション
15 研究室紹介 社会学部総合社会学科 中坊 勇太 講師

創立50周年記念事業ダイジェスト

記念式典・祝賀会

10月27日（日）に創立50周年記念式典及び祝賀会を挙行し、ご来賓・関係者ら約500人にご列席いただきました。

講堂での式典では、雅楽研究会の学生とOBの「三和会」が祝賀雅楽『賀殿（かてん）』を上演し、体育館での祝賀会では、合唱団による学歌、ウインド・オーケストラ・クラブによる祝賀演奏が披露されました。

記念講演会

11月3日（日・祝）に令和館のこけら落としイベントとして、記念講演会「中世の奈良」を開催し、約200人にご参加いただきました。史学科外岡慎一郎教授が「文献史料から読み解く中世の奈良」、元興寺文化財研究所主任研究員の佐藤亜聖（あせい）氏（文化財学科卒業生）が「考古学からみた中世の奈良」というタイトルで講演し、続いて、史学科河内将芳教授のコーディネートにより外岡教授、佐藤氏が「中世の奈良を考える」というテーマで対談を行いました。

令和館 アクティブラーニングスペース利用開始

11月より令和館1階アクティブラーニングスペースの施設利用が始まり、授業やキャリアセンター主催のセミナー・講座などが行われています。また、学生の自主的学修のためにも開放しており、すでにたくさんの学生が活用しています。

地理学科学生の自主勉強会

地理学科の学生主体のGIS勉強会では、積極的にグループワークスペースを利用。11月15日（金）は、4年生がサポートし、ホワイトボードやタブレット、PCを活用したグループワークを行いました。

教員志望学生による自主学習会

12月21日（土）に中戸義雄教授（教職課程担当）をコーディネーターとした奈良大学教職学習会が行われ、学生、卒業生等約40人が参加しました。

第16期1回目のこの日は、初参加の学生のための面接練習を兼ねた1分間プレゼンテーションを行いました。16人の学生が自己紹介と志望動機を発表し、中戸教授や、関西圏を始め北海道、富山、静岡、長野、香川など全国で教員として活躍している卒業生から、コメントを受けました。今後、ディスカッションや模擬授業なども行う予定です。

総合社会学科基礎演習

11月25日（月）に総合社会学科1年の基礎演習（3クラス合同）で、島本太香子教授をコーディネーターとして、奈良市議会議員の方々を講師にお迎えしました。

学生達は、議会の5つの部会に分かれ、各部会の担当分野の現状と課題について意見交換を行いました。最後に、オープンプレゼンスペースで総括を行い、奈良市政や学生の社会的役割について学びを深めました。

地理学科 学部生グループが国土地理院主催「Geoアクティビティコンテスト」で「地理教育賞」受賞！

写真左から吉位さん、近藤さん、田原さん、髙田さん

11月28日（木）～30日（土）に、日本科学未来館（東京都江東区／毛利衛館長）で開催された「G空間EXPO」で、国土交通省国土地理院主催「Geoアクティビティコンテスト」が行われ、地理学科の近藤 樹さん（2年）、田原和真さん（1年）、髙田雄登さん（1年）、吉位優作さん（1年）の発表「スマホでGIS!―web GISコンテンツ『SONIC』を利用した地理教育―」が「地理教育賞」を受賞しました。

同コンテストは、地理空間情報の利活用に関する取り組み、アイディア、サービスなどを展示・発表するもので、審査により優秀なプレゼンターが表彰されます。今年度新設の「地理教育賞」には、東京大学の小口高教授と本学学生グループの2組が選ばれ、今後、様々な機会に、地理空間情報を利活用した地理教育の取り組みの優良事例として紹介される予定です。

受賞グループ代表者
文学部地理学科2年　近藤　樹（たつき）さん

「SONIC」を受け継ぐ

「SONIC」は、地理学科の学生が、GIS（地理情報システム）ソフトウェア（米国Esri社のArcGIS online）を使い作成した、無料のwebコンテンツです。スマホでQRコードを読みとるだけの簡単操作が特徴で、地理教育に使用したり、防災マップとして閲覧することができます。卒業生の時枝稜さん（2019年3月卒業／大分市立東大分小学校教諭）が、指導教員の木村圭司教授のサポートのもと立ち上げ、学生の自主勉強会で後輩に受け継がれ、コンテンツの拡充を進めています。

何でも挑戦しよう

入学した頃、学内に貼ってあるチラシを見て、自主勉強会の存在を知りました。大学で出会った新しい事は何でも挑戦しよう、と思っていたのですぐに参加しました。地理学科には「地理総合」や「GIS」など、いくつも自主勉強会があり、先生に教わるものもあります。「SONIC」に関わる勉強会は、木村先生が教えてくれることもありますが、基本的には先輩が後輩に知識やスキルを伝授します。今回の活動では、自分が中心になり、1年生と活動し、人に教える、という経験をすることができ、得ることが多かったです。

「SONIC」ブドウの栽培北限のURL
<https://arcg.is/1bDTiy>

「SONIC」ブドウの栽培北限
（近藤さん作成）
青線：教科書や地図に載っている北限
赤線：実際の北限

出展に向けて

「G空間EXPO」の話を木村先生から伺った時、「やりたいです！」と即答しました。出展にあたり、「SONIC」の事例は従来のものから、レイヤーを増やして表示項目を多くし、機能向上を図りました。また、各メンバーが1つずつ新しいコンテンツを作成しました。それらに加え、ポスター発表とプレゼンテーションの準備を行いました。コンテンツ作成では、高校生の興味をひく色遣いなど、工夫を施しながら進めました。一番苦労したのはデータの収集です。翻訳が必要だったり、統計情報が国家機密なので非公開という国があり、代用できるデータを探したり、とても時間がかかりました。

開催までに時間がなく、間に合うのだろうか、と不安になることもありましたが、授業終了後の遅い時刻まで地理学科のコンピュータ室で作業をし、なんとかすべての準備を終えることができました。

新しいことへの挑戦

コンテストで発表する近藤さん

「G空間EXPO」では、コンテストでのプレゼンテーションと、展示ブースでの来場者への説明を行いました。

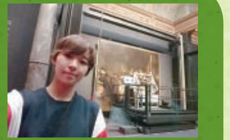
プレゼンでは田原君が学習指導要領、私が「SONIC」の説明を担当しました。田原君は初めて、私は人生で2度目の経験だったので、２人とも緊張しましたが、何とかうまく発表することができました。私は、人前に出ることが本当は苦手なのですが、挑戦する気持ちを貫こうと思い、かなり頑張り、自信がつきました。展示ブースには、4人が交代で立ちました。来場者と直接話をすることができ、大変勉強になりました。たくさんのご意見をいただき、中には厳しいものもありましたが、展示会出展のオファーも頂くことができました。

今後は、頂戴したアドバイスなどを参考に、「SONIC」をよりよいものにしていきたいと思います。また、私個人としては、自分から動くことでたくさん新しい経験ができたので、これからも様々な機会を利用して、挑戦し、経験を積み、たくさんのことを吸収したいと思います。

近藤さんは、11月15日（金）・16日（土）にも東京大学フューチャーセンターで開催された「CSIS DAYS 2019」（全国共同研究利用発表大会）で、「新しい学習指導要領下の地理教育におけるWEB GISの活用事例」をテーマに「SONIC」についてプレゼンテーションとポスター発表を行いました。

DAADの奨学金でドイツへ短期留学

文学部
文化財学科4年　中嶋　のどか さん



修復作業中の『夜警』と

ドイツ学術交流会（DAAD、ドイツ連邦政府やEU等の財政により運営されている国際交流助成機関）の夏期講座奨学金を得て、8月の4週間、アーヘン工科大学でのドイツ語研修プログラムに参加しました。奨学金の選考には、大学の成績とドイツ語の能力証明、さらに研究テーマと研修プログラム選択についての、説得力のある応募動機の書類などが求められます。書類はドイツ語で書きました。研修プログラム参加費用と渡航費用を賄えるほどの金額が給付される奨学金だけに難しいと聞いていたので、合格してとてもうれしかったです。大学卒業後にドイツに留学し、絵画修復を学びたい、という思いが伝わったのだと思います。推薦状を書いてくださった文化財学科の魚島純一教授、留学のサポートをしてくれたドイツ語の横山香准教授には、本当に感謝しています。

語学コースの仲間と

参加した語学コースは、南米や東欧など母国語が英語以外の国の人や、一橋、神戸、筑波大学の学生が受講していました。授業はドイツ語のみで行われ、ゲーム感覚のものからグループワークまで、とにかくドイツ語をしゃべりました。学生寮の2人部屋でも、トルコ人のルームメイトとドイツ語で会話し、短期間の留学でしたが、耳が慣れ、言葉がスムーズに出るようになりました。

週末はエクスカーションがあり、ベルギーとオランダの2回の日帰り旅行に参加しました。7月からアムステルダム国立美術館の門外不出の名画、レンブラント・ファン・レイン『夜警（隊長フランス・バニング・コックと副官ウィレム・ファン・ラウテンブルフの市民隊）』が修復期間に入り、その様子が一般公開されるので、絶対自分の目で見たいと、オランダ行きは留学前から心待ちにしていました。『夜警』は私が文化財学科に進学したきっかけです。ニスの変色により暗い色になり、長い間夜の風景とされていたという、中学生の頃に聞いた話がずっと心に残っていました。高校生の時、文化財学科に保存科学という分野があると知り、『夜警』の話と文化財保存が自分の中でつながり、勉強したいと思うようになったのです。現地では、ガラス越しですが、額縁が外され、分析装置にかけられている『夜警』を見ることができました。とても大切に扱われている様子がよくわかり、現物を自分の目で見る大切さを感じました。

最後の週末はオーストリアのウィーンへ。自分で調べて切符を手配したり、電車遅延で大変な目にあったり、思い出深い一人旅でした。帰りに寝台列車を利用した時、4人部屋の同室者達が、最初は母国語のドイツ語ではなく、英語で話しかけてくれました。私がドイツ語で返事をすると、「話せるの？」と驚き、喜んでくれて、その後いろいろな話をしました。この旅で、ドイツ語の上達を実感し、ドイツで生活する自信もつきました。また、相手の母国語で話すことがコミュニケーションを円滑にすると感じ、語学を勉強する意義を再認識しました。

大学生ボランティアで「少年の健全育成」を支援

社会学部
心理学科3年　井ノ本　稜 さん

振り込め詐欺の劇でナレーションを担当

奈良県警察本部の少年サポートセンターが所管する大学生ボランティア団体「少年フォローズ奈POLI」の一員として、少年の「立ち直り」や「健全育成」を支援する活動に参加しています。

8月3日（土）にかしはら万葉ホール（橿原市）で行われた「少年健全育成奈良県カンファレンス」では、「少年非行防止に関する公演」として「奈POLI」のメンバーが振り込め詐欺の劇を上演し、私はナレーションを担当しました。当日は「キッズポリス」による「いかのおすし一人前」ダンスも披露され、そのサポートも担当しました。「キッズポリス」は、子どもが連れ去りなどにあわないためのキーワード「いかのおすし一人前」（行かない・乗らない・大声を出す・すぐにげる・知らせる・一人で遊ばない・でかける前におうちの人に「だれと」「どこに行くのか」を言う）を広報啓発するために結成された、4歳から7歳の幼児・児童のチームです。

キッズポリスのサポートの様子

「奈POLI」では、少年たちと一緒にレクリエーションやものづくり、スポーツ大会や清掃活動を行う立ち直り支援活動、薬物乱用防止のチラシを配るなどの街頭啓発活動、前述のカンファレンスのような非行被害防止啓発活動といったさまざまな活動を行いました。支援活動に携わること、少年サポートセンターの警察官・警察職員の方と一緒に活動をさせていただくことは、とても貴重な経験です。また、警察官を目指す他大学の学生と知り合う事ができ、公務員試験などについて情報交換をしたり励ましあったり、よい刺激になっています。

中学生の頃からテレビのドキュメント番組を見て警察官に憧れていました。剣道部に入り、段位を取得したのも、夢に近づくためです。大学で犯罪心理や非行少年の立ち直りについて学び、またボランティア活動を行う中で、それまでは警察官になりたいという漠然とした思いでしたが、明確な目標が出来ました。生活安全課で非行少年の立ち直りや健全育成に関わる仕事に就くことです。カウンセリング実習で学んだ心理支援の基本的な知識やスキルをその仕事に活かしたいと考えています。特に、相手の話を傾聴し、相手を理解し、ニーズを把握することは、どの職業でも、どんな場面でも必要なことです。実習のロールプレイでは、ここが相手の言いたいポイントだと思っても、実は違っていたということがあり、まだまだうまく実践できませんが、たくさん経験を積み、相手を理解できるようになりたいと思います。そして少年の心に寄り添える警察官になりたいと思っています。

児童心理司として 子どもの安心・安全を守る

小澤　享平 さん

臨床心理士／公務員（心理職）
奈良市役所子ども未来部子育て相談課児童相談所設置準備室
※奈良県中央こども家庭相談センターに研修派遣中

社会学部心理学科　2012年3月卒業
大学院社会学研究科社会学専攻（修士課程）
臨床心理学コース　2017年3月修了

子どもの心理支援の経験を積む

児童相談所開設を目指す奈良市役所に、2018年4月に臨床心理士として採用されました。現在は、心理職員としての専門性を高めるため、『奈良県中央こども家庭相談センター』に児童心理司として出向し、経験を積んでいるところです。

センターでは、障害相談、非行相談、育成相談、児童虐待相談、その他の養護相談等、0～18歳未満の子どもに関するさまざまな相談に応じます。総合的に調査・診断・判定を行い、それを基に援助方針を立て、助言や指導等により、子どもやその家庭を支援・援助し、時には介入をして子どもを守っています。これらはチームで行い、例えば、虐待を受けている子どもを一時保護した時、一時保護所の保育士や児童指導員が行動診断、児童心理司が心理診断、医師が医学診断、児童福祉司や社会福祉主事といったケースワーカーが社会診断を行います。関係者の連携は非常に大切です。

児童心理司が行う心理診断では、子どもへの心理面接や心理検査、行動観察等を行います。得た情報を基に心理学的観点から、援助の内容や方針を定めるためです。子どもとの信頼関係を構築し、一人ひとりに合わせた対応が必要です。また、センターでは、通所による定期的な面接も行っています。児童心理司として、子どもの話を聴き、受け容れ、子どもにわかる形で伝えることを心がけています。子どもは、面接を重ねることで本当の気持ちを教えてくれることがあります。言語化して表現するだけではなく、遊びや行動で教えてくれることもあり、時にはプレイルームでボール投げやままごと等をして遊ぶこともあります。言葉にならない思いをキャッチすることも必要です。そして何より、子どもが不安を感じないよう、さまざまな配慮を行っています。

対話の中で気付き、学ぶ

高校で、人間のことを研究する学問があるんだ、と心理学に関心を持ちました。今改めて考えると、人間への関心と自分のことを知りたいという欲求から、心理学科を専攻したと思います。実際に学び、自分一人では気付けないこと、人と話すことによって見えてくるものがあることを実感しました。そして、自分の強さや弱さにも気付くことができました。

奈良大学は先生と学生の距離が近く、先生との対話の中で学んでいったように感じます。自分のやりたい研究についてゼミでじっくり話したことも思い出の一つです。学部生・大学院生の自主的な勉強会「地域臨床実践研究会」で、対人支援のボランティア活動を知り、不登校児と学習したり遊んだりする適応指導教室のボランティアを2年間行ったこともよい経験でした。

大学院では、学部と大学院で学んだ理論や知識を実践する場として、実際の現場を体感し、心理支援に必要な知識・技能・態度等を修得する心理臨床の実践実習があります。私は、大学附属の臨床心理クリニックでのカウンセリング実習と、学外実習施設の適応指導教室等での実習を行いました。知識は現場で体験しないと実感を伴いません。現場で実践する大切さを強く感じました。

心理職に就くには、心理学科を卒業後、大学院に進学し、資格試験を受けるのが一般的だと思います。私はすぐに進路を決めたわけではありません。学部卒業から大学院入学まで3年の月日を要しました。その間、実家のある新潟県で、夏はゴルフ場、冬はスキー場で働き、自分は心理職になりたいのか、本当にできるのかを考え続け、覚悟を決めました。この期間があったからこそ、途中で諦めることなく大学院を修了し、臨床心理士になることができたと思っています。

仕事はとても忙しく、自己研さんの毎日ですが、オフの時間を充実させ、リフレッシュすることで、モチベーションを保っています。今後も、子どもの安心・安全を第一優先にして、児童心理司として心理支援をしていきたいと思います。

仕事と育児の両立

山本　理紗 さん

共同精版印刷株式会社
東京支社勤務

文学部国文学科　2009年3月卒業

ライフイベントに合わせた働き方

早いもので、2009年3月に大学を卒業してから10年になります。この10年の間に、就職、結婚を経て、出産も2回経験しました。新卒で入社したのは、創業江戸末期の、奈良市に本社を置く印刷会社です。弊社では「仕事と家庭が両立できる働きやすい環境づくり」を推進しており、私もライフイベントに合わせて働き方をシフトさせてもらい、現在は東京支社の総務部で主に経理を担当しています。

入社して2年間、本社の新規開拓部で営業職を経験しました。お客様は、個人から企業、学校、寺社まで幅広く、毎日営業車を運転してさまざまなところへ訪問しました。印刷の営業は学ぶことが多く、大変なこともたくさんありましたが、振り返ってみると充実していたなと感じます。

結婚後、夫の転勤により関東へ引っ越すこととなりました。奈良本社から東京支社へ異動を希望し、有り難いことに、東京で勤務することができました。子どもが生まれてからは育児休暇や育児時短勤務制度を利用し、なんとか仕事と育児を両立しています。子どもはまだ小さいので、急な体調不良でお休みをもらうことも多いです。上司・同僚のご理解ご協力があってのことだと感謝しています。また、自分でも、毎日報連相（報告・連絡・相談）をしっかりする、1日2日前倒しで出来ることはやっておく、ということを心掛けています。

奈良大学での贅沢な学び

奈良大学の国文学科では、奈良で古典を学んでいるのに香具山に登らないなんてありえない、と教わり、実際に香具山に登る課外授業がありました。

「春過ぎて　夏来にけらし　白妙の　衣ほすてふ
天の香具山」

持統天皇が詠んだこの和歌はあまりにも有名ですが、それを実際に香具山を臨んで詠む、という贅沢な学びは奈良大学ならではのことです。

就職してからも、営業車での移動の際に、和歌に出てくる地名を見かけたり、小説の舞台になった場所を通るたびにテンションが上がったものです。日々奈良のあちこちを回っていると、龍田川の紅葉や平城京で見る月など、四季を通じて古代の人々も感じた奈良の美しさに触れることができました。また、時にはお得意先のお手伝いで、お寺の落慶法要や普段見ることのできない仏像の特別開帳の受付をするなど、心ときめくイベントにスタッフとして参加させていただくこともありました。奈良の地は、文学好き、歴史好き、文化財好き、には知的好奇心を満たす絶好の環境です。

大学の頃は、自分が東京で働くことも、“保育園全部落ちた”なんて経験をすることも、想像すらしていませんでした。今は毎日がめまぐるしく、趣味の時間もなかなか取れませんが、子どもが大きくなって、百人一首や枕草子を読むようになったら、奈良に連れて行きたいなと思っています。

お客様の思いを汲みとる。

京阪ホテルズ＆リゾーツ
ザ・サウザンド　キョウト

文学部地理学科　2017年3月卒業

中村　優香 さん

自ら取り組んだ経験が今の力に！

入社前年の2016年10月に、京都タワー株式会社、株式会社京都センチュリーホテル、株式会社琵琶湖ホテルが経営統合し、京阪ホテルズ＆リゾーツが誕生しました。4月からの新人研修では、3つのホテルでフロント業務やレストラン業務などのお客様と直接関わる仕事を経験し、7月に琵琶湖ホテルに正式配属されました。現在は2019年1月29日に京都駅前にグランドオープンしたホテル「ザ・サウザンド　キョウト」のイタリアンレストラン「SCALAE（スカーラエ）」でサービススタッフをしています。

大学では、人口地理学を専攻しました。酒井高正教授のゼミで、人口に関する統計データなどの情報を、GIS（地理情報システム）を用いてパソコンで地図上に表し、現状把握・分析を行う手法を学びました。そして、地域をどのように活性化させていくかという課題を検討しました。

観光について学びたいと地理学科に入学した私は、「観光による地域活性化」に非常に興味を持ちました。卒業論文は、海外研修で訪れた経験を活かし、「クロアチアの観光産業の実態」をテーマに、日本とクロアチアの違いやクロアチアの観光を日本にどう活かせるかについて研究しました。

大学時代を振り返ると、受け身で教わったことは印象が薄く、自ら興味を持って取り組み、経験したことは、鮮明に思い出され、今の自分の力になっていると感じます。国内のフィールドワークや海外研修などでいろいろな場所に行き、調査したこと。プライベートでたくさん旅行をし、さまざまな文化や歴史に触れたこと。地理学科で学んだことで、旅先では、観光を楽しむと同時に、ここに来る人はどんな人？お目当ては何？という観点を持ち、観光客を観察する癖がつきました。また、奈良大学は日本全国から学生が集まっているので、学生同士の交流の中で、いろいろな価値観や考え方を知ることができました。たくさんの人と出会い、自ら動いてさまざまな経験を積んだことで、視野を広げることができたと思います。

何をすべきか考え、行動する

将来の進路として観光業界を考えていたので、大学2年の時に、キャリアセンターが主催している資格講座を受講し、国内旅行業務取扱管理者を取得しました。「ホテル業界で働く」と気持ちを固めた3年の時、実現するためには何をすべきか考えました。そして、訪日外国人が増加していることから、「自分がどこまで出来るのか知りたい」という気持ちもあり、外国人観光客への接客を実際に体験しようと決めました。早速、観光に関わる学生ボランティアについてインターネットで調べ、京都の観光案内所のボランティアに参加しました。

観光案内所では、タブレットや地図などを使って、観光スポットを簡単に紹介したり、行き方を説明したりしました。訪れる人は、当時7割程度が訪日外国人。英語は得意とは言えませんでしたが、とにかく目的の場所に行って楽しんでもらえるよう努めました。2年間続けたボランティア活動の経験は、深く現在の仕事につながっています。大好きな奈良を離れ、京都で就職することを決めたのも、この経験があったからです。

ホテルのサービススタッフとして、日々の目標は、「お客様の思いを汲みとる」ことです。さまざまな国や地域から来られるお客様は、文化や慣習も多様で、好みや要望も異なります。まだまだ経験が浅く、学ぶことがたくさんありますが、お客様の思いを汲みとり、お客様に「くつろげる場所」と感じていただけるサービスを心がけています。そしてお客様にご満足いただき、「ただいま」と再訪してもらいたいと思っています。

2005年４月に開設した通信教育部では、現在、18才から86才の1239人(男性664人、女性575人)が在籍しています。平均年齢59才、年齢構成は60代の方が約４割と最多で、50代と70代の方がそれぞれ約２割と続きます。卒業生数は、昨年９月末で累計1544人(男性891人、女性653人)、そのうち1235人が3年次編入学の卒業生で、最短の２年で卒業された方は287人(23％)です。

渡邊亜貴さんは、2017年10月に３年次編入学し、昨年９月末に、最短の2年で卒業されました。フルタイムのお仕事と両立されてのご卒業は、相当な努力を継続的に行わないと到達できるものではありません。そんな渡邊さんに、在学中、一番苦労されたという卒業論文「仏師玄慶について」の執筆について聞きました。さらに、渡邊さんの卒業論文の指導教員であった関根俊一副学長（文学部教授［日本美術史］）にもお話を伺いました。

通信教育部事務室

卒業論文執筆中に次々浮かんだ研究テーマを追究したい。大学院進学が目標に！

卒業生　渡邊亜貴さん
（神奈川県在住）

社会人生活が長くなる中、予期せぬ体調不良をきっかけに健康で体力と気力があるうちにやりたいことを実現しようと思い立ち、以前から興味を持っていた文化財が学べる奈良大学通信教育部へ３年次編入学しました。

編入時から卒業論文のテーマは、興味ある仏像に関することと思っていました。スクーリング科目「文化財学演習Ⅰ・Ⅱ」の２科目を受講し、最終的に江戸時代前期、東国で活動していた京都出身の仏師玄慶を取り上げることにしました。

この仏師の作例は、東日本の6都県に計24件残されていることが分かり、実際に拝観することを最優先にしました。像の多くが一般公開されていないため、拝観にあたり、まずは各市町村の教育委員会への連絡から始めました。

平日はフルタイムで勤務しているので、時間の制約なく連絡できるメールを有効活用しました。それでも平日に活動できるのは、昼休みや終業後の時間となってしまうため、拝観日確定までに時間を要し、限られた時間の中で卒業論文に取り組まなければならない大変さを痛感する日々でした。

また、この仏師について御存知の方々にも連絡を取り、お話を伺う機会ももちました。中でも、ある先生には、地域で守っている作例の像の拝観に御同行頂けることが叶いました。教育委員会や管理者の方々の御立合と御了解の上で、像の現状確認調査のお手伝いができましたことは、貴重な体験となりました。

卒業論文計画書の合格から草稿提出期限までの約４ヶ月間、出かける際は常に卒論関係の資料を携帯し、平日は調査後の作業に熱中しすぎて徹夜をしてしまうこともしばしば、まさに卒論漬けの日々でした。

最終的に、この仏師についての調査結果や他仏師との比較などから結論を出してまとめた卒論となりましたが、合格を頂いた際は、精一杯やりきったという達成感、調査にご協力いただいた多くの方々への感謝の気持ち、無事終えられたという喜びがこみ上げてきました。

編入学してから２年間で大学を卒業することが出来ましたが、卒論作成時に次々と研究したいテーマが出てきたこともあり、将来的には、大学院へ進学して研究を進めたいと思っています。大学院進学には基礎的な知識と学力が不足していることを実感しているため、高い目標ではありますが、実現にむけてすでに新たな勉強を始めているところです。

昨年の９月卒業式の様子

市川良哉理事長、土平博通信教育部長を交えた卒業生懇談会の様子

＜卒業論文指導教員の関根副学長から＞

美術史というのは、文字を読んで理解することももちろんですが、実物作品から本質を見抜く、“眼の力”が必要です。

渡邊さんは、そのセンスを充分に持ち合わせていて、とても将来性のある資質をお持ちです。そして何よりもコツコツと楽しく研究されているところが美術史に向いています。お話していても楽しい方で、早く私たちの仏像調査の一員になって欲しいですね。

関根俊一 副学長

英国海外研修

8月に行われた7泊9日の海外研修。17人の学生が参加し、イングランド東部のノリッジにあるイースト・アングリア大学(UEA)の学生寮で共同生活をしながら、学びを深めました。

UEAでの授業の様子

UEAでは、同大学の教員による英国の文化や歴史についての授業を受講しました。また、研修最終日には、参加学生全員が、英国と日本の比較について英語でプレゼンテーションを行い、現地の教員やスタッフからも非常に好評でした。

ノリッジとケンブリッジではフィールドワークを行いました。

中世からの古い街並みを残すノリッジでは、荘厳な大聖堂、城郭、ノリッジで最も古いパブなどを訪れました。

大学都市として知られるケンブリッジでは、ボートに乗ってケム川を下りながら街並みを観察したり、英国でも屈指の工芸品・骨董品のコレクションを擁するフィッツウィリアム博物館を見学しました。

ノリッジでの現地調査の様子

ノリッジ大聖堂

ケンブリッジ・ケム川にて

参加した学生の声

- 英国の学生と交流を図ることができた。また、参加学生同士、学年・学部学科を超えて知り合うことができ、学生寮で一緒に生活し、同じ時間を過ごす中で、より深い絆がうまれた。
- 英国の大学での寮生活や大学のスポーツジム、学生食堂などでのキャンパスライフを体験できてよかった。
- 英語で交渉する経験をし、自信と度胸がついた。
- 現地の学生や教員、スタッフたちと積極的に交流し、英語で話すことを心掛けた。
- 英語で授業を受けたことがとてもよい経験だった。聞き取れなかったり、内容を理解できないことがあったので、もっと英語が上達したいと思った。
- イギリス人は日本人と比べてゆとりのある生き方をしていると感じた。
- ノリッジの町は、京都や奈良の碁盤の目ではなく、教会を中心に円形に広がっている。古く高い塔が今も残っていて、日本だったら台風や地震の影響で倒れて残っていないと思う。
- ストリートライブが多かった。いいものには投げ銭をする英国の文化を感じた。
- 事前研修での「現地で実際に見たことや得たものを日本でいかに活かすかが重要であり、行った後が大事」という先生の言葉を心に留めて研修に臨んだ。

目的
○英国の歴史・伝統・文化・現代社会などについて正しい認識を持つ
○日本との比較を通して異文化理解を深める
○英語で日本文化を正しく伝える
○国際的視野を身につける

課題
自らの関心や専門領域に関連したテーマを設定し、日本と英国を比較する

担当教員
山根キャサリン教授(文学部文化財学科)
尾上正人教授(社会学部総合社会学科)
藤本悠講師(文学部地理学科)

参加者
(学生)国文学科2人、史学科5人、地理学科1人、文化財学科9人(計17人)
(引率教員)山根教授、藤本講師

イースト・アングリア大学(UEA)

行程

8月17日(土)	関西国際空港発 ✈ ロンドン着 🚌 ノリッジ着
8月18日(日)	UEAにて研修
8月19日(月)	UEAにて研修
8月20日(火)	UEAにて研修
8月21日(水)	ノリッジ研修
8月22日(木)	ケンブリッジ研修
8月23日(金)	UEAにて成果発表
8月24日(土)	🚌 空港へ。 ロンドン発 ✈ 関西国際空港へ。
8月25日(日)	帰国

研修の流れ

事前研修・事前調査

説明会、語学研修に加え、各分野の専門家である本学教員を講師として、英国の歴史、地誌、政治、音楽などについて学びました。

- 文学、音楽を中心とした文化:石﨑一樹教授
- 城、UEA、ノリッジ、ケンブリッジについて:千田嘉博教授
- 英会話、英国での生活など:山根教授
- 政治全般:尾上教授
- 歴史:山口育人准教授
- 地誌:藤本講師

また、参加者それぞれが、自分のテーマについて事前調査を行いました。

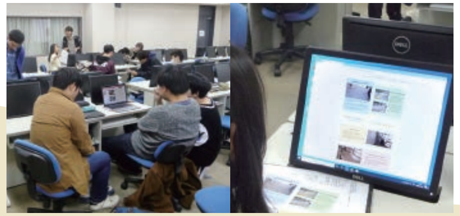
海外研修(現地調査/成果発表)

写真コンテスト
現地で参加者各自が撮影した写真の中から、ベストショットを決める写真コンテストを行い、文化財学科2年の塩谷奏絵さんの作品が選ばれました。

塩谷さんの作品

事後研修

研修の集大成として、各自のテーマについて事前調査、現地調査、UEAでの成果発表の内容を基に、ポスターを作成し、1月の授業で発表します。



ポスター作成の様子

海外研修は、全学年、全学科を対象とした選択科目で、今年度は本研修のほか、地理学的事象の観察を中心とする地理学科主催のスペイン・フランス研修の実施を予定しています。

第13回全国高校生歴史フォーラム

11月23日(土・祝)に優秀賞受賞者を奈良大学に招待し、研究発表会・表彰式を開催しました。54校143編の研究レポートから、優秀賞に選ばれた5編の研究成果が発表され、学長賞、知事賞、奈良大学創立50周年記念特別賞が決定しました。翌24日(日)には優秀賞受賞者による奈良見学会を行い、東大寺での特別登壇や南都のまち歩きなどを体験いただきました。

審査結果（敬称略）

学長賞
福岡県立修猷館高等学校 谷口生貴斗
『小地名「ホノケ」の研究～福岡県糸島市王丸集落～』

知事賞
鹿児島県立種子島中央高等学校 鎌田廉正
『明治期の種子島における異文化交流～ドラメルタン号漂着事件を中心に～』

奈良大学創立50周年記念特別賞
長崎県立壱岐高等学校 東アジア歴史・中国語コース歴史学専攻2年生
大多和泰熙・亀井琢磨・清川智希・筑後裕哉・平田太輝・松尾泰地・村上直哉・本田あかり
『未解明の古墳時代の集落に迫る～壱岐・車出遺跡とその遺物から見た巨石古墳との関係～』

優秀賞

神奈川県・関東学院高等学校 歴史研究部 土野英一郎
キリシタン信仰と地域コミュニティー～長崎県外海・平戸地区を中心に～

静岡県立三島北高等学校 郷土研究部 萩本大翔
三島停車場誕生までの歴史～鉄道誘致運動の全貌を探る～

福岡県立修猷館高等学校 谷口生貴斗
小地名「ホノケ」の研究～福岡県糸島市王丸集落～

長崎県立壱岐高等学校
東アジア歴史・中国語コース歴史学専攻2年生
大多和泰熙・亀井琢磨・清川智希・筑後裕哉
平田太輝・松尾泰地・村上直哉・本田あかり
未解明の古墳時代の集落に迫る
～壱岐・車出遺跡とその遺物から見た巨石古墳との関係～

鹿児島県立種子島中央高等学校 鎌田廉正
明治期の種子島における異文化交流～ドラメルタン号漂着事件を中心に～

ホームページに発表集や講評を掲載しています。
URL http://www.nara-u.ac.jp/forum/
歴史フォーラムHP

佳　作

栃木県立学悠館高等学校 歴史研究部
櫻井聖人・関口　薫
享保期幕府代官　池田喜八郎による忘れられた水利改良

千葉県・市原中央高等学校 歴史研究部
松尾優沙 (研究代表者)・土橋吏奈・佐藤恒希・熊谷優太
髙山遼太郎・木全雄一郎・水野萌衣・中村勇斗・八巻美月
「和戦一如」の地、東金城～本土決戦の要と「文化の礎」～

神奈川県・武相高等学校 平形康貴
文化を運んだ軍用鉄道～横須賀線が運んだのは“もの”だけではなかった～

神奈川県・立花学園高等学校 池上要太
相模鉄道と神中鉄道の大山ケーブルカー敷設計画～大山をめぐる様々な思惑と2人の社長～

岐阜県立関高等学校 地域研究部
江崎晃定・梅田拓海・片桐昴大・辻　龍成
岡本優奈・土田真菜・石原伶緒・吉川奎騎
撫順東方における歴史観光構想とその挫折～まぼろしに終わった歴史ツーリズムを読み解く～

京都府立鴨沂高等学校 西野　桜
近世箏曲とキリシタン音楽 八橋検校の《六段》とラテン語聖歌《クレド》の関わり

大分県・大分東明高等学校 郷土史研究部
佐田昴駿・岡田莉子・岩男　優
高島海洋少年共和園～無人島に強制収容された戦争孤児たち～

※高等学校等コード順に掲載

入試日程

各日程の詳細については必ず募集要項の該当ページをご確認ください。

一般入試

一般入試C日程は、1科目受験(100点満点)に「入学希望理由書」(10点満点)を加えた110点満点。
センター試験利用入試と併願可能。

C日程
【試験日】3月3日(火)
【Web出願期間】2月12日(水)10:00～2月25日(火)23:50
【提出書類の送付】2月12日(水)～2月25日(火)締切日の消印は有効
【窓口受付】※2月26日(水)のみ本学での窓口受付を行います。9:00～16:00
【合格発表】3月7日(土)　【試験場】本学のみ

センター試験利用入試

センター試験利用入試は、センター試験の得点のみで判定します。判定科目数はB日程・C日程ともに2科目です。

B日程
【Web出願期間】2月12日(水)10:00～2月27日(木)23:50
【提出書類の送付】2月12日(水)～2月27日(木)締切日の消印は有効
【合格発表】3月7日(土)

C日程
【Web出願期間】2月28日(金)10:00～3月13日(金)23:50
【提出書類の送付】2月28日(金)～3月13日(金)締切日の消印は有効
【合格発表】3月20日(金・祝)

第二・第三志望制度

一般入試では、第一志望学科の他に、第二志望学科・第三志望学科まで申請することができます。

OPEN CAMPUS
オープンキャンパス

次回は3月20日(金・祝)に開催予定です。

詳細については、大学HPのオープンキャンパストピックスやオープンキャンパスサイト、Twitter&LINEでお知らせします。

LINE　Twitter

体験講義

ウエルカムコンサート
(ウインドオーケストラクラブ)

Topics

10月 October

11日 奈良国立博物館と学術連携・協力協定締結

奈良での文化財研究における拠点としての歩みを続ける本学と奈良国立博物館が協定を締結。学術交流を目的として、①博物館教育の推進、②研究者の相互交流(考古学・美術史学・保存科学分野)、③研究機器の相互利用において、連携してまいります。

また本学では学生の教育にあたり、博物館から専門知識を教授いただき、企画展における特別授業のほか、特に専門職を目指す学生が多いことから、最先端の調査法や博物館業務について学ぶ機会を創出していきます。

11月 November

1日 一日文化財保安官に！

文学部文化財学科　柿本真琴さん(4年生)と南雲茜さん(2年生)が、奈良県警察本部より「一日文化財保安官」の委嘱を受け、文化財防犯啓発活動を行いました。

委嘱式の後、全国の都道府県で唯1人の「文化財保安官」と一緒に聖徳宗総本山法隆寺を訪れた2人は、古谷正覚執事長の案内で、防犯設備を確認。前日に沖縄の首里城の焼失という痛ましい出来事が起きており、防火対策についても熱心に聞き取りを行いました。

19日 本学卒業生を講師に迎え国文学科特別講義

本学文学部国文学科卒業生で長年日本語教育に携わっている谷山徹氏を講師に迎え、特別講義「日本語教育の世界」が行われました。近年、需要が増えている日本語教師の仕事や日本語教育について説明いただき、現場の声を聞くことができる貴重な機会となりました。

24日 埋蔵文化財講演会「平城京の市と商売」

奈良市との包括連携協定のもと、10月27日～12月21日に博物館特別展「平城京の市と商売」を開催。これに関連した埋蔵文化財講演会(奈良市教育委員会主催、本学共催)が本学で開かれました。

史学科寺崎保広教授、奈良市埋蔵文化財調査センター所長 三好美穂氏、元公益財団法人京都市埋蔵文化財研究所 小森俊寛氏、奈良女子大学 舘野和己名誉教授の講演の後、博物館長で文化財学科教授の坂井秀弥先生を司会として「土器は商品となり得るか」をテーマに討論が行われ、約200人が熱心に聴講しました。

12月 December

4日 「學メシ・プロジェクト」開催

2016年度に始まった、学生の“食”を支えて“學”の向上をサポートする「學メシ・プロジェクト」を今年度も展開、喫茶ならやまで3回にわたり料理教室「体験しよう！簡単・學メシ」を開催しました。

3回目のこの日は、エスビー食品株式会社様、海上自衛隊様のご協力により、S&Bディナーカレーフレークを使ったレシピをご提供いただきました。学生・教職員含め27人が参加し、エスビー食品の方が見守る中、学生食堂の調理員らの指導により、「艦めしカレー(海自カレー)」の再現に挑戦しました。

■Information

図書館からのご案内

図書館HP

開催中の企画展

文学部国文学科による企画展示
『移動する女性の文学』
開催中〔3月23日(月)まで〕

高校生のための自習開放

下記の日程で高校生対象の自習開放を行います。

歴史や文学、文化財等を中心に55万冊以上を所蔵する本学図書館で勉強や読書のひとときを過ごしてもらえます。

期間：1月28日(火)～3月27日(金)　※閉館日を除く
時間：9:00～16:00(平日)、9:00～17:00(特別開館日)
※詳細は奈良大学図書館HPでご確認ください。
(http://library.nara-u.ac.jp/)

博物館企画展のご案内

博物館HP

『富山市・長松山本法寺蔵「法華経曼荼羅図」の世界』［仮称］
企画：文学部文化財学科
　原口志津子教授(美術史学)
期間：2月28日(金)～5月16日(土)［予定］

富山市八尾町・長松山本法(ほんぽう)寺蔵「法華経曼荼羅図」(重要文化財)の高精細画像を原寸大複製で展示します。

本作は鎌倉時代末期の制作で、『法華経』二十八品の内容が描かれるほか、当時使われていたと思われる湯屋、石造物、製油具などの器物、芸能や農作業の様子などが具体的に色彩豊かに描かれています。

※詳細は奈良大学博物館HPでご確認ください。
(http://www.nara-u.ac.jp/museum/)

附属高等学校

第10回奈良マラソンボランティアに参加

12月8日(日)に第10回奈良マラソンが行われ「硬式野球部」、「ソフトテニス部」、「陸上競技部」、「バレーボール部」、「生徒会」の合わせて約120人が大会ボランティアとして参加しました。

ボランティアにエントリーした生徒たちは、まず11月13日(水)にボランティアセンターの説明会に参加。それぞれの担当区域に分かれて、活動内容について説明を受けました。

大会当日は、本部のある奈良電力鴻ノ池パークでの手荷物整理や会場整理、県庁や高畑付近での沿道整理や観光客誘導、関門バスなどを担当。最初は緊張していましたが、他のボランティアの方々の指導もあり、大きな声を掛け合いながら笑顔で取り組むことができました。この日のために全国から奈良へと集まった17500人のランナーたち、その一生懸命な姿に触れ、感動とやりがいを感じた充実した一日になったようです。

附属幼稚園

年中組・年少組の遠足

11月1日(金)に年中組4歳児、年少組３歳児が信貴山のどか村に遠足に行きました。「大きいお芋を掘るんだ」と1週間も前から楽しみにしていた子ども達です。

のどか村に着くと、でこぼこ道を一生懸命歩いてお芋のある畑に向かいました。畑では、最初に、お芋のつるがどんな風になっているのかを皆で観察しました。「くねくねしている」「葉っぱがついてる」と興味深々でした。

自分の掘る位置につくと、まずはお芋の周りの土を掘っていきます。土が固く、掘るのが難しいようでしたが、お芋が少しずつ見えてくると、「見えた」「お芋だ」と大喜びでした。お芋の茎を持ち、揺らしながらお芋を引っ張っていきます。お芋が掘れると、「やったー！」「でっかーい」「見て見て」と大喜びでした。遠足後には、各家庭でスイートポテトや大学芋を作って食べたそうです。

植物や虫など、自然に触れながらの今回の遠足では、とても伸び伸びと楽しい時間を過ごすことができました。またお芋を掘ったり、掘ったお芋を使って家庭で料理を作ったり、たくさんの経験を積むことが出来たと思います。