

2026年度 文学部自己推薦入学試験
外国語試験（英語） 問題用紙

映像講義を視聴して、以下の問いに答えなさい。（各10点）

Q1. What does the speaker introduce herself as?

1. The fussiest gardener you are ever going to meet
2. The most popular gardener you are ever going to meet
3. The most prosperous gardener you are ever going to meet
4. The tidiest gardener you are ever going to meet

Q2. According to the speaker, which is true about most gardeners in the US?

1. Most of them have damaged their gardens ecologically.
2. Most of them have failed to make pretty gardens because of ecology.
3. Most of them have stopped using insecticides and herbicides on their gardens.
4. Most of them have turned their gardens into ecological paradises.

Q3. What effect can good parks have?

1. They will attract foreign visitors.
2. They make a good profit.
3. They will provide food, water, and shelter to humans.
4. They will prevent the extinction of plants and animals.

Q4. What can be seen now in Brooklyn Bridge Park?

1. Bears and wild boars
2. Butterflies and fireflies
3. Solar power companies
4. Deer, foxes, and squirrels

Q5. What will happen when the number of insects decreases on the Earth?

1. Birds' babies will lose their food.
2. Climate change will be accelerated.
3. Humans can produce more fruit without insecticide.
4. New and more harmful insects will appear.

問題は次のページに続きます。

2026年度 文学部自己推薦入学試験
外国語試験（英語） 問題用紙

Q6. Why does the speaker take the example of the eastern red columbines?

1. To show that plants and animals depend on each other
2. To show why they fascinate a lot of people
3. To show that they are not wild flowers
4. To show that they expel hummingbirds

Q7. What is the result of the speaker's failure to spray the insects on the trees with pesticide?

1. They found that the insects had disappeared.
2. They found that a new migratory bird had come.
3. They found that a rare kind of ladybird beetle had appeared.
4. They found that the tree had started to wither.

Q8. What does the speaker say about the relationship between clean gardens and wildlife?

1. Wildlife makes clean gardens.
2. Wildlife do not welcome clean gardens.
3. Clean gardens and wildlife can go together.
4. Clean gardens are always damaged by wildlife.

Q9. What does the speaker think is a problem of traditional gardeners?

1. They were not authoritarian enough in their garden designs.
2. They were trying to change people's ideas of beauty.
3. They tried to display control over nature in their gardens.
4. They enjoyed wild nature.

Q10. What is the speaker's advice to the audience in the time of climate grief?

1. Enjoy gardening and forget about the dark future.
2. Be part of the ecosystem by gardening.
3. Use your two hands and make your garden clean and tidy.
4. Teach your children how to enjoy an ecological lifestyle.

出典:

<https://www.ted.com/talks/rebecca_mcmackin_let_your_garden_grow_wild?utm_campaign=tedsread&utm_medium=referral&utm_source=tedcomshare>

2026年度 文学部自己推薦入学試験 外国語試験（ドイツ語） 問題用紙

問題：下記の文章の内容を、日本語 10 行以内で要約してください。

Museum und Kulturelle Bildung

Die Institution Museum hat sich im Laufe der Zeit ständig gewandelt: von der fürstlichen Wunderkammer, über den Musentempel, zur Bildungseinrichtung und schließlich zum Freizeit- und Erlebnisort. Gleichzeitig haben sich auch die Aufgaben wesentlich geändert. Seit einigen Jahren bekommt die Besucherorientierung sowie das Vermitteln und Bilden eine immer größer werdende Bedeutung, neben jenen Tätigkeiten, die vom Publikum selten wahrgenommen werden: dem Sammeln, Bewahren sowie dem Erforschen und Ausstellen der Objekte. Mit ihren vielfältigen originalen Sammlungsbeständen, mit Objekten aus Natur und Wissenschaft, aus Technik, Geschichte, Kunst und Kultur bilden Museen einen umfangreichen Kosmos und zeigen sich in besonderer Weise als Orte Kultureller Bildung.

In Deutschland existieren im Jahr 2011 über 6.100 Museen, und die Zahl der Häuser wird jährlich mehr. Die großen Publikumsmagneten, die Kunstmuseen, bilden mit ca. 10 % nur einen kleinen Teil, das Gros bilden die kleineren und mittelgroßen Volkskunde- und heimatkundlichen Sammlungen. Etwa die Hälfte der Museen wird von einer hauptamtlichen Fachkraft geleitet, die andere Hälfte, meist die kleineren heimatkundlichen Sammlungen, von ehrenamtlich Engagierten gepflegt. Diese facetten-reiche Museumslandschaft mit ihren Technik- und naturwissenschaftlichen Museen, den Freilicht- und Industriemuseen sowie den Geschichts- und Kulturgeschichtlichen Sammlungen bieten einen unerschöpflichen Fundus an Bildungsinhalten für jedermann, ein immenses Potential, das es für Jung und Alt zu nutzen gilt.

(出典：<https://www.kubi-online.de/artikel/museum-kulturelle-bildung>)

2026年度 文学部自己推薦入学試験
外国語試験（フランス語） 問題用紙

以下の文章を読み、各設問に対するご自分の考えをフランス語でまとめてください。

Les jeunes Français et la lecture

著作権の都合上、掲載不可です。

問題は次のページに続きます

2026年度 文学部自己推薦入学試験
外国語試験（フランス語） 問題用紙

QUESTIONS

完全な文章を作ってください。

著作権の都合上、掲載不可です。

2026年度 文学部 自己推薦入学試験

専攻(プログラム)別試験

日本史学専攻 問題用紙

問題 次の史料は御成敗式目第八条に関連する鎌倉幕府の追加法である。講義内容および講義プリントを参照しながら、設問に答えなさい。

一 廿箇年以後訴訟事

右、如ニ式目一者、当知行之後、過ニ廿年一者、任ニ右大将家之例一、不レ論ニ理非一、不レ能ニ改替一、而或構ニ謀書一押領由訴レ之、或掠ニ給御下文一知行、自今以後、雖レ有ニ文証^{（一三）}_{（二八）}^{（一三）}_{（二八）}^{（一三）}_{（二八）}、守ニ式目之趣一、過ニ廿箇年一者、不レ願ニ理非一、就ニ知行之年紀一、可レ有ニ御成敗一、

嘉禎四年九月九日評定

(注) 謀書：偽造文書 押領：無理やり奪うこと 文証：証拠
^{（一三）}_{（二八）} 糺繆：誤り

問一 右の史料を書き下し文にしなさい。

問二 右の史料を現代語訳しなさい。

問三 御成敗式目第八条とこの追加法に共通する規定を読み取って答えなさい。

問四 問三の規定の根拠とされ、御成敗式目の特色の一つになっている原則を答えなさい。

問五 この追加法が制定された背景について、右の史料より当時の実情を読み取って述べなさい。

御成敗式目と追加法

1. 御成敗式目(貞永式目)

1232(貞永元)年、北条泰時により制定

全 51 カ条、武家法(武家独自の法典) ⇔ 公家法、本所法

頼朝以来の先例、道理(武士社会での慣習・道徳)にもとづく

発布後、必要に応じて追加法が出される(式目追加)

2. 条文の読解

プリント 2 枚目(高校生向けの資料集)

第 8 条

下文を持っているのに知行せず年数を経た所領
= 安堵された者が知行せず長期間に及んだ所領
・ 実際の知行が 20 年を過ぎたら、その知行をやめさせることはしない = 源頼朝の先例

・ 知行していると偽って安堵の文書を所持していても、その訴えは認めない = 知行の実態を重視

[年紀法]

一定の年限を経過すると土地所有の既成事実が正当な権利として認められる。式目の規定した 20 年が武家法の定める期間として定着していた。

一 雖帶御下文不令知行、經年序所領事
右、当知行之後、過廿ヶ年者、任大將家之例
不論理非不能改替、而申知行之由掠給御下文
之輩、雖帶彼狀不及序用、

3. 追加法の制定

1261(弘長元)年、関東新制が制定される

全 61 カ条、御成敗式目の規定の再確認、実情に合わせた規定

例) 守護の職務

御成敗式目第 3 条(プリント 2 枚目)

守護の職務 = 大番催促、謀叛・殺害人の取締

+ 夜討・強盗・山賊・海賊の取締

関東新制第 32 条 →

① 式目の規定(傍線部)

山賊・海賊・夜討・強盗の類の取締は
守護地頭

② 実情(二重傍線部)

取締が不徹底で、悪党が現れないよう
に起請文を提出させても断絶しない

③ 追加法の規定(波線部)

守護地頭を懲らしめ戒める。それでも
悪党の蜂起があれば、該当する守護地
頭を交代させる

↓

犯罪取締の不徹底な守護地頭に対し、
役職の交代 = 解任を掲げて、職務の遂
行を命じる

◎ 鎌倉幕府… 社会の実情を踏まえて追加法を
制定

一 可下仰三諸国守護地頭等一、令レ禁断海賊次山賊等事
① 山賊、海賊、夜討、強盜之類、諸国守護地頭等、可レ致三其沙汰一之子細、
被レ載ニ式目一畢、② 而無沙汰之由、依レ有ニ其間一、如レ此惡党不レ可ニ見隱聞
隱一之旨、雖レ被レ召ニ起請文於御家人等一、猶以不ニ断絶ニ云々、③ 早仰ニ國
々守護所々地頭等一、殊可レ被レ加ニ懲肅一、此上猶惡党蜂起之由、於下有ニ其
聞一所々上者、云ニ守護ニ云ニ地頭一、可レ被レ改ニ補其職一矣、

●御成敗式目

- ①主君の命を受けて他を指揮し事を執行すること
- ②源頼朝は一一九〇(建久元)年に権大納言右近衛大将に任命された
- ③守護が管内の御家人を皇居を警固する京都大番役などに動員すること。鎌倉中期以降幕府では、守護の遵守すべき重要な職務として、大番催促、謀叛人・殺害人の逮捕を大犯三カ条といつて重視した
- ④副次的な補足事項を示す
- ⑤年貢以外の雑税と労役
- ⑥荘園と公領
- ⑦土地から生ずる収益
- ⑧好ましくない行為をいう
- ⑨所持している財産や所領
- ⑩何事かをするために多数の人を促してかり集める
- ⑪逆らい拒否する
- ⑫守護が管内の御家人に催促する公事。京都大番役など
- ⑬年貢に同じ
- ⑭荘園領主。因沢算
- ⑮他人のものを盗みとつて費す
- ⑯所定の数量
- ⑰ぐすぐすして義務を果たさな
- ⑱罪により地頭職を取り上げる

●御成敗式目

- 一 諸国守護人奉行の事
 - 一 右、右大將家の御時定め置かるる所は、大番催促・謀叛・殺害人・山賊・海賊等の事なり。而るに近年、代官を郡郷に分ち補し、公事を庄保に充て課せ、国司に非ずして国務を妨げ、地頭に非ずして地利を貪る。所行の企て甚だ以て無道なり。抑、重代の御家人たりと雖も、当時の所帯無くば駈り催すに能はず。兼て又所々の下司庄官以下、其の名を御家人に仮り、国司・領家の下知を対捍すと云々。然るが如きの輩、守護役を勤むべきの由縦ひ望み申すと雖も、一切催を加ふべからず。早く右大將家御時の例に任せて、大番役并に謀叛・殺害の外、守護の沙汰を停止せしむべし。……
- 一 諸国地頭、年貢所当を抑留せしむる事
 - 右、年貢を抑留するの由、本所の訴訟有らば、即ち結解を遂げ勘定を請くべし。犯用の条、若し遁るる所無くば、員数に任せてこれを弁償すべし。但し、少分に於いては早速沙汰を致すべし。過分に至りては三ヶ年中に弁済すべきなり。猶此の旨に背き難渋せしめば、所職を改易せらるべきなり。

〔同〕一、諸国守護人の職務・権限の事

このことについては、右大將家(源頼朝)の時代に定められたのは、大番役の催促、謀叛人・殺害人(夜討ち・強盗・山賊・海賊を付け加える)の逮捕などの事柄である。ところが、近年、守護は代官をそれぞれ郡郷に任命して、夫役や雑税を荘園・公領に賦課し、国司でもないのに(国司のような振舞いをして)国政を妨げ、地頭でもないのに土地からの収益をむさぼっている。このような行為は著しく道理にはずれている。大體、代々御家人であった者でも、現在知行する所領がなければ御家人として催促することはできないのである。また、そここの下司・荘官らが、自分は御家人であると称して、国司や領家の命令に逆らっているという。こういうような連中が守護役を勤めたいといつて、それを望んだとしても、決して招集してはいけない。早く右大將家時代の例にならって、京都大番役と謀叛人・殺害人の逮捕以外の守護の関与を禁止する。……

●御成敗式目

- ⑲幕府が出す本領安堵・新恩給との下文
- ⑳事実上の支配
- ㉑相当期間の年数。不動産の権利を取得し、または消失する経過年数としての二〇年
- ㉒不動産物権の所有権を主張する者が現実その権利を行使していること
- ㉓ごまかしてもらいうける
- ㉔取り上げて用いる
- ㉕律令の趣旨
- ㉖代々つづく先例であることを強調している
- ㉗数えきれないほどある
- ㉘そればかりでなく、その上に
- ㉙都会と田舎。國中
- ㉚前の人の事業の跡。前例
- ㉛式目制定過程における評定会議の審議内容

●御成敗式目の内容別分類

- ①この関係の条文としては、40条がある
- ②寺院の堂塔
- ③他に4・38条がある
- ④前項史料参照
- ⑤地頭の非法による農民の難敵
- ⑥逃亡者に対する資財没収
- ⑦農民の財産を損失させる
- ⑧他に18・20・22・24条など

一 御下文を帯すと雖も知行せしめず、年序を経る所領の事

右、当知行の後、廿ヶ年を過ぎば、大將家の例に任せて理非を論ぜず改替に能はず。而るに知行の由を申して御下文を掠め給はるの輩、彼の状を帯ぶると雖も叙用に及ばず。

一 23 女人養子の事

右、法意の如くばこれを許さずと雖も、大將家御時以來当世に至るまで、其の子無きの女人等、所領を養子に譲り与ふる事、不易の法勝計すべからず。加之、都鄙の例先蹤、惟れ多し。評議の処尤も信用に足るか。

(御成敗式目)

●御成敗式目の内容別分類

- (イ) 神社・僧侶に関するもの
 - 1 神社を修理し、祭祀を専らにすべき事
 - 2 寺塔を修造し、仏事等を勤行すべき事
- (ロ) 守護・地頭の職務・権限に関するもの
 - 1 諸国守護人奉行の事
 - 2 諸国地頭、年貢所当を抑留せしむる事
 - 3 百姓逃散の時、逃散と称して損亡せしむる事
- (ハ) 御家人の所領相続・処分に関するもの

一、御下文を持っていてもかかわらず、実際の土地支配を行わぬままに所定の年数を経た所領の事

これについては、現実に支配した後、二〇年を過ぎた場合には、大將家(源頼朝)時代の慣例により、権利の正当性のいかんにかかわらず、現在土地支配をしている者をやめさせることはしない。しかし、現実に支配しているとは偽って御下文をもらった者が、そうした証拠書類を持っているからといって、その主張は採用しない。

一、女性が養子を迎える事

これについては、律令の趣旨からすれば許されないが、大將家(源頼朝)の時代から今日に至るまで、子のいない女性が所領を養子に譲与することは、武家社会のかわらぬしきたりとして数えきれないほどある。そればかりでなく、国内の各地で前例も多い。評定会議の決定としても確かなものである。

2026年度 文学部自己推薦入学試験
専攻(プログラム)別試験 哲学専攻 問題用紙

次の英文は、哲学の形而上学の分野での、あるテーマについて述べたものである。

英文を読んだ上で、以下の問題に答えなさい。

1. 下線部 (1) の内容を日本語で記述しなさい。(配点 10 点)
2. 下線部 (2) を日本語に訳しなさい。(配点 15 点)
3. 下線部 (3) のように述べられている理由を説明しなさい。(配点 15 点)
4. 下線部 (4) を日本語に訳しなさい。(配点 15 点)
5. 最後の段落では、ここでのテーマに対する相対する 2 つのアプローチが対比されている。それぞれのポイントを説明しなさい。(配点 15 点)
6. あなたは、この文章が扱うテーマを論じるうえで、上記の 2 つのアプローチのうち、どちらを採用したいと考えるか。400 字程度で論じなさい。(配点 30 点)

Imagine waking up one morning, rubbing the sleep from your eyes, and finding a strange face looking back at you from your mirror. No matter what you do to try to wake yourself, and no matter how many different mirrors you try, the result is always the same. (1) Such an experience might make you doubt your senses or your sanity, but it is unlikely to make you doubt that you are you. It is not even clear what it would mean to doubt that. While this scenario is far-fetched*, it is by no means unfamiliar. Such “body swaps” make up the plot of countless stories, from folktales to science fiction, to Disney films like *Freaky Friday**. Millennia of* religious and spiritual traditions have suggested that we can survive the death of our biological bodies, and people regularly report experiencing separation from their physical bodies in phenomena like astral projection* and near-death experiences*. As I write, (2) there are researchers working on methods to upload the self to a computer so that we can continue without physical embodiment.

(3) All of this suggests that at some fundamental level we take ourselves to be something other than, and potentially separable from, our bodies. We are not simply animals or organisms, but selves, which inhabit organisms or bodies but can come apart from them. This leaves us with the question of what

2026年度 文学部自己推薦入学試験
専攻(プログラム)別試験 哲学専攻 問題用紙

kind of “something” a self is. This is a metaphysical question about the self. It asks what kind of entity* a self is, how we can individuate* selves (how would you count the number of selves in a room?), and how to tell when we are dealing with the same self at different times. These may seem like rather simple questions, but as we will see, they are not.

Soul survivor

The kinds of cases with which this chapter opened are often taken to suggest that a self is a seat of conscious experience which, although typically encountered attached to a human body, can be detached from it. One obvious and historically significant candidate for the kind of thing that might act as such a seat of consciousness is a soul. If this answer is to illuminate the nature of the self, however, we will need to know something more about what a soul is. Often when we talk about someone’s soul—for instance when we say that “the eyes are the window to the soul” or that someone is a “gentle soul”—we use the word to talk about someone’s nature or character. In the metaphysical context, however, it typically means something different. Here the soul is not the collection of traits and properties that define someone’s nature, but rather the “something” that possesses those traits and properties. Just as physical traits require a physical substance* or “substratum*” that possesses them, so mental traits require a mental entity to possess them. If we encounter a red, ripe, round tomato, it is the tomato that is red and ripe and round. (4) And when we encounter a self who thinks and feels and believes certain things, there should be a corresponding substratum, or basic “something,” that possesses the thoughts, feelings, and beliefs. The idea of the soul usually invoked in this context is that of an immaterial substance that serves as such a substratum.

Those who hold that the self is a soul of this kind would see the case described at the beginning of this chapter as one in which a soul becomes separated from its original body and comes to inhabit a different one, carrying its subjectivity and psychological attributes* with it. While this does provide an answer to the question of what kind of thing a self is, there are several worries that have been raised about this approach. Many find the notion of an immaterial thing extremely mysterious if not downright* incoherent. Objectors point out, moreover, that there is no need to have recourse to immaterial substance to account for the existence of the human mind. Developments in the scientific study of the mind, particularly neuroscience, suggest that we can account for our mentality in terms of activity of the nervous system. We know that brain activity is implicated in* conscious experience, the argument goes, so positing an independent kind of substance in which this experience inheres is at best redundant*.

出典) Marya Schechtman, *The Self: A Very Short Introduction*, Oxford University Press, 2024

2026年度 文学部自己推薦入学試験
専攻(プログラム)別試験 哲学専攻 問題用紙

注)

* far-fetched ありそうもない、現実離れしている

* Freaky Friday フリーキー・フライデー (ディズニー映画のタイトル)

* millennia of 何千年にもわたる

* astral projection 幽体離脱

* near-death experiences 臨死体験

* entity 存在物

* individuate 個体化する、1つ1つ分ける

* substance 実体

* substratum 基体、特徴や特性を有するもの

* attribute 属性

* downright 全くもって、直ちに

* implicated in ～に関与している

* redundant 余分である

2026年度 文学部 自己推薦入学試験

専攻(プログラム)別試験

社会学専攻 問題用紙

問題

以下の3つの設問全てに解答してください。

※それぞれの設問への解答の冒頭に必ず「設問1」「設問2」「設問3」と設問番号を書いてください。

設問1 講義をふりかえって、社会学的な社会調査の方法のひとつである「フィールドワーク」がどのように説明されていたか、まとめてください。

設問2 講義をふりかえって、「実際のフィールドワークにおける観察と考察とそこからの理解」について、あなたが観察・考察・理解したことを述べてください。その際に、スライドを(みて)、話を(きいて)、記憶・記録にとどめた具体的事例をあげながら説明してください。

設問3 ①あなたはこれまで現代社会のどのような問題に気づいたのか。②その問題の根本は何であるのか。③その問題の解決にむけて、フィールドワークを生かすとしたら、あなたはどのようにしていくかを述べてください

2026年度 文学部 自己推薦入学試験
専攻(プログラム)別試験

心理学専攻 問題用紙

問題

資料を読んで、「設問1」から「設問3」までの三題すべてに解答しなさい。
解答はすべて解答用紙に記入しなさい。

(解答上の注意)

解答用紙は三枚配付します。設問一題につき解答用紙一枚を使用して解答しなさい。解答にあたり字数制限を厳守すること。三枚の解答用紙には、すべて受験番号、氏名を必ず記入すること。

【設問1】

この資料を読んで、教育現場において心理的安全性がなぜ重要なのかを、思春期の発達課題と関連づけて説明しなさい。その上で、心理的安全性を育む上で生じうる課題を2つ挙げて論じなさい。字数は400字以内とします。(配点…20点)

【設問2】

あなた自身がこれまでの生活(学校の内外を問わない)で経験した、チームや集団(例…部活動、委員会、クラス、ボランティア先)における活動を一つ取り上げ、その中で感じた心理的安全性(またはその欠如)について具体的に語り上げて、その経験を通して、あなたは何を学びましたか。もしそのような経験がなければ、あなたが学校内でピアサポーターの役割を担うとしたら、仲間たちの心理的安全性を高めるために、どのような企画を立案・実行したいか、具体的な活動内容とその目的を述べなさい。字数は500字以内とします。(配点…40点)

【設問3】

心理的安全性の高い環境を育む上で、コンパッションとセルフ・コンパッションが不可欠であると筆者は示唆しています。それはなぜだと考えられますか。資料の内容をふまえ、失敗や困難との向き合い方という観点から、あなたの考えを述べなさい。その際、これらの実践に伴う共感疲労や自分への葛藤といった難しさに、どのように向き合えばよいかについても論じなさい。字数は500字以内とします。(配点…40点)

資料

心理的安全性 (psychological safety) とは、集団の中で自分らしくふるまい、意見を表明し、失敗を恐れずに行動できると感じる状態を指す。もともとは組織心理学の分野で提唱された概念で、企業の生産性やチームの創造性に重要な影響を与える要因として注目されている¹⁾²⁾。近年では、この概念が教育現場においても極めて重要であることが指摘され始めた³⁾。

米国の発達心理学者エリクソン (Erikson, E. H.) の発達段階論によれば、思春期には自己の確立と他者との関係性構築という二重の発達課題を抱えている (「同一性 対 同一性拡散」の段階)。つまり心理的安全性の低い環境、すなわち失敗や弱さを非難される環境にあると、自己探索は萎縮し、表面的な適応や回避行動が促進される危険がある。一方、心理的安全性の高い環境では、失敗を学びの一部として受け入れることができ、結果として子どもの心理的健康を高める可能性がある。

子どもの心理的健康に役立つ要因の一つにレジリエンス (resilience) がある。レジリエンスとは、失敗や挫折を乗り越え学びや成長につなげるために不可欠な心理的特性である。単に失敗や挫折で落ち込まないことではなく、困難を経験した上で、それを意味あるものとして統合し、新たな行動に向かう力を指す。教育現場では、こうした心理的安全性やレジリエンスを育むためにさまざまな実践が試みられている。その一例がピアサポート活動である。

ピアサポートとは、同年代の仲間 (peer) が互いに支え合う活動を指し、近年多くの学校で導入されている。たとえばある高校ではピアサポーターに任命された生徒たちが、休み時間に「相談コーナー」を開設し、悩みを抱えた同級生の話を傾聴する試みを行っている。別の高校では、ピアサポーターが定期的にストレスマネジメントのワークショップを企画・実施し、仲間同士による支え合いを促進する活動を続けている。

ピアサポートにはいくつかのメリットがある。まず、同年代同士で話すことで相談のハードルが下がりやすいこと。次に、共感的な対話を通して、互いに成長できること。しかし課題もある。たとえば、サポーター自身が心理的負担を抱え込んでしまうリスク、あるいは支援の限界を超える問題に直面するリスクである。そのため、ピアサポーターには、傾聴技法、ストレスマネジメント、自分で抱えきれないときに適切に信頼できる大人につなぐスキルなどの心理教育 (心理学を基礎として開発されたトレーニングプログラムのこと) が重要となる。

ところで、近年の研究では、学校で「安全でない」と感じる環境など、安全性の低い学校環境の認知と不安・抑うつなどの心理的困難との関連が報告されている⁴⁾。この知見は、心理的に安心して表明できる環境の重要性を示唆している。特に、恥の体験 (他者から否定されたと感じる経験) は、自己評価の低下や対人不安のリスクを高めることが報告されている⁵⁾。

ここで重要になるのがコンパッション (compassion) やセルフ・コンパッション (self-compassion) である。コンパッションとは、困難や苦しみを抱えた他者に対して、温かく寄り添い、助けたいと思う心のあり方であり、人間なら誰にでもある気持ちである。単なる同情とは異なり、相手の痛みと共に感じつつ、それに応答しようとする積極的な態度を含む。セルフ・コンパッションとは、その態度を自分自身にも向けることである⁶⁾。失敗したときやつらいときに、自分を責めるのではなく、「誰にでも失敗はある」「つらいときは誰でもつらいのだ」と優しく受けとめる態度を意味する。セルフ・コンパッションの高い人は、レジリエンスも高いことが、近年の心理学研究で明らかになっている⁷⁾。

コンパッションやセルフ・コンパッションの実践には困難もある。他者に寄り添おうとすると、自分も心理的に影響を受けて消耗する共感疲労という現象が起こることがある。また自分に優しさを向けようとすると、“自分に甘くなりすぎるのではないか”、“本当にこれで自分は成長できるのか”といった自分への葛藤が生まれやすい。だからセルフ・コンパッションを育む過程では、無理に理想を押しつけすぎず、自分のペースで少しずつ進めることが大切である。無理をすると、かえって自己否定感が強まったり、心理的に消耗したりするリスクもあるため、自然な流れを尊重する姿勢が重要である。教育の現場で、その場にいる人たちの失敗や弱さを受けとめ合う文化を育むことは、心理的安全性だけでなく、コンパッションやセルフ・コンパッションを育成することにもつながる。これらは、単なる優しさにとどまらず、自己成長と他者理解を促進するカギとなる。

教育現場で生徒の心理的安全性を高める際に留意すべき点がもう一つある。それは単に「自由にしている」と伝えるだけでは十分ではなく、互いの人権を尊重することが前提という点である。人間が互いに尊重し合うためには人間同士の境界線 (boundary) と規範 (norms) が必要である。また、すべての生徒が同じように安全だと感じ

るわけではなく、生徒個人の心理的発達に左右されることも多い。さらに社会的マイノリティの生徒(例:性的マイノリティ、文化的マイノリティ)に対しては、個別的な配慮が不可欠である。心理的安全性は、単なる「居心地のよさ」ではない。それは挑戦と成長を可能にする土台であり、教育における心理的支援の中心概念の一つとして、今後ますます重要性を増していこう。

(文献)

- 1) Edmondson, A. (1999). Psychological safety and learning behavior in work teams. *Administrative Science Quarterly*, 44, 350–383.
- 2) Frazier, M. L., Fainshmidt, S., Klinger, R. L., Pezeshkan, A., & Vracheva, V. (2017). Psychological safety: A meta-analytic review and extension. *Personnel Psychology*, 70, 113–165.
- 3) Tu, X. (2021). The role of classroom culture and psychological safety in EFL students' engagement. *Frontiers in Psychology*, 12, 760903.
- 4) Mori, Y., Tiiri, E., Khanal, P., Khakurel, J., Mishina, K., & Sourander, A. (2021). Feeling unsafe at school and associated mental health difficulties among children and adolescents: A systematic review. *Children*, 8, 232.
- 5) Gilbert, P. (1998). What is shame? Some core issues and controversies. In P. Gilbert & B. Andrews (Eds.), *Shame: Interpersonal behavior, psychopathology, and culture* (pp. 3–38). Oxford University Press.
- 6) Neff, K. D. (2003). Self-compassion: An alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself. *Self and Identity*, 2, 85–101.
- 7) Neff, K. D., & McGehee, P. (2010). Self-compassion and psychological resilience among adolescents and young adults. *Self and Identity*, 9, 225–240.

2026年度 文学部 自己推薦入学試験

専攻(プログラム)別試験

学びのパスポートプログラム 問題用紙

問題

次の①～④の指示に従って、A・B・Cに分類された資料の内容を踏まえ、自然保護と観光(アウトドアでのスポーツ活動を含む)について考えたことを、一〇〇〇字以上一六〇〇字以下で書きなさい。

- ① 適切なタイトルをつけること。
- ② 次の条件に従って、配布された資料のうち四つ以上に言及すること。
 - ・ Aは必ず用いること。
 - ・ BとCの資料からそれぞれ必ず一つ以上を用いること。
 - ・ 資料に言及するときには、その資料の番号を明示すること。(例:「資料B
- ③ ②が述べているように・・・」
- ④ 言及した資料は所定の欄にも明記すること。
- ④ 資料の内容以外に自分の知見も加えること。

資料の補足

日本には五つの世界自然遺産(知床、白神山地、小笠原諸島、屋久島、奄美大島・徳之島・沖縄島北部及び西表島)があるが、この内、白神山地を除いては、すべて国立公園に指定されている。また、二〇二四年六月、国内で三十五か所目の国立公園となる「日高山脈襟裳十勝国立公園」が新たに指定された。

【出典】

- 資料 A 森岡正博(2009)：人間・自然―「自然を守る」とはなにを守るのか、鬼頭秀一・福永真弓(編)環境倫理学、東京大学出版会、[抜粋 pp.25-27]
- 資料 B ① 信濃毎日新聞 2024年11月2日朝刊 10頁 「信濃毎日新聞2024年11月2日 許可.2551201」
- 資料 B ② 読売新聞 2023年12月10日西部朝刊 28頁
- 資料 C ① 公益社団法人 日本観光振興協会 (2024)：令和6年度版 観光の実態と志向 第43回国民の観光に関する動向調査、同協会発行、p.42
- 資料 C ② 環境省HP：自然公園利用者数推移
https://www.env.go.jp/park/doc/data/natural/naturalpark_01.pdf (2025年10月15日現在)
- 資料 C ③ 環境省HP：国立公園ならではの自然体験アクティビティガイドライン Ver.4.0 より抜粋
<https://www.env.go.jp/park/doc/law/kouenkeikaku060.pdf> (2025年10月15日現在)
- 資料 C ④ 観光庁HP：日本の国立公園が提案する「新たな旅」(環境省作成資料) より抜粋
https://www.mlit.go.jp/kankocho/seisaku_seido/kihonkeikaku/kokunaikoryu/kaitaku/workation/content/001461684.pdf
(2025年10月15日現在)

たとえば、生い茂った森林を、宅地開発のために切り開いて造成するときのことを考えてみよう。その山に昔から生えていた木々や植物をブルドーザーで取り払い、そこに住んでいた動物たちを追い払って造成地とすることを、許しがたい自然破壊だと感じる人は多いであろう。しかし、その地域を造成地とすることによって、普通の人々のマイホームの夢がかない、幸せな家庭を築いていくこともできるわけだから、あまり無謀な計画ではないかぎり、宅地化はそこに住むであろう人々の利益になるとも考えられる。

ここに見られるのは、「保護」か「開発」かという対立だ。保護するのは「自然」を守るためであり、開発するのは「人間」に利益をもたらすためである。ここでは「自然」と「人間」が対立しているように見える。このようにして、自然保護の問題は、「大切な自然を守るのか、それとも人間の利益を追求するのか」という二項対立で語られることになるのである。

この「自然のためなのか、人間のためなのか」という二項対立は、なんと、自然を守ろうとしている人々の内部でも見られるのだ。

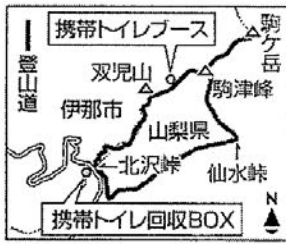
たとえば、奥深い山の木を切って木材として利用するのだが、切ったあとにはきちんと植林をして、持続的な林業が営めるように工夫しようとする人たちがいる。彼らにしてみれば、けっして林業によって自然破壊をしているつもりはない。むしろ逆に、自分たちが山の木々にていねいに手を入れることによって、森林を持続的に管理し、山の自然を守っていると考えているのである。もちろん林業を営むのは、自分たちの利益のためであり、材木を消費する人々の利益のためだから、その第一目的は「人間のため」である。だが、その過程において、森林は持続的に守られていくわけだから、結果的に自然保護が達成されていくというのである。

ところが、このような考え方をうさん臭く思う人たちもいる。森林を持続的に守っていくといっても、もとにあった多様な自然生態系は植林によって失われるのである。そして、人間にとって都合のよいような木ばかりが植えられていくのだから、これは貴重な自然を、人間の利益になるような自然へと置き換えているだけのことである。これは自然保護とはいえない。その地域に長いあいだ生き続けてきた貴重な生態系を、そのまま手つかずで守っていくことこそが、真に自然を守るということである。このような考え方に立てば、貴重な自然が残っている地域では大規模な林業を行ってはならず、国立公園のようにして「手つかずのまま」に保存すべきであるということになる。

さて、みなさんは、この2つの考え方をどのように感じただろうか。おそらく多くの読者は、なんともいえないとまどいを感じたのではないだろうか。まさにこの問題こそ、環境倫理学がここ100年間にわたって悩み続けてきている大問題なのである。

すなわち、自然を守るのは、それが人間のためになるから守るべきなのか、それとも自然それ自体に価値があるから守るべきなのかという問題だ。「自然を守るのは、そうしたほうが、長い目で見て人間の利益になることに間違いのないから守るべきである」という考え方を、「保全」の考え方、あるいは「人間中心主義的」な自然保護の考え方という。この考え方は、その後、「持続的な開発・発展（サステイナブル・ディベロップメント）」という思想に結実した。

これに対して、「自然を守るのは、その地域の自然にとっても大切に貴重な価値があるからであり、けっして自然を守ることが人間のためになるからではない」という考え方を、「保存」の考え方、あるいは「人間非中心主義的」「自然中心主義的」な考え方という。この考え方は、その後、「ディープエコロジー」という思想に結実した。この2つの考え方の対立には、きわめて根深いものがある。自然保護やエコロジー運動をしている人々のあいだにも、この対立は見られるし、一人の人間の頭のなかにもそれはある（これについては、森岡[1999]でくわしく述べたので参照してほしい）。



トイレトベーパーや薬子の包装紙、空き缶……。南アルプス駒ヶ岳に向かう登山道沿いでごみを拾いながら、日帰り山行を楽しむ「清掃登山」が9月7日に開かれた。伊那市などをつくる「東駒ヶ岳開山200周年記念事業実行委

南アルプス 北部の今

携帯トイレ普及途上 排せつ物やごみ放置

山岳環境保全 続く模索



トイレブース(左奥)前で携帯トイレの使い方を清掃登山の参加者に説明する伊那市職員(左)9月7日



多くの登山者が休憩所として使う仙水峠の岩陰にはトイレトベーパーが捨てられていた

員会」が主催。県内から50、70代の男女8人が参加した。参加者は午前9時半に南アルプスの登山口、北沢峠を出発。約1時間半後、休憩場所となることが多い仙水峠に着いた。用を足す場所になつているといふ岩陰を確認すると、トイレトベーパーが岩陰へぼりついていた。隠すように紙が放置されていた。同市から参加した60代の男性は「登山道脇に注目して歩く」と、ごみが思ったより見つかった。参加者は空き缶などのごみと一緒に回収した。一行は午後1時ごろ、駒ヶ岳の6合目に当たる駒津峠に着き、昼食を済ませ、北沢峠に午後3時半に戻った。清掃登山の参加費は林道パスの運賃を含めて1人8千円。長野市から参加した70代の男性は「頻繁に山に登るので、登山道の整備に協力したかった。実行委の担当者は「お金を払って国立公園のごみを拾っ

てくれる。価値のある確しだった」と美感。環境に配慮しながら自然を楽しむ催しがさらに広まることを期待した。

北沢峠から双児山、駒津峠を経て駒ヶ岳へ登るルートは往復で約8時間かかるが、トイレはない。登山者の排せつ物による高山植物や水質への影響、悪臭によるイメージの悪化が懸念されている。

伊那市は、南アルプス公園に指定されて半世紀を迎えた2014年、携帯トイレと密閉袋を市主催のイベントで配布を始め、登山者への啓発活動を続けている。登山者への市の聞き取り調査によると、14年に20%だった市販の携帯トイレなどの携行率は、22年に40%へ上昇。29年度までに50%へ引き上げたいとしている。

南アルプスで携帯トイレを使いやすい環境を整えようと昨年から、用を足す際に利用できる強化ポリアル製のトイレブースを登山道脇に試験的に設置。駒ヶ岳へのルートでは8月中旬、10月下旬、駒津峠と双児山間の樹林内に置いた。

市が登山者に携帯トイレに対する意見を聞く。使用の方が簡単なら普及すると思う。「使用できる所がたかきんある」といった声があった。市南アルプス課エコパーク・ジオパーク推進係長の城取克也さん(43)は「携帯トイレを使う場所がなければ普及しない。登山者に『選ばれた山』にするため、トイレ設置は、必置」とする。

市は昨年、使用済み携帯トイレの回収ボックスも北沢峠に設置。回収は無料だが、処理費として200円の寄付を呼びかけている。将来に向け、ブースの常設と処理費用を含めた価格での携帯トイレ販売も視野に入れる。山岳環境の保全へ模索が続く。

災害時用の組み立て式簡易トイレブースで、内側に便座が一つあり、無料で使える携帯トイレを備える。便座に袋状の携帯トイレをかませて使った後、各自が持ち帰る仕組み。京都府から訪れた50代の女性は下山中に利用し「ブース内もきれいで使いやすかった」と好印象を抱いていた。

屋久島世界遺産30年

観光公害 続く模索



日本で初めて世界自然遺産に登録された鹿児島県・屋久島(屋久島町)の30年間は、オーパーツーリズム(観光公害)対策に先駆的に取り組んだ試行錯誤の歩みだった。原生的な天然林を有するたいまれな自然環境をどう守り、どう活用するのか。島民の模索はこれからも続く。
(古島弘章、本文記事1面)

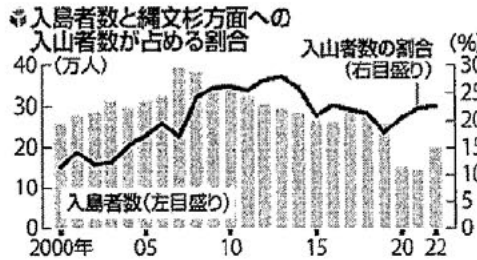
■島民ガイド50人

「航海者たちが『益々救われまじよう』と願いを込めたことが、神社名の由来と言われています」
11月下旬、屋久島北東部の港町・宮之浦集落。多くの観光客が島中央部の山々を目指す中、住民のさん(24)は3人の客と向き合っていた。「益々救社」など集落が誇る名所について、手作りの資料も使って丁寧に説明した。初めて来島した神戸市の大学院生さん(24)は「普通に歩いても気付けない話を聞くことができた」と満足そうなおもてなしを浮かべた。
ツアー名は「里のエコツアー」。自然と共生する島の暮らしに直接触れ、観光ガイド本にはない体験ができる。行楽シーズンに1日500人前後が押し寄せる「里のエコツアー」に参加した観光客に益々救社を案内する。さん(24)月1日、鹿児島県屋久島町で。

縄文杉人気 緩和へ集落ツアー



「縄文杉」への登山客の分散化も狙って、公益財団法人「屋久島環境文化財団」が2011年に始めた取り組みだ。島民約50人がガイドに登録している。
急勾配の多い縄文杉登山は山歩き初心者にはハードルが高い。ツアーは受け皿となっており、参加者には文化や歴史に関心が高い人が多いという。さんは「観光の選択肢を増やすことが、縄文杉への過度な集中を緩和することにつながる」と手応えを語る。
■樹皮が削られ



入島者数は登録後に増え始め、2000年代の離島
入島者数(左目盛り) 入山者数の割合(右目盛り) (%)
2000年 05 10 15 20 22



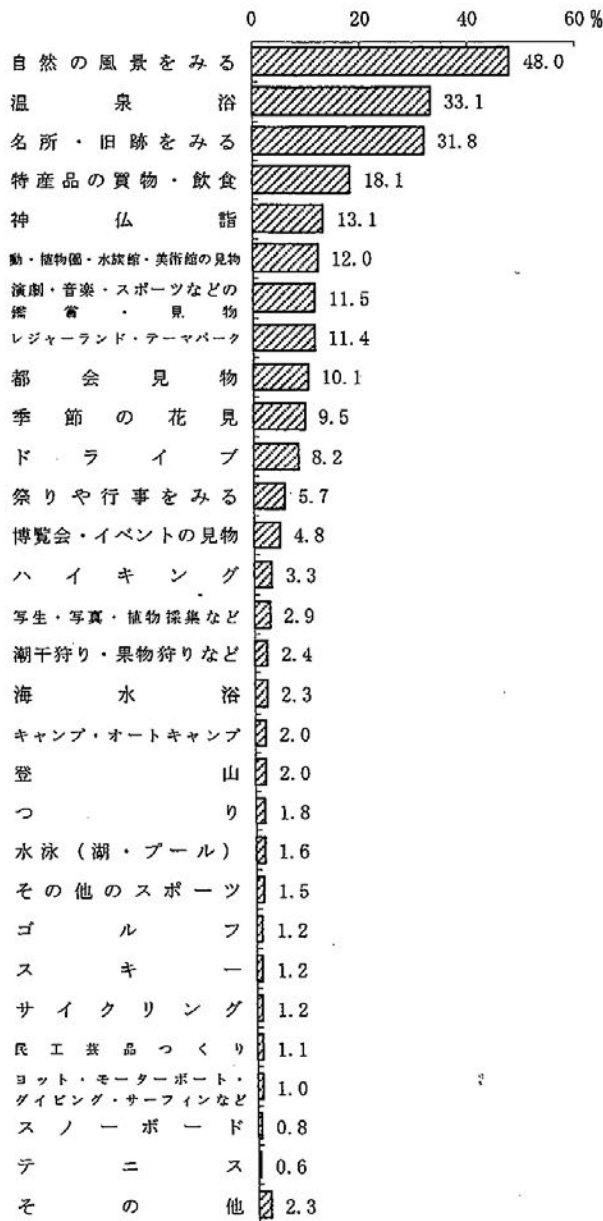
静かにたたずむ縄文杉(7月、鹿児島県屋久島町)

ブームも手伝って07年に約40万人に倍増した。突出した人気を誇る縄文杉は樹高25.3m、幹回り16.4mと最大級の巨木で、樹齢7200年とも推定される。縄文杉方面への入山者数は1万3000人だったが、2008年には7倍の約9万2000人に達した。往復10時間の日帰りツアーが主流で、大型連休中は現地でも町職員らが客を誘導する。登山道のトイレに行列ができることもある。
観光客の増加は目立った産業がなかった島を活気づけた。観光業を含む第3次産業の就業人口は登録前の5割から7割強に増えた。一方で、次々と顕在化する「観光公害」とどう向き合うかが問われた。

縄文杉の周囲の根が踏まれて樹勢が衰える恐れが指摘され、林野庁は1996年、展望デッキを設置して近寄れないようにした。だが、2005年には樹皮が一部削り取られる被害も。08年から約8年間、登山道をパトロールした。は「動物に餌をやったり、登山道を外れて写真を撮ったりする登山者もいた」と振り返る。
危機感を持った町は11年、縄文杉方面への入山者を1日420人に制限する条例案を提出したが、観光への影響を懸念した町議会は全会一致で否決した。
登山者のし尿処理にも苦労が絶えなかった。町はトイレのし尿を周りに埋めていたが、08年度から入力で麓への搬出を始めた。17年には財源を登山者から募る協力金制度(日帰り客1000円など)を導入したが、赤字が続いており、今なお課題としてのしかかる。
■「両立のモデル」
環境庁(現環境省)から鹿児島県庁に転じて世界遺産登録に奔走し、島の歩みを見つめてきた同財団の

6. 旅行先での行動

(図表 I-12) 宿泊観光の旅先での行動



旅行先でのすべての行動を回答してもらったところ、多いものは次のとおりである。

① 自然の風景をみる	48.0%
② 温泉浴	33.1%
③ 名所・旧跡をみる	31.8%
④ 特産品の買物・飲食	18.1%
⑤ 神仏詣	13.1%

また、宿泊観光1回ごとに主な行動1つだけに限定してもらうと、その順位は次のようになる。

① 温泉浴	17.9%
② 自然の風景をみる	16.3%
③ 名所・旧跡をみる	12.5%
④ 演劇・音楽・スポーツなどの鑑賞	8.9%
⑤ レジャーランド・テーマパーク	7.5%

すべての行動及び主な行動の上位3項目について、順位は異なるが同じ項目があげられた。

旅先での行動(複数回答)それぞれについて、多い層をあげると、次のようになる。(性・年齢別、旅行同行者別)

自然の風景をみる：男性70歳以上(60.0%)、女性70歳以上(64.1%)、家族(52.3%)、家族と友人・知人(50.0%)

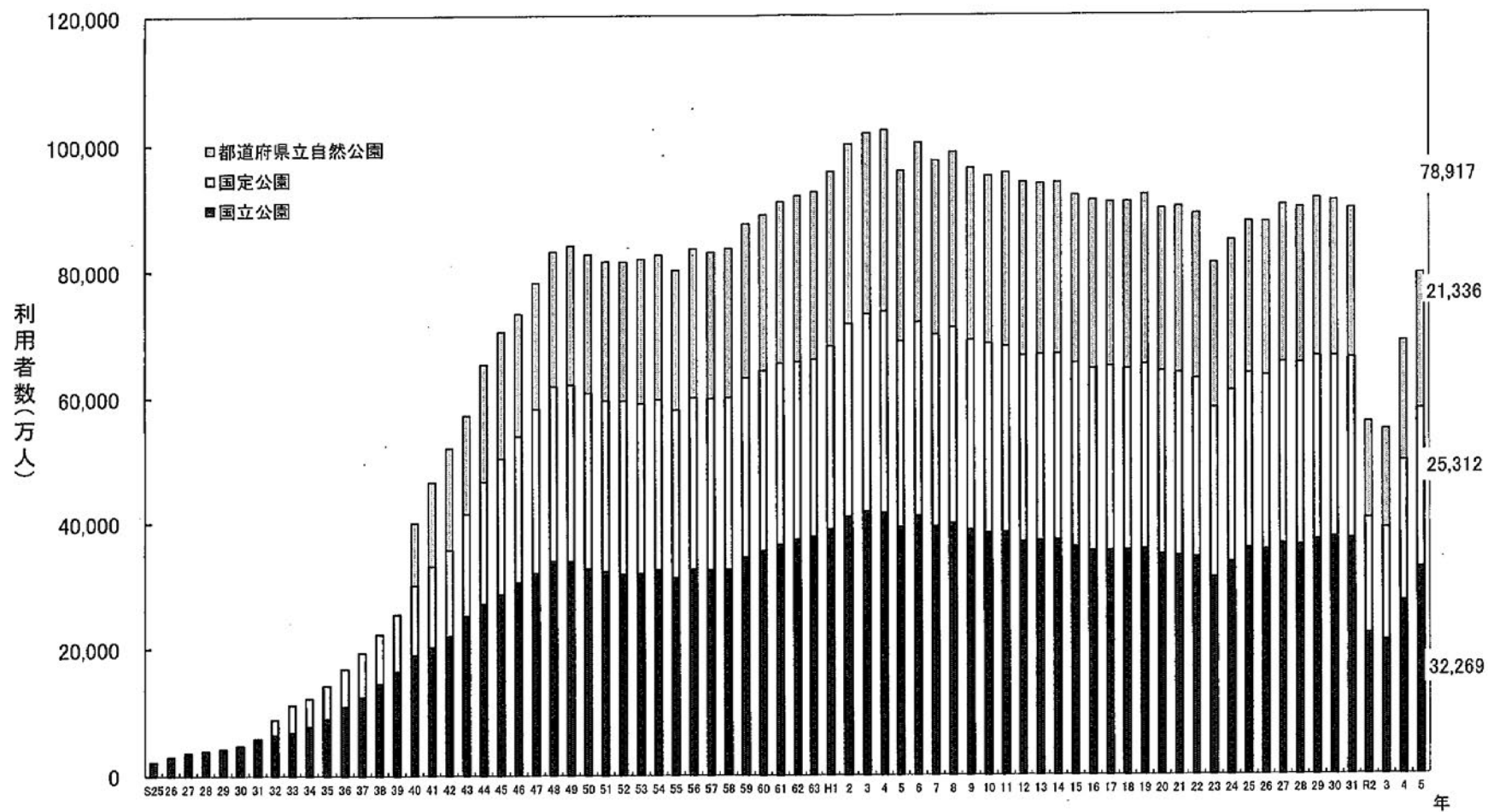
温泉浴：男女ともに70歳以上(49.6%)、家族(40.6%)、友人・知人(30.5%)

名所・旧跡をみる：男性70歳以上(43.9%)、女性70歳以上(44.3%)、家族(34.5%)、職場・学校の団体(33.8%)

特産品の買物・飲食：男性70歳以上(25.8%)、女性70歳以上(26.1%)、家族(20.1%)、友人・知人(18.7%)

神仏詣：男女ともに70歳以上(17.2%)、家族(14.2%)、地域などの団体(15.1%)

図 I - 1 自然公園利用者数推移



注) 国定公園は昭和32年より、都道府県立自然公園は昭和40年より利用統計を開始した。

国立公園と「保護と利用の好循環」の考え方

国立公園は、我が国を代表する傑出した自然の風景地として、「自然公園法」に基づき指定される地域であり、日本には現在、**35の国立公園**があります。それぞれの国立公園が、貴重な生態系や風景を保全しつつ、観光や教育の役割を担っています。国立公園では、優れた自然を守り地域活性化を図るため「**保護と利用の好循環により、優れた自然を守り地域活性化を図る**」の考え方を重要視しています。この好循環を実現するための取組が、「**国立公園満喫プロジェクト**」です。具体的には、地域の体制づくり、自然体験アクティビティの充実、地元ガイドの育成、ビジターセンターや遊歩道、展望台などの整備、外国語対応の案内板の設置、利用者の協力金や保全活動に参加できる仕組みづくりなどを行っています。

また、国立公園の管理運営に関わる関係者が、共通の理解を持つための「全ての国立公園の共通の管理運営指針」として、**国立公園のブランドプロミス**を定め、国立公園の提供価値を「**多様な自然風景と、生活・文化・歴史が凝集された物語を知ることで、忘れられない唯一無二の感動や体験ができる。**」と整理し、ブランドメッセージを「**その自然には、物語がある。**」としました。

National Parks of Japan

国立公園満喫プロジェクト

「明日の日本を支える観光ビジョン（2016年3月）」の柱の一つに国立公園が位置づけられる

2016年～ 国立公園満喫プロジェクト開始 【訪日外国人の国立公園利用者数】490万人（2015年）→667万人（2019年）

国立公園の**保護と利用の好循環**により、**優れた自然を守り地域活性化を図る**

- ◆ 日本の国立公園のブランド力を高め、国内外の誘客を促進。利用者数だけでなく、滞在時間を延ばし、自然を満喫できる上質なツーリズムを実現。
- ◆ 地域の様々な主体が協働し、地域の経済社会を活性化させ、自然環境の保全へ再投資される好循環を生み出す。

国立公園を核とした
地域循環共生圏の実現

