

生活科

坂井文代
石野里佳

1 生活科の本質について

わたしたちは生活科の本質を、次のように考えている。

豊かな心を育むとともに
自立への基礎を養うこと

チリリリリ…虫の音に耳を傾け「虫の鳴き声って透き通っているよ。」と目をキラキラさせて話す子。「あっ！ドングリから芽がでてる。」新しい生命の息吹に心躍らせる子。友だちのがんばりに心からの称賛と拍手をおくる子。子どもは本来、身のまわりの様々なことに感動する豊かな心をもっている。

しかし、昨今子どもを取り巻く状況は、大きな変化を遂げている。例えば、遊びの内容が変化し、子ども自身が屋外で遊びを工夫して行う体験は少なくなってきた。また、少子化や地域社会の変化に伴い、子ども同士が自らかかわりあって過ごす時間は少なくなってきた。このような状況では、本来子どもの時に育まれるべき感性を伸ばしきれずにいるのではないだろうか。

自立への基礎とは、子どもたち自身が生きて働く知恵を育むことと私たちはとらえている。子どもたちは体験的活動を通して、必要な知恵を体の中にためていく。その際に豊かに感じる心がなければ必要な知恵として感得していくことが難しい。

生活科の担う役割は、身近な「ひと」「もの」「こと」とかかわる体験的活動を通して、豊かな心を育み、生きて働く知恵を身に付け、自立への基礎を養うことであると考えられる。

2 本質に基づく基礎・基本について

それでは、生活科における本質に基づく基礎・基本とは何か。私たちは次のように考えている。

自分なりの思いや願いをもちながら「ひと」「もの」「こと」とかかわること

今の子どもたちには、友だちの何気ない一言に傷ついたり、小さなつまずきを乗り越えられずにあきらめてしまったり、あるいは平気で友だちを揶揄したりする様子が見られる。また、自分の思いに固執し相手の気持ちを思いやるのが難しかったり、何をしてよいか分からず一歩を踏み出せずにとまどったりする様子も見られる。これは、「ひと」「もの」「こと」とかかわる体験そのものが乏しいことが一因であると考えている。

体を動かしてたっぷり活動する楽しさや相手が喜んでくれるうれしさ、自分の願いの実現に向けて活動するすばらしさなどを味わう場を重ねることで、かかわり方が分かり、かかわり方を身に付けていくのではないだろうか。この一連の過程で、豊かな心を育み、自立への基礎を養うことができると考えたのである。

3 生活科における「学び」について

生活科における「学び」を全体論で示した「4つの培いたい力」と関連づけると次のようになる。

子どもたちが対象と出会い、「やってみたい」「おもしろそう」「ふしぎだな」という興味・関心をもつことを「発働する力」ととらえている。私たちは対象との出会わせ方を工夫することが大切であると考えられる。対象との魅力的な出会いを作り出すことによって、子どもたちの「発働する力」はさらに高まるであろう。

対象と出会った子どもたちは、「次はこうしてみたい」「こうすれば～できそうだ」という思いや願いをもつであろう。既存の体験を基に実現への道筋を自分なりに見いだすことを「見通す力」ととらえている。様々な体験を重ねることによって、この「見通す力」は高まっていくであろう。

子ども同士のかかわりを大切にした学習の場を設定することで、活動そのものや活動の中で生まれた思いや願いを共有することができる。お互いの考えを聞き合ったり、一緒に活動することで、やり方がわかったり新しい発想をもったりすること、これを「ネットワークする力」ととらえている。

対象と十分にかかわるために、活動時間を保障したり、めあてを明確にしたりすることで対象をよく見つめ、様々な気づきを得ることができよう。また、単元ごとに、あるいは1年を通しての活動をふり返る中で、自分や友だちの良さに気づくこともできよう。このような力を「見つめる力」ととらえている。そのためには、活動するだけにとどまらず活動したことを絵や文などで書き表し、子ども自身がふり返ることができるようにしておく必要がある。

4 単元を構想するにあたって

生活科における「個」の確立した姿とは、『「ひと」「もの」「こと」とかかわる体験的活動を通して自分なりにかかわりを広げたり深めたりする姿』ととらえている。

生活科の学びの場において、自立への基礎を養うことを目指すために、以下に述べる視点に基づいて単元を構想していく。

(1) 一人一人の身近な「ひと」「もの」「こと」へのはたらきかけを促す

生活科では子どもが同じ学習活動を行っても、個々の子どもによって活動に対する関心も少しずつ違ってくる。子ども一人一人の発達段階や、何に驚き、感動し、何に気づき、どのようなことに関心をもっているのか、教師は日頃から子どもを機会があるごとにとらえて、個の思いを見取る努力をしていくことが大切である。また、子どもが「やってみたい」「おもしろそう」「ふしぎだな」と興味関心をもつような学習材の選択や出会わせ方の工夫学習環境の整備もしていきたい。なお、2年間を通して、できるだけ様々な「ひと」とのかかわりを学習内容の中に積極的に取り入れて扱っていくことを通して、豊かな心を育てていきたい。

(2) 知的な気づきをもつ場を設ける

知的な気づきは、子どもが身近な「ひと」「もの」「こと」と直接かかわる活動や体験を十分にやることによって、その学習活動の中で生まれるものと考えられる。

そこで、見る、聞く、調べる、作る、栽培する、遊ぶ、といった直接かかわる楽しさを味わうことのできるように活動計画を工夫していきたい。実際にそのものに触れたり、食べたり、においをかいだりするなど諸感覚を通した直接

体験は、本来子どもがもっている感性にはたらきかけるきっかけとなるであろう。教師は子どもが夢中になってかかわり、働きかけている姿や子どもが発見したり表現したりしたことに対して、共感し称賛するなどして、子どもを積極的に見取ることが重要である。

知的な気づきを大切にする場を設けることで、学ぶ楽しさや満足感、充実感を味わわせることができ、そこで学んだことが次の学習で生かされたり、生活していく上での意欲や態度の育成につながると考える。

(3) 自分の考えを表現する場を設ける

活動が満足のいく豊かなものであれば、誰かにそのことを伝えたい。生活科の学習活動はそんな心に残る楽しい活動でありたい。楽しさの中身は、友だちと共に過ごす楽しさ、できないことができるようになる楽しさ、分からないことが分かる楽しさ、あれこれ考える楽しさ、新しいことを発見する楽しさなどいろいろである。これらの楽しさは体験活動を通してこそ実感でき、表現することによって再認識することができる。表現することが楽しくなるような、表現せずにはいられないような活動を考えたい。

しかし、どう表現するかは生活科だけでは学べない。他教科でつけた力も生かしながら表現することができるのである。友達のいろいろな表現にふれることで気づきや感動を共有したり、互いの良さを認め合ったりすることができ、自分に自信をもつことができると考える。

(4) 活動をふり返り自分自身を見つめる場を設ける

活動で楽しかったことや、どんな思いをもって活動したかなどを絵や文でふり返り、みんなでした体験を共有する場を適宜設けていく。そのための時間を十分に確保していきたい。この中で、自分を見つめ、以前とは異なった自分に気づいていくことを願っている。

時には友達や保護者などからの評価を聞いたりする場を設け、成長した自分を認めてもらえる場をつくっていくことも考えている。このことで、自分を知り、次の活動に生かすことができるのではないかと考える。

5 実践例 - 1年 -

(1) 単元名 思い出いっぱい「わたしのアルバム」

(2) 目標 月ごとのできごとをふり返り、思い出アルバムにまとめる活動を通して、これからの生活への期待感をふくらませる。

(3) 指導にあたって

本単元の基礎・基本について




本単元は、1年を通して行う単元である。毎月月初めか月末に活動の場を設定し、その月のできごとを生活カレンダーをもとにふり返る。そして、自分にとって印象深い思い出を「思い出アルバム」の中に綴っていく。

本単元での基礎・基本は次の3点である。

①その月にあったことを友達と一緒にふりかえること。②いろいろなできごとの中から自分の思い出を選択してアルバムに綴ること。③アルバム作りを通して身近な「ひと」とかかわること。

「今日から1年生！」という期待感と緊張感で胸ふくらませた入学式から3ヶ月が過ぎた。これまでに子どもたちは、保育所や幼稚園から学校へという大きな環境の変化に喜んだり戸惑ったりしながらも、学校生活を楽しんできている。「運動会があったよ。優勝できなくてくやしかったよ。」「友達が転校して行ってさびしいな。」「音楽で鍵盤ハーモニカを弾いたよ。うれしいな。」など様々な体験を経て、子どもたちはかしわっ子の一員としての自覚をもち始めている。そんな毎日のできごとをふり返り、心に残る思い出をアルバムに綴っていくことは、自分がかしわっ子として成長していく過程を綴っていくことでもある。自分の成長を実感することは、これからの生活を意欲的に過ごすための大きなエネルギーになるであろう。

単元計画（総時数16時間+課外）

主な活動と内容	「個」の確立した姿に迫るために	自己評価のポイント
<p>1 月ごとに生活カレンダーを作り、予定を知る（5～2月）</p> <ul style="list-style-type: none"> 運動会があるよ 楽しみだなあ プール開きだって 早くプールに入りたいな もうすぐ夏休みだよ 早くこいこい 夏休み 	 <p>①③</p>	
<p>ばくの わたしの おもいでアルバムをつくろう</p>		
<p>2 思い出アルバムを作る（5～2月）</p> <ul style="list-style-type: none"> ふじだなおとき会があったよ お母さんに見てもらえてうれしかったよ 英語活動でアラン先生と勉強したよ 楽しかったよ 音楽でかもつ列車をしたのが楽しかったよ またしたいな <p>私は絵で描こう 友達からもらったお手紙も入れたいな ○○で作ったしおりも入れておこう ○月らしく 折り紙で飾ろう</p>	<p>①②③④</p> <p>その月にあったできごとを思い出し アルバムの中に綴ることができる（自己達成評価）</p>  <p>①②③④</p> <p>自分なりに工夫してアルバムを作ることができる (自己達成評価)</p>	
<p>3 3月と4月の思い出アルバムを作りながら1年間をふり返る</p> <ul style="list-style-type: none"> はじめて書いた名前だ はじめはこんな字を書いてたんだ なんだかはずかしいな 5月はお別れ会があったね ○○ちゃんは元気かな いろんなことがあったんだね 	 <p>①②③④</p> <p>アルバム作りを通して1年間をふり返ることができる (自己客観評価)</p>	
<p>4 お互いのアルバムを見ながらよさを見つけ合う</p> <ul style="list-style-type: none"> ○○ちゃんのアルバムはきれいだね どんなことがあったかよくわかるよ だんだん絵が上手になってきたね すごいな いいところを見つけてお手紙を書こう 	<p>①②③④</p> <p>自分や友達のよさを見つけ合うことができる（相互評価）</p>	

「個」の確立した姿に迫るために

① 一人一人の身近な「ひと」「もの」「こと」へのはたらきかけを促す

月ごとのできごとをふり返る際に、「～が楽しかった。」「～がおもしろかった。」というように言葉だけでふり返るのではなく、「ひと」「もの」「こと」とのかかわりを追体験できるように活動の場を工夫していきたい。そうすることで、友達と一緒に追体験する楽しさを味わい「次は～をしてみたいな。」という意欲につながると考えている。

② 知的な気づきを大切にする場を設ける

子どもたちは毎日生活カレンダーを作成している。当番がその日にあった印象的なできごとを絵や文で書き込みながら交代で作成している。1年生の子どもは長期的な物事を考えにくい。1ヶ月という時間をふり返るのは子どもたちにとって容易ではないであろう。そこで、その生活カレンダーを手がかりにしながらその月の思い出をふり返っていく。カレンダーを通して1ヶ月のできごとを再認識することができ、その子なりの気づきを得るための有効な手がかりとなると考える。

③ 自分の考えを表現する場を設ける

様々なできごとの中から自分の思い出を選び、自分だけのオリジナルの思い出アルバムを作っていく。アルバムの中には、うれしかったことや楽しかったこと、くやしかったことなどその時その時の思いが絵や文などで綴られていく。また、季節感あふれる飾りや手紙などの思い出の品なども一緒に綴られるであろう。アルバムは、その時々のおもひの集大成である。できあがった際にはお互いのアルバムを見合う場を設け、よさを認め合いながら自分の表現方法を見直すようにさせたい。

④ 活動をふり返り 自分自身を見つめる場を設ける


4月のページはまだ作られていない。3月の思い出アルバムを作る際に、はじめて書いた名前と入学式の写真を綴ろうと考えている。子どもたちは、入学当初のつたない文字や少し緊張気味の自分を見て、あるいは毎月毎月書き綴ってきたページを見ながらこの1年間をふり返り、いろいろなできごとがあったこと、いろいろな人とかかわってきたことなど一つ一つ思い出し、自分の成長ぶりを実感するであろう。

また、友だち同士でお互いのアルバムを見ながらよさを見つけ合ったり、保護者の方からもコメントをいただいたりしながら1年間の成長の足あとを綴っていきたいと考えている。

14) 本単元における授業の実際と考察

本単元は1年間を通じて行われる単元であるため、本紀要執筆時においては5/16時である。そのため、単元全体を考察することができない。そこで、6月の思い出アルバムを作成する活動を中心に考察し、今後の単元の展開について考えていきたい。

6月の思い出アルバムを作る際の主な授業の流れは次のようである。

主 な 活 動 と 内 容	支援と評価（指導と学習環境）
1 本時のめあてをもつ	
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">6 がつはどんなことがあったかな</div>	<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; display: inline-block;">6月のできごとを想起しやすいように生活カレンダーをもとにしてふり返る</div>
2 6月の思い出をふり返る	
<div style="border: 1px dashed black; border-radius: 15px; padding: 5px; display: inline-block;"> ・音楽で鍵盤ハーモニカを弾いたよ 楽しかったよ </div>	<div style="border: 1px dashed black; border-radius: 15px; padding: 5px; display: inline-block;"> ・2年生とあじさいを作りました </div>
<div style="border: 1px dashed black; border-radius: 15px; padding: 5px; display: inline-block;"> ・教生先生がきたよ 一緒に遊んだよ  </div>	<div style="border: 1px dashed black; border-radius: 15px; padding: 5px; display: inline-block;"> ・わたしのお誕生日がありました 7歳になりました </div>
3 6月の思い出アルバムを作る	
4 7月の予定を知る	
<div style="border: 1px dashed black; border-radius: 15px; padding: 5px; display: inline-block;"> ・自分で思い出として綴りたいできごとを決めて 思い出アルバムを作成する </div>	<div style="border: 1px dashed black; border-radius: 15px; padding: 5px; display: inline-block;"> 7月の生活への期待感をふくらませるために 生活カレンダーを用意し 7月の予定を知らせる </div>
<div style="border: 1px dashed black; border-radius: 15px; padding: 5px; display: inline-block;"> ・英語活動のことを書きたいな ホフマン先生の顔を描こう ・6月らしくしたいな 折り紙であじさいを作って入れよう ヤッター 6月のアルバムができたよ </div>	<div style="border: 1px dashed black; border-radius: 15px; padding: 5px; display: inline-block;"> ・ワーイ！夏休みがあるよ ・7月も楽しいことがありそうだよ </div>

授業の流れに沿って考察を進めていくが、その中で基礎・基本に挙げた「ひと」「もの」「こと」とのかかわりについても考察を加えていく。

① 生活カレンダーをもとに6月の生活をふり返る

生活カレンダーを見ながら、子どもは6月の生活をふり返った。以下はその時の子どもの発言の記録である。

T.6月はどんなことがあったかな。

C1.みんなとプールに入りました。

C2.幼稚園のお母さんからじゃがいもをもらいました。

C3.あじさい作りがありました。プロジェクトふそくもありました。

C4.ホフマン先生と英語活動をしたよ。

C5.梅雨の日があったよ。

C6.百万石祭りがありました。

C7.私が持ってきたバムとケロの絵本を読んでもらいました。

C8.ドクダミのジュースを作りました。飲むのが楽しみです。

C9.学校探検の時、池田先生に会いました。

C10.三つ子山でいっぱい遊んだのが楽しかったです。

C11.〇〇さんと私の鉄棒記念日がありました。

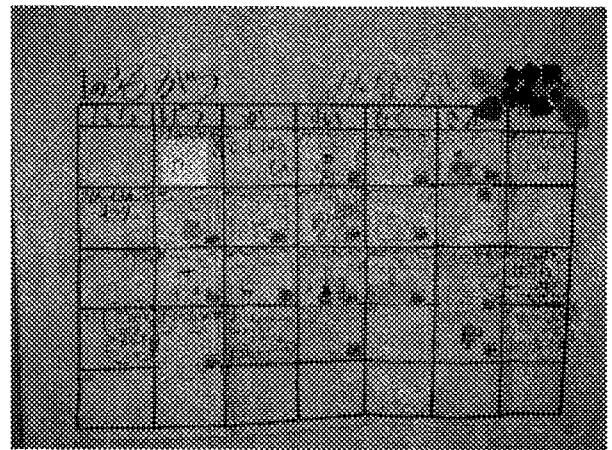
C12.避難訓練がありました。

C13.虫歯の日があったよ。 (途中省略)



6月にあったこと 教えて
はーい!

記録からも分かるように、子どものあげた内容はとても多様であった。行事をあげた子もあれば、授業中のできごとをあげた子もいた。発言の多くは生活カレンダーに書かれてあることで、このことから、生活カレンダーを見ながらふりかえりを行ったことが6月の生活を想起する上で有効であったといえよう。中にはC7やC10のように生活カレンダーに書かれていない、自分にとって印象深いできごとを話す子も見られた。お気に入りの本を家から持ってきてみんなに読み聞かせしてもらったこと、三つ子山で転がり草だらけになって遊んだことなどその子にとって楽しかったできごとは、しっかりと心に刻まれていることがうかがわれる。C11は初めて鉄棒で逆上がりができる日のことを話している。その日を鉄棒記念日としてクラスのみんなでお祝いしたことがうれしかったのであろう。自分の成長を実感し、気づきとしてとらえていることがわかる。



日々のできごとを綴った
6月の生活カレンダー

◇「ひと」とのかかわりを大切にする

他学年の保護者の方からドクダミや梅の実をいただいた。早速ドクダミ茶と梅ジュースを作り「早く飲みたいね。」と心待ちにしながら6月を過ごした。6月のふりかえりをする際に梅のことに詳しい先生(養護教諭)に梅ジュースの飲み頃を教えていただいた。それがきっかけとな

り、7月にはその先生に教えていただきながら梅干し作りを行った。子どもは、保健室でお世話になることの多い先生のいつもとは違った一面を見ることで、ぐっと親しみを感じたようである。また、先に述べた保護者の方とは、お礼のお手紙を送ったり、秋には干し柿用の柿をいただく約束をしたりするなどの交流を行っている。このように、身近な人とかかわりを大切に積み重ねていくことで、人とかかわる楽しさを感じてほしいと願っている。



梅博士登場！

◇「もの」とのかかわりを大切にする

6月の思い出を話し合った後、教師から絵本の読み聞かせをした。本の題名は「ちびっこかたつむり」である。その後、「楽しかった6月を忘れないでね。」とカタツムリを子どもにプレゼントした。生き物に興味を持つ子はいたものの教室で飼育する活動にまでいたらなかったため、生き物とかかわるきっかけになればと思い、提示したのである。子どもは「転校していった〇〇ちゃんの代わりみたい。」とプレゼントされたカタツムリを喜び、夏休みまでの間教室の新しい仲間としてかわいがっていた。そして、カタツムリをきっかけに、カブトムシやクワガタムシ、バッタなどが教室に持ち込まれ、昆虫への興味が高まった。



みんなへのプレゼント
楽しかった6月を忘れないでね

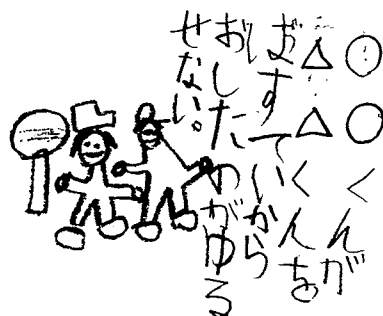
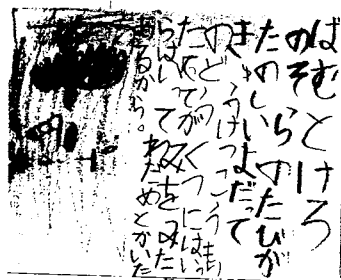
② 6月の思い出アルバムを作る

①での話し合いの後、子どもたちは自分の思い出アルバムを作り始めた。右は、子どもの作った思い出アルバムである。初めてプールに入ったことや教生先生と勉強したこと、英語活動をしたことなどが絵や言葉で綴られている。また、「6月らしいアルバムになるとすてきだね。」と声を掛けたところ、2年生と行ったあじさい作りを思い出しながら、折り紙のあじさいを作り



思い出アルバムより

とくだみはすてきにおい
たな。



A児のアルバムより

アルバムを飾った子も見られた。あじさいやカタツムリも6月の友達としてアルバムに綴られ、どのアルバムもその子なりの思い出が詰まった、かわいらしいものにできあがった。

前ページ右下は、A児の5月と6月に作成した思い出アルバムである。5月の思い出アルバムには、けんかした友達への不満が綴られている。楽しかったことやうれしかったことだけでなく、悔しかったことやいやだったことでも、その時々のお話があらわれ、綴られていくアルバムであってほしいと教師は願っている。このアルバムを見ながら1年を通してふり返った時に、A児はどのような思い出をもつのであろうか。いろいろな体験を重ねながら自分の成長を実感してほしいと願っている。

③7月のカレンダーを見ながら7月の予定を知る

思い出アルバムを作成した後は、7月のカレンダーを提示し、行事予定を子どもと一緒に書き込んでいった。以下はその時の授業記録である。

T.7月はみんなのお楽しみがあるよ。
C.英語活動ですか？
C.プールに入るの？
T.いいえ。もっとお楽しみだと思ふよ。ヒントは…ここから（20日）から始まるよ。
C.あっ！夏休み！
C.イエーイ！夏休み楽しみ！
T.夏休みにしてみたいこと、教えてちょうだい。
C.プールとか海とかたくさん行きたいです。
C.USJに家族で行くよ。いろんな乗り物に乗るのが楽しみです。（途中省略）
T.10日にはワクワクキャラバン隊がくるよ。
C.それなあに？
T.ちっちゃな図書館が学校に来るんだよ。お話し会もあるんだよ。
C.（本を）借りることができるの？
T.もちろん。みんな借りることができるんだよ。
C.ヤッター！（途中省略）
T.みんなのお楽しみもあったら教えて。
C.私のお父さんのお誕生日があります。
C.ピアノの発表会があって緊張するけどうれしいです。（途中省略）
T.7月はお楽しみがたくさんあるんだね。みんなが元気に楽しく過ごせるように魔法をかけましょう。
ジャーン（氷室まんじゅうを提示する）
C.あっ！おまんじゅうや。氷室まんじゅうや。

単に行事予定を知らせるだけでなく、子どもの思いをふくらませることができるように話し合いをしながら予定を書き込んでいった。子どもは7月の行事予定を知ったり、夏休みのお楽しみを再確認したりしながら、これから始まる生活への期待感を高めていったようである。

◇「こと」とのかかわりを大切にする

7月1日は金沢に古くから伝わる伝統行事『氷室の日』である。加賀藩前田家が将軍家に夏の氷を献上していたことに由来するものであるが、この「氷室の日」に酒まんじゅうを食べると無病息災、さらに頭角を現すとといった縁起が担がれ、金沢市民に根付いている伝統行事である。生活カレンダーで7月の予定について話し合った後、上記にもあるように氷室まんじゅうを提示して、氷室の日の話を子どもに行った。その後「みんなが元気にすごせますように」という願いを

こめて氷室まんじゅうをみんなで食べた。これは、伝統行事にふれることで、その行事に込められている先人たちの願いを知ってほしいと考えたからである。「家でも食べたことがあるよ。」「先生の小さいころもあったの?」「金沢以外の所でも食べるのかな。」といった声が子どもからあがり、家の人に聞いてくることになった。翌日の朝の会では、金沢近郊以外ではあまり食べないことやおばあちゃんが子どもの頃にも食べたことなど、おうちの人から聞いたことを話し合う様子が見られた。この時の話し合いでは、「氷室の日」だけでなく、土用の丑の日の鰻や七草粥についても話題にのぼり、健康を願う人々の気持ちを再認識することができた。



氷室まんじゅうをどうぞ
元気に夏休みを迎えられますように

④ 8月の思い出アルバム

右は夏休みの課題として作成した8月の思い出アルバムである。小学校に入ってから初めての夏休みの思い出を、保護者の方と一緒に振り返りながら作成している。絵や文だけでなく写真や切符などの実物も一緒に綴られ、楽しい思い出がたくさん込められている。これまでは自分一人で作成してきた思い出アルバムであるが、夏休みをきっかけに保護者の方とかかわりながら作成する機会を取り入れていこうと考えている。保護者と一緒に作る楽しさを味わったり、ほめていただくうれしさを味わうことは、これからの生活への大きな自信となるであろう。



⑤ 自己評価と今後の単元展開の構想について

1年生にとっての自己評価活動の目的は、「自分の成長を自覚すること」であるととらえている。書けなかった文字が書けるようになったり、折り紙の新しい折り方を覚えたり、あるいは絵が上手にかけられるようになったりと成長が著しい時期である。そのため、どの子どもも自分の成長を実感することのできる1年である。

本単元における自己評価活動は、思い出アルバムを作ることであると考える。1ヶ月の生活を振り返り、絵や文でアルバムの中に綴っていく。綴られていく内容は、その子自身が、1ヶ月間の様々なできごとの中から自分の思い出をもとに自由に選択したものである。今後は、自分の思い出だけでなく、教師と対話しながら自分の思い出をふくらませたり、友達同士でお互いの良さを認め合うような相互評価も取り入れたりしながら、活動を進めていきたい。また、2学期以降は国語科の学習と絡めながら、1ヶ月を振り返っての思い出を文で書く活動を取り入れていきたいと考えている。

子どもが1年間の足あとを振り返りながら、様々なできごとがあったことやできるようになったこと、いろいろな人に支えられてきたことなどに気づき、自分の成長ぶりを実感してほしいと願っている。「自分の成長を自覚すること」がこれからの生活を意欲的に過ごすためのエネルギーとなると考える。