

令和5年度 体育部会研究計画

1 研究主題

豊かな学びが 子供の未来をつくる 体育学習

— 「おもしろいコト」の共有を図り、自ら学び続ける授業づくり —

2 主題設定の理由

(1) 主題設定の理由

体育部会では、令和元年度より研究主題を「豊かな学びが 子供の未来をつくる 体育学習」として研究を進めてきた。そして、主題に示す「豊かな学び」とは次のように共通理解されてきた。

「豊かな学び」 <説明1>

見通しをもって学習に参加し、新たな価値を見出し、仲間と関わりながら課題解決に挑戦しようとする学び

※ 下線部を「培いたい資質・能力」として設定する。(図1参照)

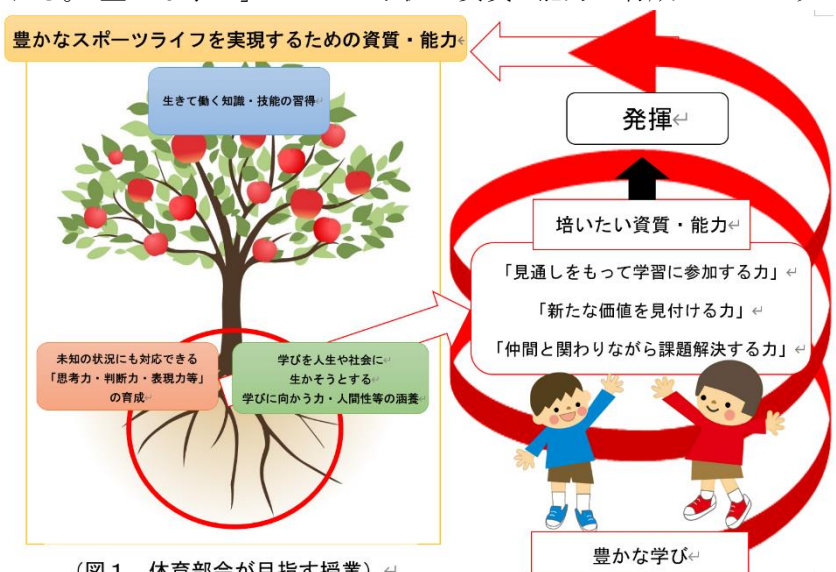
これからの社会変化を見据え、育成を目指す資質・能力については学習指導要領に示されている。それを根拠に、よりよい体育の授業づくりを目指し、体育部会では研究を重ねてきた。昨年度までの実践から、「豊かな学び」を行うことで、次のような子供の学ぶ姿が見られるようになってきた。

- うまくいったことを次の課題解決に生かそうとするなど、既習内容や運動経験をもとに見通しをもって運動に取り組む姿
- 課題解決の過程の中で運動の見方や考え方が広がるなど、学び方や認識の変容という新たな価値を見出しながら運動に取り組む姿
- 課題解決しようとする中で、友達や教師と関わり合うなど他者と協働的に取り組もうとする姿

このような姿は、「豊かな学び」を行う中で、自分にとって最適な学び<説明2>を進めていこうとしている姿であり、体育科の目標（豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力の育成）に向かっている姿であると考えられる。「豊かな学び」によって子供の資質・能力の育成がどのように

図られるのかということは、これまでも樹木の生長を例に考えてきた。子供は、「うまくなりたい」「よりよくなりたい」と技能の向上や知識の獲得を目指していこうとする。その中で、思考力、判断力、表現力等、学びに向かう力、人間性等が共に育成されることを大切にしなければならない。

このような体育の授業を



(図1 体育部会が目指す授業)

進めていくことで、「令和4年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果からも明らかになったように徳島県では「運動やスポーツをすることは好きだ」、「体育の授業は楽しい」という子供が育っている。この結果から、「豊かな学び」が子供の資質・能力の育成に大きく関係してくるということがわかる。

このようなことから、今年度も「豊かな学びが 子供の未来をつくる 体育学習」と主題に据え、資質・能力の高まりを目指していく。体育科が目指す資質・能力の高まりを「大きな樹木へと生長する」、つまり、「子供の未来をつくる」と考え、研究主題を設定した。

(2) 副主題設定の理由

『『おもしろいコト』の共有』や「自ら学び続ける授業づくり」については、昨年度も副主題として取り上げた。しかしながら、「豊かな学び」を実現するために大切にしていきたいことであるため、今年度も引き続き副主題として設定し、研究を進めていくこととする。

副主題に示した「おもしろいコト」については以下のように共通理解されてきた。

「おもしろいコト」説明3

その運動を成立させる中心部分にある「本質的なおもしろさ」の中にあるものであり、その運動に夢中になる出来事（ドキドキワクワクするコト）である。

（本質的なおもしろさとおもしろいコト、問いの一覧表（例）参照）

昨年までの実践から、「おもしろいコト」の共有を図ることで、運動の得意不得意に関わらず、すべての子供が運動に参加し、自ら課題を見付け、それを解決しようと粘り強く取り組む姿が見られたり、他者と関わりながら学んだりすることができるようになってきた。

しかし、「おもしろいコト」の共有を図った後、子供の学びが停滞してしまうという姿があった。これを受けて、昨年度は、ICT を活用するなど、子供の主体的な学びを支援する教師の関わりについてたくさんの報告があった。今年度もさらに研究を深めていきたい。

3 研究内容

- 昨年の研究を踏まえ、本年度も副主題『『おもしろいコト』の共有』を図り、自ら学び続ける授業づくり」に取り組み、体育科の目指す資質・能力の向上を実現できるようにしていく。そして、研究主題の解明に向けた授業づくりを行うために、次の研究内容に取り組む。

(1) すべての子供が「おもしろいコト」を共有するために

(2) すべての子供が学び続けるために説明4

(1) すべての子供が「おもしろいコト」を共有するために

① 運動領域では

「おもしろいコト」を共有する手立てとして、まず、単元に入るまでに実態把握を行う。ここでは、子供がその運動に対してどのようなイメージをもっているのか、どのような経験があるのかなど、内面から理解することが大切である。そして、実態把握をもとに、すべての子供が参加し、「おもしろいコト」に意識が向くようにするために、「環境（場やルール）」を設定する。

単元の導入場面では、提示した活動を通して、「おもしろいコト」に意識が向いているかどうかを見取り、「おもしろいコト」の共有を図る場面を設定する。そして、「おもしろいコト」の共有を図り、これから何を学んでいくかを分かち合い、単元を貫く問いを出す。もし、なかなか子供の意識が向いてこない場合は、環境設定や問いが適切かどうかを見直す必要がある。

教師の役割として、子供に必要なことを教えたり、課題を与えたりすることは大切である。しかし、子供が自らの課題を見付け、解決に向けて取り組むことも大切であると捉えている。「おもしろいコト」の共有を図ることで、一人一人が学びの自己調整を行い、自ら課題を見付け解決しようと主体的に運動に取り組む姿が見られるようになる。

② 保健領域では

運動領域でも述べたが、「おもしろいコト」を共有する手立てとして、まず、単元に入るまでに実態把握を行う。保健領域においても子供が健康や安全に対してどのような認識があるのか、どのような意識をもっているのか、また、どのような生活経験があるのかなどをつかむことが大切となる。そして、実態把握をもとに、「おもしろいコト」に意識が向くようにするために「環境(学習材や学習方法)」を設定する。そして、教師が学んでほしいことと子供の意識をつなげ、子供の主体的な学びを実現するために、「おもしろいコト」の共有を大切にしたい。

単元の導入場面では、アンケート調査やウェビングマップなどを通して子ども同士の認識を確認し合うことも大切である。そして、「健康の捉え方はそれぞれみんなちがうな」「自分たちの学校は安全な学校なのかな」など、友達との考え方の違いや意識の違いが生まれたら、自分事として課題に向き合い解決していこうとすることができるようになる。提示した学習材を通して、「おもしろいコト」に意識が向いてきているかどうかを見取り、「おもしろいコト」の共有を図る場面を設定する。そして、これから何を学んでいくかを分かち合い、単元を貫く問いを出す。なかなか子供の意識が向いてこない場合は、環境設定や問いが適切かどうか見直す必要がある。単元を進めて行く中で、養護教諭と連携を図り、授業を進めていくことも考えられる。

「おもしろいコト」の共有を図ることで、保健の授業が知識の伝達のみになるのではなく、一人一人が課題をもち解決に向けて学びの自己調整を行い、主体的に探究に取り組むことができるようになる。

(2) すべての子供が学び続けるために

ここでは、すべての子供が学び続ける教師の関わりを、「問い」、「見取り」、「支援」という視点で考えていく。

① 「問い」について

単元の最初は、活動内容をシンプルに伝える。「○○のゲームをしよう」「跳び箱の向こうまで行ってみよう」などである。この場面では、子供が課題をもちにくいため、参加しやすいように、何をするのか、わかりやすく伝えることを大切にする。

また、おもしろいコトの共有を図る場面では、単元を通して子供が思考(試行)していく単元を貫くような問いを出す。例えば、「どうすれば思い通りに体が動かせるかな」「どうしたらスピードを落とさずにバトンスタートからゴールまで運べるかな」などである。この問いは、この場面において、どんなことを学んでいくのかを分かち合うときに生まれるものであり、それが単

元を通して子供たちが思考（試行）していくものとなる。

さらに、「おもしろいコト」の共有を図った後の場面では、子供の意識の広がりや深まりを見取って問いを出す。例えば、「どうしたらスムーズにハードルを走り越えてゴールまでいけるかな」などである。この問いは、子供が学び続けるために、「問い」に条件を加え、子供の学びがより広がり深まっていくように工夫する必要がある。

昨年度の研究から、「めあて」ではなく、どうして「問い」という言葉を用いるのかという意見が出てきた。「問い」としているのは、課題解決の過程を大切にしたいからである。子供たちは、この「問い」から生まれる課題を解決するために、一人一人がこれまでの学びや体験を振り返り、見通しをもって取り組んでいく。その課題は一人一人違ったものになるかもしれないが、同じ意識の中で学びを進めていくため、友達と関わり合ったりするなど協働的に学びを進めていくことができるようになる。

② 一人一人の見取り^{説明⁵}について

子供が何を求め、何を考え、運動や探求をしようとしているのかを見取り、内面からつかむことを大切にしていく。特に、「できたかどうか」という結果だけを見取るのではなく、「何をしようとしていたのか」「どうしてそうしようと思ったのか」という子供の意識を見取り（^{説明⁵}評価し）、自ら学び続けられるように支援へとつなげていくようにする。

例えば、マット運動（高学年）で、前転ばかりでマットの端まで行こうとしている子供がいるとする。この姿を見て、マット運動の「おもしろいコト」が「マットの端まで行くコト」だからといって、「単元を通してずっと前転ばかりでいってもいいのか」という意見もあるだろう。安心してマット運動に取り組むためには、「いかにしてマットの端までいくか」ということを思考（試行）し、挑戦することが大切であると学級全体で価値観の共有をすることが大切となる。単元の前半では、すべての子供が参加し挑戦できるように意識を見取り、環境（場やルール）を設定する。そして、価値観の共有を図り、一人一人の学びを見取り、支援へとつなげていく。子供は必ず「うまくなりたい」という思いをもつ。「どのようにしてマットの端までいくか」という問いを受け、前転のみにとどまらず「マットの端まで自分はこうやって行ってみよう」という自分なりの最適解を見つけ、技能の向上を目指していこうとするだろう。

このように、子供が自ら課題を見付け解決していこうと主体的に学んでいくためには、「おもしろいコト」に挑戦して前転をしている子供の意識や学びの状況を見取ることを大切にする。その時には、子供が新しいことに挑戦しようとする環境かどうかや不安感や恐怖心など、子供の学びを邪魔しているものは何なのか的確につかみ、支援へとつなげていくことが大切なのである。

また、子供の見取りについては、問いかけ（問い返し）たり、ふり返りを活用して学びの状況を把握することが大切になってくる。ふり返りを活用した見取りについては、子供の意識や学びの状況を把握するために、授業の最後に全体で共有する場面や、副読本「わたしたちの体育」の「学習のあしあと」のページや保健学習のワークシートなどに記入したものを活用したりすることが考えられる。教師が、的確に学びの状況を見取り（評価し）、実態を把握し支援へとつなげることで、子供自らが課題を見付け、解決しようとして学び続けることができるようになるのである。

③ 学びの状況に合った支援について

子供の意識を見取り支援につなげることは一人一人の学びを支えるために大切である。特に、子供の意識に合った的確な支援を考えることは、子供が学び続けるために欠かせないことである。支援の方法は、「技術情報の伝達」、「『わたしたちの体育』の提示」、「補助」、「関わりへの促し」、「ICTの活用」などが考えられる。つまづいている子に、技術情報を伝えるのか、友達との関わりを促すのか、それは学びの状況によって変わってくるのである。

次の事例で考えてみよう。「前転をした後、元の体勢にもどることができない(マット運動)」。この場面では、どのような支援が考えられるだろうか。例えば「足を曲げてかかとをお尻に引きつけてみよう」と伝えたり、子供の動きを補助したりして直接技術情報を伝えたりすることが考えられるだろう。また、「副読本をみてみよう」「友達の動きをみてごらん」など、必要な情報を具体的に示すことも考えられるだろう。さらに、ICTを使って自分や友達の動きを確認することも考えられる。

ここで大切にしたいことは、どのように支援するとその子の学びを促すことができるのかを考えることである。子供が自ら解決することができず、アドバイスを求めてきたときにコツやポイントを教師が伝え、子供を導くことは大切なことである。しかし、失敗したときに「なぜだろう」と友達や教師と一緒に解決方法を考えていく学びも大切にしたい。教師が教えたいと思っている内容を一斉に教え込む指導が中心になるのではなく、子供の考えを承認し思いや願いに寄り添った支援を中心にする。そうすることで、子供が失敗や成功を繰り返し、経験を豊かにすることを通して、子供が最適な学びを行うことができるようにしていく。

子供が学びを広げ、深め、そして、学び続けることができるように支援を行う。そうすることで、一人一人が「おもしろいコト」から生まれる課題追求への意欲を失わずに自ら学び続けることができる。

4 研究方法

(1) 研究大会において

- 本年度は研究主題及び副主題の解明に向け、郡市研究会、「第65回徳島県小学校体育科教育研究大会(阿南大会)」、「第61回中・四国小学校体育研究大会(鳥取大会)」において研究成果を発表する。

(2) 各郡市部会において

- 研究主題及び副主題の解明に向けて、授業研究会及び研修会を行い、研究成果をまとめる。
- 研究会や研修会に自主的に参加するとともに、各郡市で取り組んだ研究内容の共有を図る。

(3) 各校において

- 体育主任・体育部員を中心に、すべての子供が参加し「おもしろいコト」の共有を図り、自ら学び続けることができる授業づくりについて実践を進める。
- 年間カリキュラムのもと単元学習の実施及び副読本の積極的な活用を通して、子供の主体的・対話的な学びを図り、運動好きの子供を育成し、体力や運動能力を一層向上できるようにする。

○ 研究領域・研究学年（中・四国大会研究領域及び小教研ローテーション表より）

郡市	領域	担当学年	郡市	領域	担当学年
第65回徳島県小学校体育科教育研究大会（令和5年度）					
徳島市・名東郡	会場郡市（阿南市）代理		板野郡	水泳	低学年
鳴門市	体づくり	中学年	名西郡	器械	高学年
小松島市・勝浦郡	ボール（小松島市）	低学年	阿波市	陸上	高学年
阿南市	ボール	高学年	吉野川市	表現	高学年
那賀郡	器械	低学年	美馬市・美馬郡	陸上	高学年
海部郡	体づくり	低学年	三好市・三好郡	※中四大会発表	
第61回中・四国小学校体育研究大会（鳥取大会）					
三好市・三好郡	保健	高学年			

第62回 愛媛大会 徳島市・名東郡，鳴門市（器械【中・高】陸上【高】）

第63回 島根大会 小松島市・勝浦郡（ボール【高】）

第64回 香川大会 阿南市，名西郡（器械・器具【低】水泳【全】）

<参考文献>

- (1) 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，2018
- (2) 文部科学省，「小学校学習指導要領解説 総則編」，東洋館出版社，2018
- (3) 徳島県小学校体育連盟，「第57回中・四国小学校体育研究大会（徳島大会）大会要項」
第57回中・四国小学校体育研究大会（徳島大会）実行委員会，2019
- (4) 松田恵示，「『遊び』から考える体育の学習指導」，創文企画，2016
- (5) 徳島県小学校教育研究会，「徳島県小学校教育研究会令和5年度研究主題」
徳島県小学校教育研究会，2022
- (6) 徳島県小学校体育連盟，「第63回徳島県小学校教育研究会 研究紀要」
徳島県小学校教育研究会体育部会，2021
- (7) 梅澤秋久，苫野一徳，「真正の『共生体育』をつくる」，大修館書店，2020
- (8) 文部科学省国立教育政策研究所，「『指導と評価の一体化』のための学習評価に関する参考資料」
教育課程研究センター，2020
- (9) 白井俊，「OECD Education2030 プロジェクトが描く教育の未来」，ミネルヴァ書房，2020

～説明～

<説明1>「豊かな学び」「培いたい資質・能力について」(令和3年度 小教研体育部会 研究主題)

- ◆ 「豊かな学び」とは、見通しをもって学習に参加し、新たな価値を見出し、仲間と関わりながら課題解決に挑戦しようとする学びのことである。子供が豊かな学びを行うことで、一人一人が学びの自己調整(参加)を行い、多様な他者との関わり合いながら、(分かち合いながら)体育科の資質・能力の育成していくことを目指している。
- ◆ 培いたい資質・能力とは、「豊かな学び」(「見通しをもって学習に参加し、新たな価値を見出し、仲間と関わりながら課題解決に挑戦しようとする学び」)をすることを通して体育部会として培いたい資質・能力
 - ・「見通しをもって学習に参加する力」
 - ・「新たな価値を見付ける力」
 - ・「仲間と関わりながら課題解決する力」

<説明2>

◆「最適な学び」について ※一部省略

学習指導要領の趣旨の実現に向けた個別最適な学びと協働的な学びの一体的な充実に関する参考資料よりP7
「・・・教師が子供一人一人に応じた学習活動や学習課題に取り組む機会を提供することで、子供自身の学習が最適となるように調整する「学習の個性化」も必要である。」

令和3年答申では、以下の通り「個別最適な学び」について、「指導の個別化」と「学習の個性化」に整理されており、児童生徒が自己調整しながら学習を進めていくことができるよう指導することの重要性が指摘されている。例えば、「短距離走・リレー」の単元において考えてみる。「どうすればスタートからゴールまでバトンを移動することができるか」という問いに対して、「走りながらバトンをもらう」、「後ろを見ながらバトンをもらう」、「両手でバトンをもらう」というバトンパスの動きを自己調整の中で見つけたものを最適解とする。自分に合った最適解を見付けられる子供が個別最適な学びが行えているのではないかと捉える。

<説明3>「本質的なおもしろさ」と「おもしろいコト」の捉え(令和元年度 小教研体育部会 研究計画)

◆「本質的なおもしろさ」と「おもしろいコト」

「本質的なおもしろさ」「おもしろいコト」について研修部で以下のように整理した。

「おもしろいコトの共有」→「おもしろいコト」を体験する中で「こういうことを考えていけばいいんだ」と全体で分かち合うこと

<運動領域>

「本質的なおもしろさ」→その運動を成立させるもの

「おもしろいコト」→その運動に夢中になる出来事(ワクワクドキドキするコト)

<保健領域>

「本質的なおもしろさ」→探求するおもしろさ

「おもしろいコト」→『保健領域の学習内容』について考えるコト

※ 「おもしろいコト」が「コト」とカタカナで表現しているのは「事」つまり、やる事・する事、出来事という形式名詞を強調したいためである。

<説明4> 「自ら学び続ける」の捉え (令和4年度 小教研体育部会 研究計画)

自ら学び続けるとは、「おもしろいコト」の共有から課題を見つけ、見通しをもち、課題解決に向けて行動し、自分自身を振り返りながら、次の学びへとつなげていくということである。

<説明5> 学習評価について

◆ 学習評価

学習評価は、学校における教育活動に関し、児童生徒の学習状況を評価するものである。答申にもあるとおり、児童生徒の学習状況を的確に捉え、教師が指導の改善を図るとともに、児童生徒が自らの学びを振り返って次の学びに向かうことができるようにするためには、学習評価の在り方が極めて重要である。

(「指導と評価の一体化」のための学習評価に関する参考資料)

◆ 見取り

子供の表面的な言動として表れたことについてではなく、それを通して内面について理解するという。 「そう言わしめているものは何か」というように、子供の真相に迫ることが必要である。

<補助資料>

(1) 令和5年度徳島県小学校教育研究会 研究主題 一部参照

○ 未来社会の予測と小教研が考える「求められる資質・能力」の捉え

◆これからの社会は、Society5.0の実現に向けて急激に変化の様相を帯び、先行きが不透明で複雑で将来の予測が困難な状態(VUCA)になってくると指摘されている。コロナウイルス感染症や世界で起こっている戦争など、まさしくそれが現実のものとなってきている。このような時代に、主体性をもって生きていくためには、これから出合う様々な問題に対して自分事として関わり、他者と協働しながら解決の方法を考えたり、新たな価値を創造したりする力を育成していかなければならない。

(2) 学習指導要領 総則編・体育編 一部抜粋

○ 学習指導要領に記された学校教育が育成を目指す資質・能力の捉え

◆学習指導要領解説 総則編・体育編 第1章総説(P.1「1改訂の経緯及び基本方針」より)
このような時代にあって、学校教育には、子供たちが様々な変化に積極的に向き合い他者と協働して課題を解決していくことや、様々な情報を見極め知識の概念的な理解を実現し情報を再構成するなどして新たな価値につなげていくこと、複雑な状況変化の中で目的を再構築することができるようにすることが求められている。

(3) 学習指導要領 総則編 一部抜粋

○ 育成を目指す資質・能力の明確化 (3つの柱)

◆学習指導要領解説 総則編 (P. 3) 第1章 総説 1 改訂の経緯及び基本方針
 (2) 改訂の基本方針 ② 育成を目指す資質・能力の明確化
 今回の改訂では、知・徳・体にわたる「生きる力」を子供たちに育むために「何のために学ぶのか」という各教科等を学ぶ意義を共有しながら、授業の創意工夫や教科書等の改善を引き出していくことができるようにするため、すべての教科等の目標及び内容を「知識及び技能」「思考力、判断力、表現力等」、「学びの向かう力、人間性等」の三つの柱で再整理した。

(4) 学習指導要領 総則編 「教科等横断的な視点に立った資質・能力」一部抜粋

○ 教科等横断的な視点に立った資質・能力とは

◆学習指導要領解説 総則編 (P. 47 「2教科等横断的な視点に立った資質・能力」より)
 (1) 児童の発達の段階を考慮し、言語能力、情報活用能力(情報モラルを含む。)、問題発見・解決能力等の学習の基盤となる資質・能力
 (2) 児童や学校、地域の実態及び児童の発達の段階を考慮し、豊かな人生の実現や災害等を乗り越えて次代の社会を形成することに向けた現代的な諸問題に対応して求められる資質・能力

○ 本質的なおもしろさとおもしろいコト、問いの一覧表 (例)

領域		本質的なおもしろさ	おもしろいコト	問い
体 つ く り	体ほぐし	対話する おもしろさ	感じるコト	どうすれば感じられるか
	多様・体力	操作する おもしろさ	できるコト	どうすればできるか
器 械 運 動	マット	移動する	マットの端まで行くコト	どうすればマットの端まで行けるか
	鉄棒	おもしろさ	鉄棒の上に上がったり回ったり降りたりするコト	どうすれば鉄棒の上に上がったり、回ったり降りたりできるか
	跳び箱		跳び箱の向こうに行くコト	どうすれば跳び箱の向こうに行けるか
陸 上 運 動	短距離走	移動する おもしろさ	スタートからゴールまで行くコト	どうすればスタートからゴールまで移動できるか
	ハードル		ハードルを走り越えてスタートからゴールまで行くコト	どうすればハードルを走り越えて、スタートからゴールまで移動できるか
	リレー		スタートからゴールまでバトンを運ぶコト	どうすればスタートからゴールまでバトンを移動できるか
	幅跳び		ねらったところに着地するコト	どうすればねらった所に着地できるか
	高跳び		バーの向こうに着地するコト	どうすればバーの向こうに着地できるか

水泳		移動する おもしろさ	目的地まで行くコト	どうすれば目的地まで行けるか
ゲーム		攻防の おもしろさ	攻めたり守ったりするコト	どうすれば攻めたり守ったりできるか
ポ 1 ル 運 動	ゴール型	攻防の おもしろさ	シュートするコト シュートさせないコト	どうすればシュートできるか防げるか
	陣取り型		前に進むコト 前に進ませないコト	どうすれば前に進められるか進ませない ようにできるか
	ネット型		ボールを落とすコト ボールを落とさせないコト	どうすれば相手コートにボールを落とせ るか自コートに落とさせないか
	ベース ボール型		塁を盗るコト 塁を盗らせないコト	どうすれば塁を盗れるか盗らせないか
表 現	表現	表現する おもしろさ	なりきるコト	どうすればなりきれるか
	リズム ダンス	リズムに乗る おもしろさ	リズムに合わせるコト	どうすればリズムに合わせられるか
保 健	健康な生活	探求する おもしろさ	「健康な生活」について 考えるコト	どうすれば健康な生活をおくることが できるか
	体の発育・ 発達		「体の発育・発達」について 考えるコト	どのように大人へと成長していくのかな
	心の健康		「心の健康」について 考えるコト	どうすれば心が健康な生活をおくこと ができるのかな
	けがの防 止		「けがの防止」について 考えるコト	どうすれば自分たちの学校や町が安全な 学校になるだろうか
	病気の予 防		「病気の予防」について 考えるコト	どうすれば100歳まで健康に生きられるか

- ※ 各領域における「本質的なおもしろさ」、「おもしろいコト」、「問い」については、例として示す。
- ※ それぞれの領域で、「本質的なおもしろさ」、「おもしろいコト」、「問い」について、どのように捉えて授業づくりを進めていくのかを考えて研究を進めていく。(一覧表を参考にしても構わない)