

「小学生向け和本レクチャー」実施報告

—鶴見大学図書館・神奈川県立図書館による—

久保木 秀夫（鶴見大学・准教授）

注：職名は報告当時。現職は日本大学・教授

はじめに

鶴見大学では2014年度から2年間、神奈川県との共同事業というかたちで、神奈川県立図書館と協力しながら、タイトルにあるような活動を進めてきました。私個人は、鶴見大学に着任するまで、本格的な教育経験というものがそんなにはなく、小学生相手となるとなおさらでしたので、最初は何をすればよいのか、全くわからない状態でした。が、右往左往しながらも実際に行なってみたところ、小学生の反応も予想以上によくて、とても面白かったんですね。その反応をみて、またブラッシュアップしていった、ということをして2年間、繰り返してきました。

ちなみに、もちろんこれは、私ひとりで進めてきたものではなくありません。同僚の中川博夫氏や伊倉史人氏、両図書館職員の皆さん、文学研究科の大学院生の皆さんと協力しながら、行なってきました。また事業年度終了後も、回数は減りましたが、鶴見大学の教育事業・社会還元事業の一環として続けています。私自身は2018年度、日本大学に転任してしまいましたので、途中で投げ出したかたちとなり、非常に申し訳なく思っているのですが、それから伊倉氏が中心となって、活動は行なわれています。

それと、事業年度中の具体的な活動内容や、その経緯等については、

- ・近世文学会編『和本リテラシーニュース』vol.2（2016年7月）所収「実践記録1小学生対象「昔の本にさわってみよう！」の工夫と知見」

<http://www.kinseibungakukai.com/doc/wabon002.html>、

- ・国立国会図書館 web サイト「カレントアウェアネス・ポータル」No. 294（2015年12月）掲載「E1743 - 小学生向けレクチャー「昔の本にさわってみよう！」〈報告〉」

<http://current.ndl.go.jp/e1743>

という記事にまとめています。そこで今回は、一部重複するところもありますが、とりわけレクチャーの前半部分、パワーポイントのスライドを使っての事前学習の内容を中心に述べていきたいと思えます。

セッティング

事業として行なっていた2年間では、横浜市近辺の小学校を10数校訪れました。最初の方と最後の方では、内容も進め方も相応に変わりましたが、基本的なところでは、5年生か6年生、どちらかの学年の全クラスを対象として、クラスごとに朝から午後まで行っています。1学年の中で、受けたクラス・受けなかったクラスといった差が出てはダメなんですね。全クラスが同じ機会に恵まれなければならない。言われてみれば当然ですので、一番多い時には、1学年6クラスという学校で、1時間目から、昼休みを挟んで6時間目までの全時間、同じレクチャーを繰り返しました。それを、誰かひとりだけで担当するのはもちろん負担が大き過ぎますので、教員や図書館職員が交代々々で行なっていました。

そんなふうに、1日に何時間分行くかは、各学校のクラス数や児童数で変わってきますが、早くも1時間目、遅くても2時間目には始めますので、セッティングのため、朝8時頃には学校に着くようにしていました。訪問する小学校や、使用する教室についてはほとんどの場合、レクチャーに関わるスタッフの1～数名が事前確認に行っていました。そうした情報に基づいて、机などのレイアウトを整えて、県立図書館と大学とが持参した貴重書群を並べていきます。

その際に、児童に実際に触ってもらえるものと、見るだけにしてもらうものとに分けました。見てもらうだけの方では、書物の歴史に関わるような、パピルスやクレイタブレット、貝多羅葉、西洋初期活版本のインキュナブラに、日本の手彩色がきれいな奈良絵本、横浜近辺の古地図、などなどです。また両図書館がともに所蔵している『解体新書』を並べてみて、書き入れの有無とか、鶴見大学にある原著の『ターヘル・アナトミア』も横に置いて、解剖図の銅版画と木版画、それぞれの精密さや違いなどを比較できるようにしたりしました。

なお、これらの貴重書は、保存の観点から教室の一番後ろに列べて、図書館職員が何人かずつ、常に近くに張り付いて、触れられないかわりに口頭で説明していくようにしました。

その一方で、自由に触ってもらえる和本類も、大体30～40点ほど持参しました。これには、ドキュメンテーション学科で教材用に購入していたものや、教員が個人で持っているものなどを活用しました。やや広めの教室の後ろ側半分を使って、写本、近世版本、絵入り本、一枚物・畳物、近代版本・活版本、近代新聞雑誌・銅版鉄道路線図その他、といった、ほぼ6つくらいのシマに分けて、それらを配置していきます。ここでもそれぞれのシマには、大学院生を含めたスタッフが、最低ひとは付くようにしていました。

そんなふうにセッティングした上で、教室の前側半分は、1クラス分の児童全員が座るためのスペースとして空けておきました。実際に和本に触れてもらう前に、昔の書物についてのレクチャーが必要だろうと考えたためです。

事前学習の内容

小学校の1時間は、分単位で言えば45分です。事前学習は、そのうち最初の15～20分ほどで行うようにしました。小学校の先生からも、児童の聞くだけの集中力は、がんばって20分が限度だろう、というご意見をいただいていたので、それに合わせて、パワーポイントでスライドを作り、プロジェクターでスクリーンに映しながら、なるべくテキパキと進むように作り込んでいきました。

スライドは、基本的にはこんな構成としました。

- 1 趣旨説明
- 2 現代の本と昔の本との違い
- 3 文字の誕生・使用
- 4 紙発明以前の記録媒体
- 5 紙の発明
- 6 紙・文字・書物等の日本への伝来
- 7 写本と版本
- 8 和本の形態・内容上の注目点
- 9 古典籍の重要性
- 10 取り扱い上の注意点

これだと何だかものすごく難しく堅苦しいようですが、実際のスライドでは、フォントとか文章とか、なるべく親しみやすくして、噛み砕くように話を進めていきました。また内容も、ある程度大雑把でもよしとして、興味を持ってもらえることを最優先としていきました。

例えば上記1では「今日は、何を、するのでしょう？」という見出しをつけて、

- ・これから何百年前、モノによっては何千年も前の古い本を、皆さんにすぐ近くで見てもらいます。
- ・ガラスケース越しとかではなくて、本当に間近で見てもらいます。
- ・また見るだけでなく、実際にさわってページをめくったり、観察したりすることのできる本もたくさんあります。
- ・ただその前に画面を見ながら、昔の本について簡単に説明したいと思います。
- ・それに続けて昔の本を実際に見たりさわったりしてみましよう。
- ・終わりに感想も書いてもらいたいと思います。

という具合に始めて、まずは現代の本との比較をしていきます。当時（今もでしょうか？）朝日新聞出版の「サバイバルシリーズ」という本が小学生に大人気という情報を、これも現役の学校司書さんから教わりましたので、そうした馴染み深そうな本の表紙を、スライドに貼り付けておいたりしました。その一方で、でもずっと昔には、今こうして当然のようにある紙の本も、紙も、文字も、印刷する技術も何もなかったんですよ、という

方向に話を進め、それではここでクイズをひとつ、ともっていきます。ずっと聞きっぱなしでは飽きてしまいますので、次のようなクイズを組み入れてみました。

- (1) 人々が文字を使うようになったのは、今から何年ぐらい前でしょうか。
(上記 3 で、楔形文字やヒエログリフなどの画像を示しながら)
- (2) 紙が発明される以前、人々はどんなものに文字を書いていたのでしょうか。
(上記 4 で、クレイタブレット・羊皮紙・パピルス・木簡などの画像を示しながら)
- (3) 紙は中国で発明されましたが、それは今から何年ぐらい前でしょうか。
(上記 5 で、放馬灘紙ほうばたんしの画像を示しながら)

もちろんどれも知らなければ答えられないものばかりですので、「当てずっぽうでいいからね」と一言添えると、さすが小学生は、たくさん手を上げてくれるのですね。「500 年前!」「ケタがちがう」「えー、じゃあ 2000 年前」「もう一声、二声!」とか何とか、けっこう面白く進められます。

また豆知識的に、例えばクレイタブレットなら、使い終わって書いた記録が不要になれば、こねくり回して再利用できる、保存が必要ならば、乾かして固めればよい、といったことや、羊皮紙が発明されて、折り曲げて縫い合わせて、冊子状態の本、コデックスが生まれた、といったことなども、余裕がある時には触れていました。

そうして、上記 5 や(3)などの流れで 6 に進み、中国で発達していった紙や文字（漢字）や本などが、やがて日本にも伝わってきたんですよと続けて、日本の書物の話へと入っていきます。現存最古の書物としては、『法華義疏ほっけぎしよ』だと言われているから、有名な聖徳太子像、いわゆる「唐本御影」を示しながら、「この本を書いたこの人は、誰でしょう?」と聞くと、これもちゃんと「聖徳太子!」って答えてくれます。こうした掛け合いが大事なんでしょうね。

それから上記 7 では、昔の本が、筆と墨を使って手書きした写本と、木や金属を使って印刷した版本との、大きく 2 種類に分けられること、写本のくずし字のなめらかさや、製版本の彫りの細かさといった、特にモノとしての本の見どころや面白さ、見事さ、それを作り上げていった技術の高さ、などについて伝えていきます。版本の細字注に施された、さらに細かな細かなフリガナとか、『新古今集』の所収歌全首を載せた整版の豆本とか、画像や実物を示しながらですね。小学生も、書道だったり彫刻だったりを習っていますので、けっこう身近に感じるができるようです。当然ながら、くずし字自体はほとんど読めないわけですから、絵入り本などは別にして、本文内容とかではなく、視覚的・形態的に、すごい、面白い、何だこれは、みたいに驚いてもらいやすい本の方が、教材として適しているな、と実感しました。

あとは、明治初期の聖書の整版本を見せて、キリスト教は長い間、禁止されていたはずなのに、どうして木版本があるんでしょう? とか、やはり明治期の、音楽の教科書の整版本で、ピアノの挿絵が載ってますね、でもピアノっていつから日本にあったんでしょ

う？とかですね。小5・小6の児童なら、大雑把には通じるかなという話で、いくつか疑問を投げかけていったりもします。それも投げかけたまま、答えはあまり言わないようにしています。いろんな本の、いろんなポイントをきっかけにして、いろんなことに疑問を持ってもらう、わからないことがたくさんあるということ自体を実感してもらう。そんな狙いも次第に意識するようになりました。

このように、昔の本はこんなふう面白いんだよ、楽しめるんだよ、というような実例を示した上で、さらに上記8で、昔の本がどれだけ大事か、どうしてそんなに大事なのか、という方向に進めていきます。これについては、そもそも本というのは、古かろうが新しかろうが大事なんです、ふだん直接接することのできない、いろんな人たちの考えとか意見とか、知恵とか知識とかを、距離や時間を超えて知ることができるんですよ、ということ的前提として一言添えておくようにはしました。

その上で、でも小学校の図書室にもあるような、例えば現代の新刊本であれば、破れたり壊れたり無くなったりした時に、基本的には買い直すことができますね、でも、昔の本はそういったわけにはいかない、きれいな装飾料紙の写本とか、書き入れがたくさんある版本とか、つまりは1点1点がぜんぶ違う。どれもがこの世に1点しかない、交換も買い直しも絶対にできない、だからこそ、とても大事にしなきゃいけないんだよ、といったことを強調して伝えています。

もちろん、厳密にはそればかりでない、いろんな要素がありますが、そこら辺はもう割り切って、あえて思いっきり単純化していきました。それで、実際に虫損でほとんど読めなくなっているものとか、破損して下半分が欠けているもの、補修されていて一見問題ないように見えるけれども、元の料紙が欠損していて、本文そのものはもう読めなくなっているもの、などの画像を映して、実際に取り返しのつかなくなっている事例を知ってもらいます。

さらに、これまでの歴史の中で、天災や戦災、人災で、昔の本が実はすでにもう、想像を絶するような分量、失われてしまっていることなども言い添えます。具体例としては関東大震災で、東京帝国大学の図書館が焼亡した時の写真などを示しながら、例えばこの震災の時、大学に収蔵されていた、古今東西の何十万点という稀本珍本が、実際に燃えて無くなってしまっている、といったことです。

ただし、と、ここからをより強調していきますが、その一方で、なお100万点などとも言われるほどの分量の本が、その時々の人々の、貴重な本を何とかして遺していくんだという、強い意志と大変な努力とによって、今に伝えられてもきている、これは奇跡に近い話なんだと、だから先人と昔の本とに敬意を払って、遺志を受け継いで、今度は我々がこれから次の世代、あとの時代へと大事に守り伝えていかなければいけないんです、というようなことを、実質的な締め括りとして話しています。

リクエストによる個別調整

ちなみに、この前半の事前学習の部分に関しては、あらかじめ小学校側から、こういう内容を取り入れてもらえないか、というリクエストをいただくこともありました。具体的には、横浜市内に「吉田新田」という、江戸時代の埋立地域があるのですね。それを市内の小学校では必ず教わって、ちょうどレクチャー実施時期には、その小学校でも学び終わっている頃である、そこでぜひともそれにも触れてもらえないか、というものでした。こういうリクエストは、もちろん積極的に取り入れた方がよいですから、それに合わせてまたスライドの一部を調整します。吉田新田なるものについては、正直、私も知らなかったのです、これまた最初はどうしよう？ と考え込んだりもしましたが、とりあえず、どんな教材を使って教えているのかを事前に教えていただいて、その他の、吉田新田の古地図を載せた研究書などをも使って、スライドを作ってみました。

そうして、ぱっとその古地図を見せたら、児童の皆さんも習っているので、「あ、吉田新田だ！」となるのですね。「そうそう、もうみんなが知ってる吉田新田ですね」と。それで皆さんは、ふだん使っている教科書に載っている、教材用に今の人を作ったこうした地図を見て、昔はここが海だったんだ、そこが埋め立てられて土地になったんだ、ということを知っていますね、と。また、画面の右側が作られる前の地形、左側が作られた後の地形である、ということも、教わって知っていますね、とも。でも、考えてみれば当たり前ですが、今の我々は昔の地形なんて、本当は知ることなんてできないんです、何しろその時代に生きていたわけではないから。なのにどういうわけか、知ることのできないはずの昔の地形を、こういうふうに見ることができんです。

では、どうして昔はこうだった、と分かるのでしょうか？ 皆さんからすれば、教科書に載っているから、先生が教えてくれたから、と思えるかもしれませんが、でもそれでは、その教科書や先生は、一体何に基づいて、この昔の地形を知ることができたのでしょうか？ みたいに話を振って、それは実は吉田新田が作られるよりもっと前の、昔の古い地図が残っていたからなんですね、と進めていきます。またそれだけでなく、吉田新田開拓者・吉田勘兵衛さんという昔の人の、子孫のお宅に、埋め立て当時の古い書物や文書が残されていたから、初めて地形が昔はこうなっていたんだと分かった。これも昔の本、昔の文書がなかったら、我々には知りようがなかったんです、でも幸いに昔の本、昔の資料が残っていたからこそ、こういうふうには教科書や先生を通じて学んでいくことができるんですね、と。

こういう昔のこと、今の我々にはすっかり分からなくなっている、ずっと昔のいろんなことを教えてくれるから、昔の本はとても大事と言えるのですし、また、だからこそ、それを読んだり調べたり、研究したり、あとの時代に伝えていったりすることが大事なんです、と着地させます。

取り扱い方・見方など

ここまでが事前学習の部分です。以上を踏まえて、昔の本を実際に取り扱う際の注意事項を伝えていきます。手を洗い、よく乾かす、なるべくテーブルの上に置いたままで、ゆ

つくりと開く・めくる・押さえない、インク類は持ち歩かない、などなどの、一般的なマナーです。時間があれば、どうしてインクは駄目なのでしょう？ みたいに、ところどころで質問したりもしていきます。それと、普段は大人でも滅多にさわれないような、貴重な本ばかりなので、大事に丁寧に、優しく取り扱ってくださいね、という念押しを、ここであらためてするようにします。

あと、見るときのポイントなども説明します。どんなふうに料紙を使って、本のかたちになっているか、とか、本の中身、くずし字を少しでも読めないか、とか、挿絵の中に、今でも皆さんの身近にあるものがないか、とかです。

そうしてここから、それでは実際に和本にさわってみましょう、ということになります。この事前学習の部分では、児童全員がきちんとついてこられるテンポで、でもなるべくテキパキと、文字にするとたくさんのように見えますが、だいたい 20 分ほどで終わっていました。

状況に応じた内容・構成

ここまでの中で、まずは最低限、貴重書の取り扱い方は話さなければいけないだろう、と考えました。でもそれだけでは、実際に和本にさわってみたにしても、何の意味があるのか伝わりにくいでしょうから、どこが、どんなふうに面白いのか、重要なのか、調べると何が分かるか、といったことについての知識などを、前提として話しておいた方が効果的なんだろうなど。それで、小学校に持参する貴重書をまず選んで、それらを活かせるような内容でスライドを作っていくことにしました。例えば紙の発明以前の記録媒体として、わざわざクレイタブレットとかパピルスとかを取り上げているのも、実際にそれらを持参することになったためです。だったらそれらを取り入れて、というふうに。古典籍が先にあって、それに合わせた内容でスライドを構成していったわけです。

ですので仮に、他の大学なり研究機関なりで実施されるといった場合には、上記の 2～4 のような、昔の本とか昔の文字とかの話などは、無理に入れなくてもいいと思います。むしろ、各大学、各機関で持参できる本に基づいた場合に、それに合わせて、どんな話を組み立てられるかということも個別に考えていく方が、事前学習と和本体験とが、より密接に結びついて効果的になるのでは、と思います。

どんな和本がレクチャー向きか

それで、いよいよ和本体験ということになります。先程も触れましたが、実際にさわれる和本のコーナーは、6 シマ程度、用意しました。写本のシマ、整版本のシマというように、いちおう種別ごとにしましたが、一方で、とても大雑把ですけれども、写本→版本（製版本・近世木活字本）→近代和装整版本・和装活版本、といったように、歴史的な変遷も考えました。

特に幕末～明治期の和本については、今も比較的安価でたくさん用意できると、時代の大きな変わり目で、それに伴って書物の姿も大きく変わっていくことが、視覚的にもよく分かるのと、重宝しました。あるいは明治期の古新聞。特に広告欄が面白いです

ね。中でもいわゆる鉄板だったのが、『萬朝報』にあった「三ツ矢サイダー」の広告で、児童みんな「あー知ってる！」と盛り上がります。この、現代の自分でも知っていること、身近にあるもの、見たり聞いたりした経験のあること、そういった中身が多ければ多いほど、どんどん関心を強めていってくれるようです。

最初の何回かでそれが分かりましたので、それからあとの教材用の和本収集では、何より「小学生が楽しめるかどうか」が最優先事項となっていきました。ですので、自分たちの研究にはほとんど関係ないような、明治期の銅版印刷による、細かな細かな鉄道の時刻表ですとか、全国の路線図とかも、これは絶対に喜ばれる！ と思って、用意してみたりですね。しかも案の定、けっこうな好反応が得られたりしてしまうので、じゃあ次はどんなのにする？ みたいは、こちら勝手に盛り上がっていく。とても楽しかったですね（笑）。

あとはやっぱり絵入り本。それも昔の生活の様子がわかったりするのが適していました。あるいは鳥羽絵なんかも、今のマンガやアニメに通じるところがありますので、面白がってくれますね。それと、版木とか豆本とかも。モノとしての面白さ、見て触って一発ですごいと分かる。口頭で説明を受けて、もちろん相応に分かるところもあるでしょうけど、実際に自分たちの手でふれる、取り扱えるとなると、当然ながら、実感の度合いが桁外れに違うということを、レクチャー側としても、実感することしきりでした。卷子本とかもそうですね。実際に巻いたり巻き戻したりと、とても楽しんでくれるようです。

説明し過ぎない・一緒に不思議がってみる

ちなみに、これも先程触れましたが、各シマには最低ひとり、教員や図書館職員や大学院生が張り付くようにしていました。児童からは、当然いろんな質問が出てきます。で、こちらもつい解説をしたくなってしまうのですが、そこはちょっと抑え気味にして、あえて、そうだね、どうなんだろうねと、児童が疑問を持ったら、こちらと一緒に不思議がってみる方がよいのかな、とも次第に思うようにもなりました。もちろん実際問題として、本当にこちらも分からず答えられない、ということもあつたりしますが、でも全部分かっている、全部説明してしまつたら、それで完結してしまう。そうするよりも、疑問は疑問のままとして、不思議だなと自分で思ったその感覚を、少しでも長く持ち続けてもらう、そうした方が、さらなる興味へとつながっていくのではないかと、ということです。

和本制作体験

もうひとつ、これも毎回ではありませんでしたが、時間が確保できる場合には、和本作りも体験してもらっていました。あれこれ検討した結果、糊^{でつちようそう}だけあればできる粘葉装を作ってみる、というのが一番簡便だろうということで、まず糊や料紙を、図書館職員に用意してもらいました。また、中身が真っ白だと寂しいですから、あらかじめ貴重書の図版と解説とを、インクジェット対応の和紙に印刷しておくようにしました。小学校によって

は1クラスに2時間分、充てていただけたところもありましたので、そういう時は1時間目に和本体験、2時間目に和本制作、というようにしたりしました。これもやってみるまでは、あつという間に完成してしまっ、時間が余ったりしないかな、と若干心配していましたが、実際に行ってみると、料紙をふたつ折りにして、それぞれ揃えて糊付けして、というのはなかなか大変みたいで、1時間分くらいかけるのがむしろ正解、のようでした。これも結構楽しんでもらえたようです。

実施時期・方法の調整

内容はおおよそ以上のような感じです。こちらとしては、始める前は、大学の学期中は教員も職員もほとんど身動きが取れないので、夏休みとか冬休みとかにまとめて、大学や図書館に来てもらえればと、安直に考えていました。貴重書の運搬とかもしないで済みますし、また人数が多過ぎると、それこそ何回も繰り返し行わないといけなくなるので、現実的に難しいだろうと。ですので、とある小学校の中で、夏期特別課外活動みたいなかたちで、20人ぐらい希望者を募って、というのがやりやすいだろうと、こちらの都合だけで考えてしまっていました。

でも、これは現場のご事情もご都合も弁えていなかった、甘い認識、計画でした。実際には、そんなふうに小学校側に動いていただくことなんて、ほとんど無理だったのですね。細かな点は省略しますが、小学校では、その年度に入ってからではもう、イレギュラーなかたちで学外に出ること自体が難しい、また長期休暇中より学期中の方が、逆に時間割上、調整しやすいところがある、とのことでした。

そうすると、こちらとしては当然、先方の要望に合わせて動くべきということになりますので、学期中で、教職員が動ける曜日や時間帯などを、小学校ごとに摺り合わせて、合間を縫ってこちらから小学校に赴く、とにかく呼んでいただければどこへでも、というスタンスに切り換えました。

それと、小学生のうちの希望者だけ、という発想も、適切ではなかったのですね。先程もいちど触れましたが、1学年だったら、たとえクラスがいくつあろうとも、その学年全員に、平等に同じ機会が与えられなければならない、というのが大前提ということでした。言われてみれば、なるほど、なんです。ですので、小学校にもよりますが、1日に同じ内容のレクチャーを3回とか4回とか、最大で6回フルでとか、行いました。1日6回はさすがに大変でしたけれども、始まってしまえば、とにかくこなしていくことに全力を注ぎますので、メンバー一同ものすごい力を発揮して、終わってみれば、あつという間だった、という感覚でした。

問題点・改善点いくつか

一方、問題点として、大きかったひとつはやはり、回を重ねていくごとに、どうしても和本自体がくたびれてくる、痛んでくる、ということです。活用と保存という、例の相反

的で、常につきまとう問題ですね。ただ企画の趣旨として、和本に実際に触れられるということがまずありました。そこは絶対に動かせず、譲れない部分ですので、なかなか難しい、悩ましいところなんです。今のところは、教材用の和本を大量に用意して、交代させながら実施していく、というぐらいしか解決策が思いつかない状況です。

それと、率直なところ、業務としての時間的な、あるいは身体的な負担も、決して少なくありませんでした。これも、教職員が知恵を出し合って、なるべくシンプルに、スリム化していけるよう、試行錯誤して改善していく必要があります。

以上のように、大変なことも考えるべきことも多いですし、結構な時間も必要になってきますが、でも実際に行なってみて、こちらの予想をはるかに超えて楽しんでくれているという実感が、本当にありました。ですから、これは鶴見大学という一大学だけではなく、もっといろんなところで取り組んでいただけるといいんじゃないかな、と思うこともしきりでした。そういう動きが少しずつでも全国的に広がっていけば、より人文学に対する関心とか、あるいはもっと言えば古典文学に対する関心とか、研究に対する関心とかを持ってくれる子どもが育っていく、そんな可能性が少しでも高くなっていくんじゃないか。長い目で見れば、それが古典文学とか人文学とかの活性化につながるんじゃないか、と思っています。

実行するのは現実的に大変は大変ですが、すればした分だけの、あるいはした分以上の充実感が得られますし、可能性とかも見えてきます。もちろん、まだまだ改善の余地はありますけれども、取りあえず今回のご報告はこのくらいということで、少しでも参考になるようでしたら幸いです。

(2018.11.30 修訂)