

二〇一九年度

国

語

(解答はすべて解答用紙に記入しなさい)

□ 次の文章を読んで、後の問いに答えなさい。

目標を設定し、その目標を達成するために、一番大切なのはモチベーション¹です。だれしも目標を設定して、取り組みを開始した当初は高いモチベーションがあるのですが、それを維持していくのは簡単ではありません。

そこで、モチベーションを途中で失ってしまわないようにするための一つの方法は、最初の目標設定は、あまり高すぎないようにすることです。いきなりハードルが高いところに目標を設定すると、早々に挫折してしまいかねません。最初は「もうちょっとがんばれば達成できそうだな」というところに設定しておいて、まずそこをクリアする。そして、「じゃあ、次はもう少し高くしよう」ということを重ねていきながら徐々にステップアップしていく。そうできれば、すぐに息苦しくなったり進歩が止まって限界を感じてしまったりしないと思います。

そうした段階的に進んでいくという考え方は、「なんとしても最初から高い目標を掲げ、そこに向かって邁進^{まいと}したい」という場合でも、基本的には同じです。目標設定としては、短期的目標、中期的目標、長期的目標を段階的に達成しながら前に進んでいて、最終的には高い目標に到達するというわけです。

そして、最終的な目標を達成するべくモチベーションを維持していくために、私がつとも大切だと考えているのは、「目標と目的をはき違えない」ということです。²

「目的」と「目標」は、しばしばコンドウ^①されることがありますが、別々のものです。この二つは「これから自分が目指すもの」という意味では同じですが、明らかな違いがあります。目的とは、最終的に実現しようとしている事柄であり、目標とは、その目的のために当面、実現させるべき事柄です。

A、私の場合は「金メダルをとること」は当面の大きな目標ではありませんでしたが、私の人生において最終的に実現したい事柄は、金メダルのもっとその先にありました。

もっと具体的に話しましょう。私が目的と目標の違いを改めて痛感したのは、二〇一一年六月に宮城県石巻市の中学校を訪れたときのことでした。その年の三月一日に東日本大震災が発生し、日本中の人たちが「被災地のために自分は何ができるだろうか」と真剣に考えている中で、私たちも「アスリートとして何かできることはあるだろうか？」とそれぞれに思い悩んでいました。そんなときに二〇〇〇年から陸上教室をカイサイ^②しており、交流のあった石巻の地元の方々から声をかけていただき、「石巻の中

学生と一緒にスポーツをしよう」という試みがありました。

現地に行くまでの間、私は本当にこの企画が被災者のためになることなのかどうか不安でした。家族や友だちをナクしたり、自分の家をなくした子どもたちに向かって「大丈夫？」などと口が裂けても言えないし、「元氣を出して」などと簡単に言えるものではないですね。そういう子どもたちのところに行つて、一緒に体育の授業をしたり、リレーをしたりすることに、どれほどの意味があるのだろうかという思いもありました。

B、実際に子どもたちに会つて触れ合つてみて、「やつぱり来てよかった」と思いました。最初はお互いに緊張していたけれど、一緒にスポーツをして体を動かしていると、子どもたちの顔には汗とともに笑顔が飛び出してくるのです。すると、お互いにたくさん言葉を交わすようになって、グラウンド中に笑い声が響き、大きな声援も上がり、みんなとても打ち解けることができました。

³「スポーツには、私たちが思っている以上に力があるんだな」

私はそう実感しました。

このとき、私は自分自身では思つてもみなかつたことですが、子どもたちとこんな約束をしたのです。

⁴「僕は再来月の世界陸上で金メダルをとります。必ずメダルを持つて、ここに帰ってきます。**C**、みんなもがんばつて！」

それは、一日中、子どもたちと一緒にスポーツをした私の心の中から子どもたちに向かって溢れ出した素直な思いだったという気がします。

そのとき三六歳だった室伏広治というハンマー投げの選手を客観的に見れば、「すでにピークを過ぎて、もうメダルは無理だろう」という状況にあつたと思います。私自身も、そのときまでは、世界選手権に出場はするけれども「メダルをとる」などとコウゲンするつもりは、まったくありませんでした。それが思いもかけず「室伏、石巻の中学生に金メダルを力強く約束！」と翌日の新聞にも載るようなことを言つてしまい、⁵ショウジキなところ、「これは、まいったな」と思いました。

しかし、子どもたちに宣言した以上、私は金メダルを目標に戦う覚悟を決めました。金メダルをとつてみせることで、石巻の子どもたちを喜ばせてあげたい。少しでも勇氣を与えてあげたい。そう思つたのです。

つまり、アスリートとして金メダルをとるということは、私の目標であつて、目的ではありません。金メダルをとつて子どもた

ちに勇気を届けたいというのが目的であって、金メダルそのものは、大事な目的を果たすための当面の目標なのです。いわば、金メダルは子どもたちに元気を与えるための手段なのです。

そして、その世界選手権で、私は金メダルを獲得し、子どもたちにメダルを見せるため石巻に帰りました。子どもたちは大喜びしてくれました。私自身も、いままでのどのメダルよりもうれしかった。子どもたちとの約束を果たせてよかった。子どもたちが、たとえこの瞬間だけであつてもこんなに笑顔いっぱいになって本当によかったと思いました。

この金メダルは、子どもたちとの出会いがなければ、けっして獲得できなかったはずでした。金メダルをとることを目的にしていたら目的は達成できなかったと思います。もしあのとき、「金メダル」という目標と「被災地に勇気を届けたい」という目的をはき違えていたら、あの試合の結果は違っていたでしょう。「石巻の子どもたちのために」という思いがあつたからこそ、困難に打ち勝つて本番まで最高のトレーニングを積むことができて、試合でもベストパフォーマンスを発揮することができたのです。

その翌年、ロンドン五輪で銅メダルを獲得した直後にも、メダルを見せに石巻に帰りました。それは、北京五輪でメダルを逃し、故障も経験した私にとって、「復活」を示したメダルでもありました。それが、「被災地に復活のメッセージを届けたい」という私の目的を果たすための「メダルという目標」だったことは言うまでもありません。

こうしてみると、目標を達成し、目的を成し遂げるためのモチベーションというものは「私はこれを成功させたい」という自分だけの思いよりも「だれかのために」という思いがあるほうが、より強いエネルギーを得られると言えるのかもしれない。

(出典 室伏広治『ゾーンの入り方』集英社新書による)

問一 〰〰線①～⑤のカタカナを漢字に直しなさい。

問二 A～Cに入る言葉として最も適当なものを次の中からそれぞれ選び、記号で答えなさい。

ア たとえば イ だから ウ なぜなら エ しかし オ また

問三 — 線1「モチベーション」についての説明として、最も適当なものを次の中から選び、記号で答えなさい。

ア モチベーションを維持していくには、長期的目標を持つことが大切である。

イ 高い目標を持つと、モチベーションを途中で失うことが少なくなる。

ウ 「だれかのために」と考えると、モチベーションが高まる可能性がある。

エ モチベーションは、人生の目標を設定するための一番の原動力である。

オ モチベーションは、アスリートにとって欠くことができないものである。

問四 — 線2「目標と目的をはき違えない」とありますが、目標と目的の違いを説明した一文を抜き出し、最初の五字を答えなさい。(句読点等記号も一字に数える。以下の問いも同じ。)

問五 — 線3「スポーツには、私たちが思っている以上に力があるんだな」とありますが、それはどのような力ですか。最も適当なものを次の中から選び、記号で答えなさい。

ア 被災で傷ついた参加者に、子どものころの気持ちを思い出させる力。

イ 自分にもできるんだという自信を子どもたちに持たせる力。

ウ ふさぎ込んでいる子どもたちに、体を動かす楽しさを味わわせる力。

エ ルールを学び、子どもたちが思いやりを持つようになる力。

オ 緊張していた子どもたちを笑顔にし、参加者同士の距離を縮める力。

問六 — 線4「僕は再来月の世界陸上で金メダルをとります」とありますが、この約束をした後の室伏選手の覚悟を四十五字以内で説明しなさい。

問七 — 線5「金メダルをとることを目的にしていたら目的は達成できなかった」とありますが、金メダルをとれたのはなぜですか。七十五字以内で説明しなさい。

【二】次の文章を読んで、後の問いに答えなさい。

我が家のキッチンには、毎晩、私の書斎となる。

壁面いっぱい食器棚の一部は、母と私が買い込んだ料理本で埋まっている。母の蔵書の中には、「結婚するときに持ってきた」という、かなり年季の入った「家庭料理読本」もある。ページのあちこちが擦り切れてよれよれになっていたが、母はいまでも「初心に戻って」この本を開くという。

私も、レシピ作りに困ったときには、この本を広げ、さあどうしようかとにらめっこする。

「オアシスキッチン」の担当者・花井さんからは、スーパーで提供できる食材のリストがメールで届いているので、それを念頭にレシピ作りをするわけだが、あつというまにでき上がるときもあれば、なかなかアイデアが出てこないこともある。そんなときには、母にならって、「初心に戻る」¹ことにしている。

「まだレシピ決まらへんの？ 今晚、しめきりなんやろ？」

キッチンの作業テーブルで頭を抱え込んでいたら、母に声をかけられた。お風呂上がりの母は、ルームウェアを着てタオルを首にかけている。「早よお風呂入んなさい、冷めるし」と、しめきりが迫る娘をせかす。

「今夜じゅうに花井さんにメールせなあかんのやもん、しゃあないでしょ」と返すと、

「ほな、お母さんが考えてあげよか？ すぐにできるで」ちよつと意地悪な口調で言う。

²料理研究家として知名度のある母は、梅田と芦屋にそれぞれ教室を持ち、カルチャーセンターなどでも教えて、何百人もの生徒さんに料理の手ほどき^bをしている。

決して華々しいメニューはないし、忙しい主婦のための「手抜き料理」なるものも教えない。ていねいに下ごしらえをし、だしを取り、ひたすらやさしい味に仕上げる。それだけなのだが、考えてみれば、それが料理のすべてとも言える。

その母の手料理で育った私は、ほんとうに幸いだったと思う。知らず知らず、豊かな味覚をつちかうことができたのだから。

あまりにも母の料理の影響が強かったから、シェフとか料理研究家とか、料理の専門家の道にだけは踏み込んでほしくない、³と思っていた。自分で作るものすべてを母のものと比較してしまうだろうし、母に近づこうとしてしまうだろう。そうになったら、オリジナリティが勝負の専門家としては失格だ。

それなのに、料理への興味を抑え切れなかった私は、栄養学科のある大学に進み、食品関係の企業に就職した。そして、気がつけば、母と同じ道を歩もうとしている。

我が家の冷蔵庫には、四季を通して、十数種類がブレンドされたハーブティーが常備されている。それを取り出して、ふたつのコップに注ぎ、そのうちのひとつを、母は私の目の前に置いた。

「わかってるんやろ。行き詰まったときは、どうしたらええんやった？」

コップを手にとって、「わかってますって」と私は応える。

いまから十年近くまえのこと。父の一周忌を機に、料理研究家になると決めて退職した。母は、黙って私の決意を受け入れてくれた。

ほんとうは、小言のひとつも言いたかったんだと思う。あんたが思ってるほど楽と違うよ、とか、安定した収入は得られへんよ、とか。けれど母は、娘を持つ親ならば誰だって言いたくなるようなことは、ひと言も口にしなかった。

その代わり、たったひとつだけ、母と私は約束したのだ。

もしも、あしたのレシピに、行き詰まったとき。

お父さんのことを、思い出そう。

お父さんやったら、何が食べたいかな。

最近、疲れてるやろから、あったかいものでほっと一息ついてもらおう。ストレスで胃が痛い、言うてたから、胃にやさしいものを作ろう。ちょっと気分を変えたいやろから、ワインに合う前菜を用意しよう。

お父さんに、元気でいてもらうために、何を作ろうか。——そう考えること。

それが、母と私の約束だった。

実は、父が他界する直前に、私は病床の父に打ち明けていた。

お母さんと同じ道に進みたい。でも、会社を辞めたら、すぐには収入のあてもないし、お母さんに迷惑かけてしまうかもしれへん。

私の料理を受け入れてくれる人が、世の中にいてくれるかどうかもわからへん。

やってみないけど……夢やけど……その気持ちとおんなじくらい、不安でいっぱいやねん。

5
どうしたらいい？ お父さん。

6
やせ細った父は、弱々しく、けれどやさしく微笑^{ほほえ}んで応えてくれた。

お前、大人になったなあ。

お母さんのこと、そんなふうに思いやつてくれるなんてな。

せやけどな、未来。おれも、お母さんも、お前がやりたいことをできへんがまんしてるんが、いちばん切ない。

お前がお母さんと同じ道に進みたい、言うのを、どうしてお母さんが止めると思う？

やつてみなさい。それが、人生でいちばんやりたいことなら。

そう言つて、父は、大きくため息をついた。

ああ……家に帰りたい。明日、食べたいなあ。

お母さんと、未来と、ふたりして作つた手料理を――。

その翌日、父は帰らぬ人となつたのだつた。

「お父さん、何が食べたいかなあ」

キッチンテーブルの上にハーブティーのコップを置いて、私はため息をついた。

「そうやね。鯛^たと菜の花のカルパッチョ……なんて、どう？」

母が、いたずらっぽく笑つて、秘密の話でもするように小声で言つた。

(出典 原田マハ『スイート・ホーム』ポプラ社による)

問一 ①⑤の漢字の読みをひらがなで答えなさい。

問二 Ⅱ a・bの語句の意味として最も適当なものを次の中からそれぞれ選び、記号で答えなさい。

a 年季の入った				b 手ほどきをする			
ア	使い込んだ	イ	時代遅れな	ア	工夫する	イ	手伝う
ウ	壊れかけの	エ	価値の高い	ウ	指示する	エ	見せる
オ	大切にする			オ	教え込む		

問三 線1「初心に戻る」とはどうすることですか。二十五字以内で説明しなさい。(句読点等記号も一字に数える。以下の問いも同じ。)

問四 線2「料理研究家として知名度のある母」とありますが、母が作る料理を説明した一文を本文中から抜き出し、最初の五字を答えなさい。

問五 線3「料理の専門家の道にだけは踏み込んでほならない、と思っていた」とありますが、なぜですか。四十五字以内で説明しなさい。

問六 線4「母と私は約束したのだ」とありますが、どのような約束ですか。最も適当なものを次の中から選び、記号で答えなさい。

- ア レシピを考えるときには、料理を口にした時の父の喜ぶ顔を思い浮かべること。
イ レシピが浮かばないときには、父に元気でいてもらうための料理を考えること。
ウ レシピを考えることが苦しくても、料理研究家になる道を絶対に諦めないこと。
エ レシピがどんなものであれ、必ず父の大好きな食材を使用した料理にすること。
オ レシピの内容は、料理研究家として成功している母と相談してから決めること。

問七 線5「どうしたらいい? お父さん」とありますが、このときの気持ちを八十字以内で説明しなさい。

問八

——線6「やせ細った父は、弱々しく、けれどやさしく微笑んで応えてくれた」とありますが、このときの父の気持ちはどのようなのですか。最も適当なものを次の中から選び、記号で答えなさい。

ア 娘が人生の大きな決断をするときに、母親ではなく自分へ相談を持ちかけてくれたことを誇らしく思っている。
イ 立派な社会人であるにもかかわらず、自分の将来について一人で決断できない娘のことをまだまだ幼いと思っている。

ウ 母親のことを気遣って夢を諦めるかもしれない娘に対して、自分の進みたい道へ進めばよいと励まそうと思っている。

エ 娘に心配をかけないためにも、自分の余命が残り少ないことを悟られないように元気に振る舞おうと思っている。

オ 目標もなく日々を過ごす自分と違って、成功の保証がない厳しい道でも挑戦しようとする娘をうらやましく思っている。

【三】 次の文章を読んで、後の問いに答えなさい。（出題の都合により、一部表記を変えた部分があります。）

（式部大輔大江匡衡朝臣の息子である）

式部大輔大江匡衡朝臣息、式部権大輔挙周朝臣、重病をうけて、たのみすくなく見えければ、母赤染右衛門住吉にまうでて、

（余命いくばくもないように見えたので、母の赤染右衛門は住吉神社に参詣して）

（今回息子の命が助からないならば）

七日籠もりて、「このたびはすかりがたくは、すみやかにわが命にめしかふべし」と申して、七日にみちける日、御幣のしでに

（七日間のお祈りが終わった日、神具の一部分に）

（書き付けましたのが次の歌）

かきつけ侍りける、

（身代わりになって死にたいと祈る私の命は惜しくはありませんが、そうであっても別れ別れになることが悲しいのです）

かはらむといのる命は惜しからでさてもわかれんことぞかなしき

（このように詠んで神様に献上したところ、神様が深く感動なさったのだろうか）

（母が都から戻って）

かくよみてたてまつりけるに、神感やありけん、挙周が病よく成りにけり。母下向して、喜びながらこの様をかたるに、挙周いみ

（私がもし生きていても、母が死んでしまつては生きること何の励みがあるだろうか。命が助かった一方で親不孝の身となるだろうよ）

じく歎きて、「我いきたりとも、母を失ひては何のいさみかあらん。かつは不孝の身なるべし」と思ひて、住吉にまうでて申しけ

（母が私に成り代わつて母の命が終わらねばならないのならば）

（元のように私の命をお召しになつて）

るは、「母われにかはりて命をはるべきならば、すみやかにもとのごとくわが命をめして、母をたすけさせ給へ」と泣く泣く祈り

（神様はしみじみと感動なさつてお助けがあったのだろうか）

（何事もなく元気で過ごしました）

ければ、神あはれみて御たすけやありけん、母子ともに事ゆゑなく侍りけり。

（出典 『古今著聞集』による）

問一 〓線 a 「まうで」、b 「をはる」、c 「ゆゑなく」を現代仮名づかいによる表記に書き改めなさい。

問二 — 線1「わが命にめしかふべし」の内容として最も適当なものを次の中から選び、記号で答えなさい。

ア 息子の命とともに自分の命も奪ってもらいたいということ。

イ 息子の命に代えて自分の命を助けてもらいたいということ。

ウ 自分の命をささげることと住吉の神に仕えたいということ。

エ 自分の命に代えて息子の命を助けてもらいたいということ。

オ 息子の命とともに自分の寿命も延ばしてほしいということ。

問三 — 線2「いみじく」・3「すみやかに」の文中における意味として、最も適当なものを次の中からそれぞれ選び、記号で答えなさい。

2 いみじく

ア	少しばかり
イ	たいそう
ウ	わけもなく
エ	冷たく
オ	同じように

3 すみやかに

ア	すぐに
イ	優しく
ウ	ひそかに
エ	おとなしく
オ	気軽に

問四 母が「かはらむといのる命は惜しからでさてもわかれんことぞかなしき」という歌を詠んで祈願した結果、どうなりましたか。そのことが記されている部分を本文中から十一字で抜き出し、最初の五字を答えなさい。（句読点記号等も一字に数える。）

問五 本文の内容として最も適当なものを次の中から選び、記号で答えなさい。

ア 母が重病の息子の回復を願ったことで息子の命は助かったが、母はその身代わりとして命を落とすことになり、息子は悲しみにくれた。

イ 母は自分が重病になり、助けてほしいと住吉の神に祈り歌を詠むことで命はとりとめたが、その代わりとして息子が命を失うことになった。

ウ 母が身代わりになるくらいなら、元通り自分の命を奪い母を助けてほしいと息子が祈ったことで、その願いが神に通じて母子ともに助かった。

エ 母が身代わりになろうとしていたことを知った息子は、親不孝になるので自分の命を奪ってほしいと祈ったが、母子ともに死んでしまった。

オ 母が自分の命は惜しいが息子のためなら身代わりになってもいいと神に祈ったことを喜んで息子に話したところ、息子は母の愛に感涙した。

1

問 1

①		②		③		④		⑤	
---	--	---	--	---	--	---	--	---	--

問 11

A		B		C	
---	--	---	--	---	--

問111

問四

--	--	--	--	--

問五

問六

[illegible]

七回

[illegible]11

問 1

①		②		③		④		⑤	
---	--	---	--	---	--	---	--	---	--

問 11

a		b	
---	--	---	--

問111

[illegible]

問四

--	--	--	--	--

問五

[illegible]

問答

問七

[illegible]

問八

問 1

a		b		c	
---	--	---	--	---	--

四 1 1

11

問111

2		3	
---	--	---	--

問四

--	--	--	--	--

問五

名前を書かないように

受験番号				
------	--	--	--	--

右にため書いて下さい