

一 次の文章を読んで、あとの問いに答えなさい。（本文の表記の一部を変えています。）

①今の時代、だれにも邪魔じやまされない一人の時間をもつのは、非常に難しくなっている。電車に一人で乗っていても、家に一人でも、SNSでメッセージが飛び込んでくる。そうすると気になり読まないわけにいかない。読めば反応せざるを得ない。そうすると、他の人がどんな反応をするかが気になる。自分の反応に対してどんな反応があるかが気になって落ちつかない。

スマートフォンで他の人たちの②ドウコウをチェックする合間に、③手持ちぶさただからいろいろネット検索けんさくをしたり、YouTubeを楽しんだりして時間をつぶす。そうしている間は、まったくの思考④デイシ状態となり、自分の世界に没頭ぼつとうすることなどできない。

人からのメッセージに反応する。飛び込んでくる情報に反応する。そのように外的刺激しげきに反応するだけで時が過ぎていく。

そんな受身の過こし方をしていたら、当然のことながら自分を見失ってしまう。そんな状態から脱だつするには、思い切って接続を⑤ギョクリョク切断する必要がある。

外的刺激に反応するだけでなく、自らあれこれ思いをめぐらしたり、考えを深めたりして、自分の中に注1沈潜ちんせんする時をもつようにする。外的刺激に注2翻弄ほんろうされるのをやめて、自分の心の中に刺激を見つけるのである。【A】

もちろん、そのために外的刺激を利用するのも有効だ。

⑥、読書の時間をもち、本に書かれた言葉や視点に刺激を受け、そ

れによって心の中が活性化され、心の中をさまざまな言葉が飛び交う。そうした自らの内側から飛び出してきた言葉に刺激され、さらなる言葉がわき出てくる。【B】

外的刺激に反応するスタイルになじみ過ぎてしまうと、スマートフォンやパソコンを媒介ばいかいとした接続を遮断しやたんされると、何もすることがなくなった感じになり、退屈たいくつでたまらなくなる。⑦、すぐにまたネットを介かいしたつながりを求めてしまう。【C】

だが、外的刺激に反応するだけの受け身の生活から脱して、自分の世界に沈潜するには、あえて退屈な時間をもつことも必要なのではないか。【D】

近頃は退屈しないように、あらゆる刺激が充満する環境が与えられているが、あえて刺激を絶ち、退屈でしかたがないといった状況を自ら生み出すのもよいだろう。【E】

そんな状況にどっぷり浸かることで、自分自身の内側から何かがこみ上げてくるようになる。心の声が聞こえてくるようになる。それが、受け身で反射的な生活から、⑧主体的で創造的な生活へと転換するきっかけを与えてくれるはずだ。

そこで問題なのは、「一人はかつこ悪い」という感受性である。

これまでにみてきたように、一人でいられないことの注③弊害を考えると、「ひとりはかつこ悪い」といった感受性を克服する必要がある。

かつてのように、若者たちが孤高を気取る雰囲気を取り戻すのは難しいかもしれないが、⑨学校などで群れる時間をもちながらも、一人の時間をもつようにしたい。

一人でいられないのは、自分に自信がないからだ。絶えず群れている人間は弱々しく見えるし、頼りなく見える。無駄に群れて時間を浪費しているということは、本人自身、心のどこかで感じているのではないか。

一人で行動できるというのは、かつこ悪いのではなく、むしろかつこいいことなのだ。一人で行動できる人は頼もしい。一人の時間をもつことで思考が深まり、人間に深みが出る。そこをしっかりと踏まえて意識改革をはかることが必要だ。

幼児のアタッチメントの発達、つまり親子の愛着の絆の形成をみる際にも、安心して一人で活動できるかどうかが重視される。たとえば、主な養育者である⑩母親との愛着の絆がちゃんとできていれば、見知らぬ人がいる実験室に連れて行かれても、母親が実験者と話している間に、部屋に置いてあるおもちゃで一人で遊んだり、部屋の中をうろろして気になるものをいじって回るなどして過ごすことができる。

愛着の絆があれば、母親が近くにいただけで、安心して一人遊びに没頭したり探索行動を取ったりできるのである。ところが、母親との愛着の絆がしっかりできていないと、同じ部屋に母親がいても、慣れない場所で、しかも見知らぬ人がいる

と、気持ちが悪く落ち着かず不安になり、母親にしがみつくような感じになり、探索行動を取ったり、一人で遊びに没頭したりすることができない。

このような心理学の実験結果に基づいて考えても、心の中に何らかの絆ができていれば一人でいても大丈夫なわけで、一人でいられるのは成熟の証^{あかし}ということになる。もちろん、絆となるような信頼関係^{しんらいけんけい}を築^{もと}めていることが⑩ゼンティとなる。

精神科医ウイニコットも、だれかのそばで一人になれる能力というものを重視している。見守ってくれる人がいるから、安心して一人で楽しむことができるというわけだ。

そのうちに、⑫愛着の対象が心の中に住むようになると、その人物が実際にそばにいないとしても、安心して一人で楽しむことができるようになる。気持ちが通じている相手がいるという思いがあるからこそ、何の不安もなく一人でいることができるのである。

そうした心の中に住む愛着の対象が、児童期までは親であった。だが、青年期になり、親からの自立への道を歩むという課題に直面した際、親だけが心の支えというのでは前に進めない。親との心理的距離^{きより}を取るためには、別の絆、同世代の仲間との絆が必要となる。

その意味でも、深くつきあえる親密な相手をもつことが大切である。気をつかうばかりでホンネを出せないときあいがいくらあっても助けにはならない。何でも遠慮^{えんりょ}なく言い合うことができる、気を許せる相手をもつことによって、孤独^{こどく}を恐れずに一人の間を有意義に過ごせるようになる。

そのような親密な関係を築くには、自己開示する勇氣、ホンネをさらけ出す勇氣が求められる。ウケねらいの雑談でいくら盛り上がりながらも、親密な関係にはならない。自己開示には不安がつきものだ。わかってももらえないんじゃないか、そんなことを考えているのかとバカにされたら傷つく、引かれちゃったらどうしよう、などと。

だが、思い切って自己開示すると、たいていは⑬コウイ的^{こうい}反応が返ってくるものだ。向こうも自己開示してくれ、関係が深まっていくきっかけになることが多い。万一、否定的な反応が返ってきたら、この先ほんとうに親密な関係に進むことを期待できる相手ではないということがわかってよかったとも言える。

一人でいる時間が成長につながるし、大事だとわかって、心の絆が得られるような相手がいないと、安心して一人の時間を楽しむということができない。ゆえに、多少のリスクは覚悟のうえで、思い切って自己開示してみることも必要となる。

親密な絆を築いていく際には、「わかってほしい」という気持ちばかりを意識するのではなく、「わかってあげたい」という思いを相手に向けることも大切だ。

親との絆と違って、対等な関係の中での絆は、受け身で期待しているだけでは築くことができない。能動的な心の構えが必要だ。相手に期待するだけでなく、相手の気持ちを受け止めることができるようにする。相互性が作用することが欠かせない。

お互いが自己愛の中に閉じこもっている絆などできない。お互いに自分を超え出たところで気持ちが触れ合う。そんな感じのやりとりを通して^④親密な絆ができていく。それが自立への歩みを押し進めてくれるはずだ。

(『「さみしさ」の力 孤独と自立の心理学』榎本博明^{えのもとひろあき})

注1 沈潜する時……深くしずみこむような時間。

注2 翻弄される……もてあそばされる。

注3 弊害……他のものに与える悪い影響^{えいきよう}。

問一 ――部①「今の時代、だれにも邪魔^{じゃま}されない一人の時間をもつのは、非常に難しくなっている」とありますが、その具体例を説明したものとして適切でないものを、次のア～オのうちから一つ選び、記号で答えなさい。

ア 一人で塾にいても、スマートフォンを通してだれかから連絡が入る可能性がある。

イ カフェにて一人で過ごしていても、取引先からパソコンへメールが届く可能性がある。

ウ 家に一人でいてYouTubeを見ていても、携帯電話へ電話がかかって来る可能性がある。

エ 学校で休み時間を一人で過ごしていても、友だちに話しかけられる可能性がある。

オ 一人で電車を待っているときでも、SNS上でメッセージが来る可能性がある。

問二 — 部②・④・⑤・⑪・⑬のカタカナを漢字に直しなさい。

問三 — 部③「手持ちぶさた」と同じ意味の言葉を、文中から漢字二字でぬき出しなさい。

問四 次の文は、本文中のどこに入りますか。最も適当な場所を【A】～【E】から選び、記号で答えなさい。

私たちの思考は言葉によって担^{にな}われているため、それは思考の活性化を意味する。

問五 部⑥・⑦に当てはまる言葉を次のア～カのうちからそれぞれ一つ選び、記号で答えなさい。

ア そこで イ また ウ さもなければ エ しかし オ つまり カ たとえば

問六 — 部⑧「主体的で創造的な生活へと転換するきっかけを与えてくれるはずだ」とありますが、筆者はどうすることで「主体的で創造的な生活へと転換するきっかけ」が得られると述べていますか。文中の言葉を使って三十字以内で書きなさい。

(句読点は字数に入れます。)

問七 — 部⑨「学校などで群れる時間をもちながらも、一人の時間をもつようにしたい」とありますが、筆者はなぜそのようにするのが良いと考えているのですか。その理由を説明した次の文の 部A・Bに入る最も適当な言葉をそれぞれ指定した字数で文中からぬき出しなさい。(句読点は字数に入れます。)

一人の時間を持つことで A (二字) を深め、自分に B (二字) を持つことができるから。

問八 — 部⑩「母親との愛着の絆」について、文中で筆者が述べている内容に当てはまるものを、次のア～オのうちから一つ選び、記号で答えなさい。

ア 母親との愛着の絆がない幼児は、母親が近くにいるも見知らぬ場所で探索行動を取る。

イ 母親との愛着の絆がある幼児は、母親が近くにいると常に母親のそばにすることを望む。

ウ 母親との愛着の絆がある幼児は、母親が近くにいるだけで見知らぬ場所でも不安を感じない。

エ 母親との愛着の絆がない幼児は、母親が近くにいるも見知らぬ場所でも一人遊びに没頭する。

オ 母親との愛着の絆がある幼児は、母親が近くにいるだけで見知らぬ人とすぐに打ち解ける。

問九 — 部⑫「愛着の対象が心の中に住むようになる」とありますが、これはどのような状態を意味していますか。三十字以上四十字以内で説明しなさい。（句読点は字数に入れません。）

問十 — 部⑭「親密な絆」とありますが、

- (1) 筆者は、親密な関係を築くためにはどのようなことが大切だと述べていますか。文中の言葉を使って二つ書きなさい。
- (2) あなたが学校で親密な関係を築くためにできることは、どのようなことだと思いますか。具体的に書きなさい。

二 次の文章を読んで、あとの問いに答えなさい。(本文の表記を一部変えています。)

〈水縞尚・りえ夫婦は、北海道で宿泊設備を備えたカフェ・マーニを営んでいる。香織は、恋人の岡田に沖縄旅行へ一緒に行く約束を破られ、一人でカフェ・マーニを訪れ、水縞夫婦と常連客のトキオに誕生日を祝ってもらう。〉

ラザニアがなくなった頃(ほとん)どトキオが食べたのだが、水縞くんが大きなコーンのパンをとった。そして、それを二つに分けて、ひとつを、りえさんに渡した。りえさんは、静かに受け取って小さくありがとう、と言った。二人は、それぞれパンを食べ始め、言葉にならない「おいしいね」を目で交わしあっているように見えた。

① コウイウコトナノダ。

私が、ほしかったのは。

羽田空港で、いくら待っても全然来なかったあいつ。携帯に連絡しても留守電だったあいつ。でもほんととは最初からわかっていて。相手になんかされてない。何も分かち合ってなんかない。

これ、おいしいよ、食べてみる？ ってひとつのものをシェアしあったり、おいしいねって言いあったり、この店まずいね、って一緒に文句を言ったり、そんなことさえ一度もなかった。② ショクバでもそうだ。なんとなくみんなに合わせているけど、相手にされない自分が嫌いでしょうがなかった。

③ でもわかった。それは全部、自分が何をほしいか、何が好きか、わかっていなかったからなのだ。そんなことにいまさら気がついたなんて思っていると、心が締め付けられた。

涙がこぼれる前に言いたかった。この二人がいてくれて、マーニがあって、ほんとによかった。沖縄の真逆というだけで北海道に来て、たまたま月浦に来て、いままで全然知らなかったこの人たちが、いま、自分の誕生日を、自分が生きていることを、生まれて来たことを共に祝ってくれている。

「④ほんとに、ありがとうございます」

りえさんは私を優しく見つめて、

「クグロフ、食べましょうか」

と、クグロフをナイフで半分に切った。そしてその半分をお皿に載せてトキオに渡した。

トキオは、大事なものを託されたように、両手をジーンズで拭いてから受け取った。そして、それを手でふたつに分けて、ひとつを私に差し出した。なんだかとても照れくさかったけど、私は、ありがと、と言って受け取った。初めて食べたクグロフは、ふわと柔らかくて、確かにほんのりと甘い特別なパンの味だった。

夏の夜の青草はひんやりと冷たくて気持ちがいい。私は裸足で草の上を歩くのが好きになった。カフェの裏には、なだらかな丘がずっと続いていて、私はそこを上がりながら頂上を目指した。

マーニの屋根が夜露に濡れているのが見える。頂上に立った一本の木の下で風に吹かれているとトキオが丘を上がって来た。私は、荒い息を吐きながら上がってくるトキオに叫んだ。

「かっこわるい奴って思ったでしょ、私のこと」

トキオは聞こえないフリをして黙々と上がってきた。そして「……そうすね」と言った。

「でも」

いつも緩んだトキオの顔の筋肉にぎゅっと力が入っているのが見える。その真剣な横顔が、私を追い越して立ち止まった。

「かっこわるい自分を知ってる人が、大人だと俺は思います」

⑤フイの言葉に、ハッとした。⑥この人は自分の言葉を持っている。トキオは、人生のどこかの段階でとことん自分のダメさを考えた人間なのだと私は思った。トキオはその場に腰を下ろしてあぐらを組む。

⑦だから、香織さん見たときすっごい笑えたんです」

「笑えた？」

「一生懸命、幸せになろうとしてるんだなって」

私は恥ずかしさでトキオを見ていられなかった。

「もがいたことのある人間じゃないと、幸せはないと思うんです。もがいてもがいて恥かいて。いいじゃないですか、香織さん」
久しぶりに肯定されて言うようもなく嬉しいと感じている自分が、意外に思えた。岡田とつきあううちにいつの間にか、否定されることこそが向上だと思い込んでいた。

「俺、毎日毎日電車のポイント切り替えてんです。ポイント、わかります？ 方向転換するためにレール切り替えるやつ。電車は簡単に切り替わるのに、俺の人生は簡単に切り替わらないんだなって。線路が、ずっと続いているように見えても、自分は北海道から出られないんすよ」

トキオが仕事をしている姿を想像してみる。

陽炎の奥に、どこまでも続く線路が見えて、トキオはいつもくたくたになった汗臭い制服を着て、線路脇に立っている。手動でこをひくと、レールのポイントが大きな音をたてて切り替わる。遮断機の音が響き渡り、やってきた電車はすんなり方向転換して、勢いよく走り去っていく。何度も何度もそうやって、トキオはいくつもの電車を見送ってきたんだろう。気楽に仕事をこなし、休日大自然の中でバイクを走らせ、カフェ・マーニで美味しいものを食べて、ただ彼女のことやバイクのことだけ考えて、鈍感に人生を楽しんでいるのではなかったのだ。

「なんか、俺、もがけないんす」

⑧ その言葉を聞いて、私は、大声で笑った。

トキオはいきなり笑われて、きょとんとした目で私を見ている。私は、立ち上がってさらに笑った。
全くわかっていない。誰も彼も自分のことは見えていないのだ。

そう思うと、トキオが愛おしく思えて来た。この人の名前はフルネームでなんていうんだっけ？ ラザニアが好物だっけ？ バイ

クの色はグレイだっけ？　そして、なんで今日はこんなに三日月がキレイなんだっけ？　このとき、目に見える^⑨コウケイが異様なまでに鮮やかで、細部にわたってくつきりと見えるのを感じた。笑いすぎて、息が苦しくなった私は大きく^⑩シンコキュウして、むくれて行くこうとするトキオの背中に向かってこう言った。

「あのさ、それってさ……思いっきりもがいてんじやん」

トキオは、立ち止まった。私は笑いながら続ける。

「そうだよ。ほんとだ。もがいてる人間を見たら笑える。あんたが正しい。そうだよ。トキオくんの言う通りだ。それに、きっともがいてる人間にしか、幸せはないんだよ」

私は、トキオに言われた言葉をそのまま返す。トキオは振り返り、^⑪照れくさそうに口が緩むのを抑えようとしていた。

「来てみればいいじゃん。東京に。一緒に行こ」

私の軽い一言にトキオは驚いている。

「無理っすよ、仕事ないし」

「そうかな」

「そうっすよ」

「そうかな」

トキオは語気を荒らげた。

「そうすよ」

そう言っただけで歩いていくトキオをしばらく見送っていると、突然その姿が見えなくなった。追いかけると、トキオが地面に突っ伏して倒れていた。そばに切り株の根っこが出ていて足が引っかかったのだ。トキオは痛そうに唸っていたけれど、やがて^⑫カンネンしたように仰向けになった。私はトキオの顔をのぞき込んだ。トキオは私の顔をしばらく見てそれから夜空に視線をやった。

「でも俺、今日は月がキレイに見える」

⑬ 私もこの夜まで一度も気づかなかった。月浦の三日月がこんなに光を放つて輝かがやいていることを。

『しあわせのパン』三島有紀子

問一

——部①「コウイウコトナノダ／私が、ほしかったのは」とありますが、「私」は何がほしかったと気づいたのですか。それを説明した次の文の□部に当てはまる言葉を、十字程度で書きなさい。（句読点は字数に入れます。）

「私」は、一緒にいる人と□幸せがほしかったと気づいた。

問二

——部②・⑤・⑨・⑩・⑫のカタカナを漢字に直しなさい。

問三

——部③「でもなかった」とありますが、香織はどのようなことがわかったのですか。それを説明した次の文の□部に当てはまる言葉を、二十五字でぬき出しなさい。（句読点は字数に入れます。）

周りの人になんとなく合わせていても、相手にされなかったそもその原因は、□からだということ。

問四 ――部④「ほんとに、ありがとうございます」とありますが、「私」は何に對してありがたいと思ったのですか。最も適当なものを、次のア～カのうちから二つ選び、記号で答えなさい。

ア 北海道に来て、カフェ・マーニの人たちと親友のように仲良くなれたこと。

イ 北海道に来て、今までうまくいかなかった原因は周りにあると気づけたこと。

ウ 北海道に来て、全然知らなかった人たちが自分を温かく受け入れてくれたこと。

エ カフェ・マーニに来て、自分がほしいもののためには努力が必要だと気づけたこと。

オ カフェ・マーニに来て、一生忘れることができない思い出ができたこと。

カ カフェ・マーニに来て、水縞とりえとの出会いを通じて大切なことに気づけたこと。

問五 ――部⑥「この人は自分の言葉を持っている」とありますが、この意味を誤って理解しているのは誰ですか。次のA～Eのうちから一人選びなさい。

Aさん トキオは今流行^{はや}っている言葉をむやみに使うんじゃないくて、自分らしい言葉を考えて使う人だと言っているんじゃないのかな。

Bさん トキオは相手が言っている言葉を選ぶんじゃなくて、プライドを持って自分が良いと思う言葉を選ぶんだと言っているんだと思うよ。

Cさん トキオはありふれた言葉を特に考えずに使うんじゃないくて、自分が体験して感じたことをもとに言葉を使う人だと言いたいんだよ。

Dさん トキオは人にどう見られるかを気にして言葉を選ぶんじゃなくて、飾^{かざ}らない自分のままで言葉を選ぶんだと言っているんだよ。

Eさん トキオは相手がどう受け取るかで言葉を使うんじゃないくて、自分の悩^{なや}みに向き合って身につけた言葉を使う人だと考えられないかな。

問六 — 部⑦「だから、香織さん見たときすっごく笑えたんです」とありますが、トキオは香織の姿を見てどのように考えて「笑えた」のですか。解答らんに合うように二十字以内で書きなさい。（句読点は字数に入れます。）

問七 — 部⑧「その言葉を聞いて、私は、大声で笑った」とありますが、なぜ「私」は「大声で笑った」のですか。それを説明した次の文の 部 A・B に当てはまる言葉を、それぞれ指定された字数で書きなさい。

（句読点は字数に入れます。）

トキオは、自分は毎日同じ仕事をくり返しているだけだと感じているが、トキオの言葉を聞いた香織には、その姿が幸せになろうと A（十字程度） ように見え、 B（二十字以内） と気づいたから。

問八 — 部⑪「照れくさそうに口が緩むのを抑えようとしていた」とありますが、このときのトキオの気持ちを六十字以内で書きなさい。（句読点は字数に入れます。）

問九 — 部⑬「私もこの夜まで一度も気づかなかった。月浦の三日月がこんなに光を放って輝いていること」とありますが、この時「私」はどのような気持ちだったと考えられますか。「私」の気づきをふまえて解答らんに合うように書きなさい。

水縞夫婦やトキオとの出会いを通じて、