

— 次の文章を読んで、あととの問い合わせに答えなさい。（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も、どうな反応があるかが気になつて落ちつかない。

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テイシ状態となり、自分の世界に没頭することができない。

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に反応するだけでは時間が過ぎていく。

そんな受身の過<sup>(1)</sup>し方をしていたら、当然のことながら自分を見失つてしまふ。そんな状態から脱<sup>(2)</sup>するには、思い切つて接続を<sup>(5)</sup>キヨ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<sup>(1)</sup>沈潜<sup>(2)</sup>する時をもつようになる。外的刺激に注<sup>(2)</sup>翻弄<sup>(3)</sup>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、そのため外的刺激を利用するのも有効だ。⑥、読書の時間を持ち、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とした接続を遮断<sup>(4)</sup>されると、何もすることができなくなつた感じになり、退屈<sup>(5)</sup>でたまらなくなる。⑦、すぐにまたネットを介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主体的に創造的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、「一人はかつて悪い」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<sup>3</sup>弊害を考えると、「ひとりはかつて悪い」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なりたい。

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、かつて悪いのではなく、むしろかつていいことなのだ。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。

幼児のアタンチメントの発達、つまり親子の愛着の絆の形成を見る際にも、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、部屋に置いてあるオモチャで一人で遊んだり、部屋の中をうろう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、母親が近くにいるだけで、安心して一人遊びに没頭したり探索行動を取つたりできるのである。

ところが、母親との愛着の絆がしつ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、探索行動を取つたり、一人で遊びに没頭したりする」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<sup>あかし</sup>ということになる。もちろん、絆となるような信頼関係を築いていることが<sup>(11)</sup>ゼンティ<sup>だいじょうぶ</sup>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、<sup>(12)</sup>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くても、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<sup>きより</sup>を取るためにには、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つきあいがいくらあっても助けにはならない。何でも遠慮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つて、孤独<sup>こどく</sup>を恐れずに一人の時間<sup>ひととき</sup>を有意義に過ご<sup>こ</sup>せるようになる。

そのような親密な関係を築くには、自己開示する勇気、ホンネをさらけ出す勇気が求められる。ウケねらいの雑談でいくら盛り上がりても、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。わかつてもらえないんじやないか、そんなこと考えているのかとバカにされたら傷つく、引かれちやつたらどうしよう、などと。

だが、思い切つて自己開示すると、たいていは<sup>(13)</sup>コウイ<sup>だいじょうぶ</sup>的反応が返つてくるものだ。向こうも自己開示してくれ、関係が深まつていくきっかけになることが多い。万一、否定的な反応が返つてきたら、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つてよかつたとも言える。

一人でいる時間が成長につながるし、大事だとわかつても、心の絆が得られるような相手がないと、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、「わかつてほしい」という気持ちばかりを意識するのではなく、「わかつてあげたい」という思いを相手に向けることも大切だ。

親との絆と違つて、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なる。相互性<sup>そうごせい</sup>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ては絆などできない。お互いに自分を超え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⑭親密な絆<sup>おちか</sup>ができる。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)

注1 沈潜する時・・・深くしづみこむような時間。

注2 翻弄される・・・もてあそばれる。

注3 弊害・・・他のものに与える悪い影響。

## 問一

——部①「今の時代、だれにも邪魔<sup>じやま</sup>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、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・⑯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われているため、それは思考の活性化を意味する。  
にな

問五 □部⑥・⑦に当てはまる言葉を次のア～力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 ハ しかし オ つまり 力 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によって「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、母親が近くにいて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いることを望む。

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、母親が近くにいても見知らぬ場所で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す。)

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、あととの問い合わせに答えなさい。（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つてもらう。）

ラザニアがなくなつた頃（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つた。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、静かに受け取つて小さくありがとうございます、と言つた。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」を目で交わしあつて見えた。

①コウイウコトナノダ。

私が、ほしかつたのは。

羽田空港で、いくら待つても全然来なかつたあいつ。携帯に連絡しても留守電だつたあいつ。でもほんとは最初からわかつていた。相手になんかされてない。何も分かち合つてなんかない。

これ、おいしいよ、食べてみる？ つてひとつのものをシェアしあつたり、おいしいねって言いあつたり、この店まずいね、つて一緒に文句を言つたり、そんなことさえ一度もなかつた。②シヨクバでもそうだ。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ようがなかつた。

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

涙がこぼれる前に言つたかった。この一人がいてくれて、マーニがあつて、ほんとによかつた。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、今まで全然知らなかつたこの人たちが、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つてくれている。

「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つたけど、私は、ありがと、と言つて受け取った。初めて食べたクグロフは、ふわふわと柔らかくて、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つた。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。

マニーの屋根が夜露に濡れているのが見える。頂上に立つ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つて來た。私は、荒い息を吐きながら上がつてくるトキオに叫んだ。

「かっこわるい奴つて思つたでしょ、私のこと」

トキオは聞こえないフリをして黙々と上がつてきた。そして「……そうすね」と言つた。

「でも」

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

「かっこわるい自分を知つてる人が、大人だと俺は思います」

⑤ブイの言葉に、ハツとした。⑥この人は自分の言葉を持つてゐる。トキオは、人生のどこかの段階でことん自分のダメさを考えた人間なのだと私は思つた。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つごい笑えたんです」

「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、いられなかつた。

「もがいたことのある人間じやないと、幸せはないと思うんです。もがいてもがいて恥かいて。いいじやないっすか、香織さん」久しごりに肯定され、言い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ます。ポイント、わかります？ 方向転換するため、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んないんだなって。線路が、ずっと続いてるように見えても、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つた汗臭い制服を着て、線路脇に立つて、手動の遮断機の音が響き渡り、やつ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つて、トキオはいくつもの電車を見送つてきたんだろう。気楽に仕事をこなし、休日に大自然の中でバイクを走らせ、カフェ・マニー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つたのだ。

「なんか、俺、もがけないんす」

⑧その言葉を聞いて、私は、大声で笑つた。

トキオはいきなり笑われて、きよとんとした目で私を見つめている。私は、立ち上がり、さらに笑つた。

全くわかつていなない。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來た。この人の名前はフルネームでなんていうんだつけ？ ラザニアが好物だつけ？ 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、細部にわたつ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、むくれて行こうとするトキオの背中に向かつてこう言つた。

「あのさ、それってさ……思いつきりもがいてんじやん」

トキオは、立ち止まつた。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。あなたが正しい。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。

「来てみればいいじやん。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」

「そうつすよ」

「そうかな」

トキオは語氣を荒らげた。

「そうすよ」

そう言つてすたすたと歩いていくトキオをしばらく見送つていると、突然その姿が見えなくなつた。追いかけると、トキオが地面に突つ伏して倒れていた。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。トキオは痛そうに呻つていたけれど、やがて⑫カンネンしたように仰向けになつた。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目線をやつた。

「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つた。月浦の三日月がこんなに光を放つて輝いていることを。

かがや

（『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、ほしかつたのは」とあります、「私」は何がほしかつ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□幸せがほしかつたと気づいた。

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「でもわかつた」とあります、香織はどのようなことがわかつたのですか。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、相手にされなかつたそもそもその原因は、□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、「私」は何に対してもうございましたか。最も適切な

ものを、次のA～Eのうちから一つ選び、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つた原因は周りにあると気づいたこと。

ウ 北海道に来て、全然知らなかつ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いたこと。

オ カフェ・マーニに来て、一生忘れることができない楽し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いたこと。

問五 —— 部⑥「この人は自分の言葉を持つている」とあります。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 トキオは今流行つてはやみに使うんじやなくて、自分らしい言葉を考えて使う人だと言つてあるんじやないのかな。

Bさん トキオは相手が言つてほしい言葉を選ぶんじやなくて、プライドを持つて自分が良いと思う言葉を選ぶ人だと言つ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やなくて、自分が体験して感じたことをもとに言葉を選ぶ人だと言つてみたいんだよ。

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やなくて、飾らない自分のままで言葉を選ぶ人だと言つてゐるんだよ。

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やなくて、自分の悩みに向き合つて身につけた言葉を使う人だと考へられないかな。

問六 ――部⑦「だから、香織さん見たときすっかいい笑えたんです」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「笑了た」のですか。解答らんに合うように「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。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つた。月浦の三日月がこんなに光を放つて輝いていることを」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、□