

地方移動の若者の一動向

——地域おこし協力隊の実践としての生き残り戦略——

井戸 聡

1. はじめに

1-1. 背景

地域おこし協力隊は、2009年の制度創設から10年が経過した。その過程で、隊員数、実施自治体数ともに右肩上がり増加してきた。当初は全国で89人、31自治体であったのが、2018年度は5,359人、1061自治体となった。2024年度までに隊員数を8000人まで増やすという方針を総務省は現時点で掲げている。

制度が受け入れられ、実施する自治体数も隊員数も増加してきたのにはプロセスがある。2014年に「隊員数を3倍に増やす」という首相発言に続き、「まち・ひと・しごと創生総合戦略」のなかで拡充の成果目標が掲げられ、国家政策として増加方針が示された。その背景には、同じく2014年に日本創成会議により、全国の自治体の約半数が消滅の可能性があると報告されたことで大きな衝撃を与えたことがある。その後、地方創生政策が開始され、全国の自治体はそれまで以上に切実な問題として人口減少に向かい合うようになった。人口減少についての状況把握や将来予測にもとづいて、具体的な目標の設定や施策が講じられるようになり、移住定住施策などの取り組みが活発化した。そうした流れのなか、総務省による地域おこし協力隊に関する調査報告で、任期後の定住者が6割と公表され各自治体での実施導入が進んだ。

1-2. 再帰性 (reflexivity) の作動

地域おこし協力隊の10年の経過のなかで、地域おこし協力隊に関する研究

や報告の数も徐々に積み上げられてきた。また、マスメディアや報道、ネット上での地域おこし協力隊に関する情報の流通量も格段に増加し、各方面での認知度は上がってきた。地域おこし協力隊に関する研究をはじめとする各種の情報のおかげで、地域おこし協力隊について成果や可能性への言及が多数ある一方で、その問題や困難性についての指摘もなされるようになってきた。たとえば、自治体や地元地域の受け入れ側と隊員とのミスマッチの問題や受け入れ体制（業務内容）などについての指摘がなされてきた。筆者も地域おこし協力隊に関する構造的な問題について指摘を行ったことがある（井戸 2017）。また、自治体や地域社会の側でも、地域おこし協力隊を受け入れてきた年数がある程度積み重ねてきたところも出てきている。経験を蓄積していくなかで、地域おこし協力隊に対してどのような向かい合い方をすべきなのかということについて試行錯誤を重ねてきている自治体や地域も出てきている。また、任期を終えた OBOG も増加し、任地やその周辺に定住定着している地域おこし協力隊の先行者も増加してきた。OBOG で任地を離れ、別の地（都市含む）で、別の仕事や職務に就くような人材も現れるようになってきている。

時間の経過や制度の拡大のおかげで、情報や経験が蓄積し、そこからの知見や反省をもとに見直しや再検討などを含めた試行錯誤が行われるようになってきている。たとえば、受け入れ体制やマッチング、サポート体制などについての再考が行われつつあり、具体的には、受け入れ体制の充実化や手引作成、マッチングの適正化、トライアル制度の創設、サポートデスク開設、研修会・交流会の機会提供、モデル事業化、自治体単位での任期後の起業や定住のサポート、OBOG によるサポートネットワーク化などの動きが見られる。こうした再帰的なプロセス（reflexivity）（Giddens 1991=2005）が作動しているというのが、地域おこし協力隊をめぐる10年のうちのひとつの言及しておくべき動向であろう。しかしながら、こうした対応は現行制度のサブシステムの変更や付加としてなされているものであり、メインシステムの基本形に抜本的な変更が加えられるようなドラスティックな改変ではないといってよいだろう。また、地域おこし協力隊の年齢層や男女比、定住率などは大きな変化は見せていない。協力隊の基本的な待遇にも大きな変化はない。さらに、地域おこし協力隊

に求められていることは、期待や希望のほか、偏見、無理解なども含めて大きくは変化していないと考えられる。地域おこし協力隊制度が根本的にもつ構造的な困難性や問題系は温存されたままとなっていると考えられるが、それはこれまでに行ってきた調査や観察から感じ取っていることでもある。

1-3. 先行研究と問題設定

上記のように、制度に対する期待の増加とともに、制度に対する課題や批判も浮かび上がるようになってきた。こうした諸相を補足しようとする研究が行われてきている。

地域おこし協力隊はこの10年間の経過のなかで、自治体・地域の運用の仕方が多様化し、協力隊を希望する人々の種類も多様化した。そのため、より大きな枠組みで捉えることが難しくなっている状況がある。協力隊は任期の短さや流動性の高さなどから、全国規模の定量的な調査は難易度が高く、総務省による定量的調査のほかにはあまり行われてこなかった。そうしたなかで、平井らの定量的調査は地域おこし協力隊の傾向を概括的に考えることのできる重要な先行研究であるといえる（平井・曾我 2017；2018）。地域おこし協力隊に関する研究は、上記のような困難性から定量的な総体的研究よりも、よりミクロな事例研究に傾きがちであった。こうした研究状況は貞包が指摘するように「しばしばあまりに一般論に走るか、逆に具体的にすぎるといって意味で問題が残る」可能性があり、そうした状況に陥らないようにするために「固有の「場所」に根ざした「中間」的な語り」を豊富化する試みが求められる（貞包 2015）。

本稿では、地域おこし協力隊を一般的・総体的な構造的状況に置かれ、そのなかで困難な状況に直面した個人としての隊員がどのような意識を持ち、行為しようとするのかについて、具体的事例をもとに考察を行いたい。柴崎らは、協力隊員と受け入れ側のミスマッチをリアリティ・ショックと捉え、その克服プロセスについての事例研究を行っている（柴崎・中塚 2018）。本研究では協力隊個人が地域おこし協力隊をめぐる構造的状況下で直面する困難な状況をより広く捉えることで一般化を志向するとともに、一方では、困難な状況に置か

れた個人がどのように実践しようとするのかについて、ケースを限定しつつ、個別具体的な事例から中間的な抽象化を行うことを目的のひとつとしている。また、困難な状況に置かれた個人の営為は、必ずしも克服に至っているわけではない。今般の研究は、克服過程を明らかにしようとするところに着目するものではなく、困難な状況に置かれた個人の実践があるパターンを取る可能性があることを指摘し、また、なぜそのような実践に向かいがちとなるのかについての解釈を行うことを志向している。

それぞれの協力隊員は大局的には地域おこし協力隊としての一般的構造下にある一方で、固有の地域的、社会文化的現場で、それぞれ別様の属性や個性を持った個人として活動し、生活者として生き、日常的な実践を行い、それぞれの意識を形成している。そこから調査を通じて得られた特徴的なタイプの語りを抽出し、中範囲での抽象化を行って、地域おこし協力隊として地方に移動した、特に若い人々が、どのように行為し、どのような意識を有する傾向にあるのかを、地域おこし協力隊に特徴的な実践戦略として導き出したい。本稿での帰結は、地域おこし協力隊の状況を把握する上で、より抽象度の高い洞察と個別具体の事例報告の中間項として連携・結節され、願わくは再帰的プロセスのひとつとして状況改善のためのひとつの知見となることを企図している。

2. 方法

2-1. 調査対象と手法

本研究では、地域おこし協力隊員を主な対象として聞き取りを中心とする調査を行った。地域おこし協力隊に関する聞き取り調査はいくつかの地点で行っているが、今回は特徴的な語りが見受けられた和歌山県紀南地域での調査内容をもとに考察を進める。紀南地域での地域おこし協力隊に関する調査は2017年から2019年にかけて断続的に行った。紀南地域の中心的地域であるX、Yの二つの自治体での調査から開始し、そこからスノーボールサンプリング法を主に用いて、調査対象者を広げ、上記のX、Y以外の自治体においても調査を

行った。聞き取り調査では半構造化インタビュー法を用い、協力隊になるまでの経緯や活動内容、周囲の人々や地元地域との関係などを主な質問項目として聞き取りを行った。調査対象者は20代から40代までの男女8名の現役地域おこし協力隊員（調査時点）である。そのなかで今回は4つのケースについて取り上げている。なお、調査協力が得られた地域では、受け入れ団体の方にも聞き取り調査を行った。

2-2. 調査対象地の概況

ここで調査対象地の概況について、特に人口減少と移住対策について、地域おこし協力隊に関わる観点から言及しておきたい。地域おこし協力隊の目的は地域協力活動と定住である。人口減少地域における移住定住施策と地域おこし協力隊の目的のひとつである定住との関連という観点から調査対象地である和歌山県の状況を概観しておきたい。

和歌山県の人口は、1985年（約108万7千人）をピークに減少に転じ、2015年の推計人口は約96万6千人で、戦後と同水準まで減少した。1990年代半ばを境に、自然減、社会減に転じ、その状況が継続している（「和歌山県長期人口ビジョン」）。人口減少幅は拡大する傾向にあり、2018年以降は年間1万人を超える人口が減少し続け、直近の2019年の県調査統計課のデータでは、推計人口927,808人（2019年4月）と減少傾向は持続しており、前年度比1万人減（人口10,299人減、男4,924人減、女5,375人減、461世帯増）となっている（「和歌山県の推計人口」）。1970年以降に急速な高齢化が進行し、1999年に高齢化率が20%に達し、以降も上昇し続け、2019年の65歳以上の高齢人口は約30万8千人、高齢化率は32%となっている。近畿府県内では最も高齢化が進行し、全国でも9番目という状況にある（「和歌山県における高齢化の状況」）。また、年少人口（0～14歳）の割合も減少し続けており、生産年齢人口（15～64歳）の割合も1990年代から低下傾向にある。概括すると、県総人口が減少し続けているなかで、高齢人口比率が上昇し続け、その一方で、年少人口比率、生産年齢人口比率が下降しており、人口減少傾向、少子高齢化傾向が如実な傾向にある。

「和歌山県長期人口ビジョン」（2015年度）では、「何の対策も講じなければ、2040年における県の総人口は70万人程度まで減少」、2060年には「50万人程度まで激減」「65歳以上人口が42%となる見込」と見立てている。この予測にもとづいて、和歌山県のあるべき将来人口として、「2060年の和歌山県の人口を概ね70万人確保することが必要である」と想定された。この長期人口ビジョンに向けての取り組みとして、人口流出の歯止め（転出減少、転入増加）、出生率の向上（少子化対策）、暮らしやすい社会の創造が示された。

人口減少に対する取り組みの一つとして、和歌山県が力を入れているのが移住推進策である。大都市に向けての情報発信や、田舎暮らし体験会を行っているが、近年の取り組みとして、「ワンストップパーソン」「移住推進市町村」が挙げられる。移住に関する相談を一手に引き受ける「ワンストップパーソン」（行政職員）を置き、スムーズな移住をサポートする「受入協議会」（地域住民や先行移住者で構成）を設置する市町村を「移住推進市町村」として、官民が連携する移住支援策を展開している。

和歌山県内での地域おこし協力隊設置は、2009年度に1自治体2名ではじまり、2018年度は18自治体62人が活動している。前述したような流れのなかで、和歌山県でも2014年を境に実施自治体、隊員数が増加している（図1）。

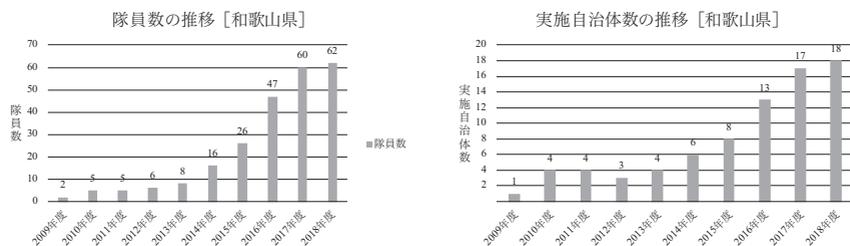


図1 和歌山県における地域おこし協力隊の推移

和歌山県においては、以前から人口減少傾向や少子高齢化が進行していたが、2014年頃の「地方の危機」「地方創生」の動向を境として、人口減少対策や移住定住施策の具体化や拡充が進んできた。地域おこし協力隊もこの頃から増加してきている。ただ、移住定住という観点から考えてみた場合、いわゆる

Iターン者やUターン者に主眼が置かれてきており、地域おこし協力隊に力が入れているかといえば、少なくとも県の施策からはそのようには読み取ることとはできないといえるだろう。

3. 結果

ここでは聞き取り調査で得られた内容のうち、特徴的な4つの語りの内容から、地域おこし協力隊の実践的行為と意識についてアプローチしていきたい。

3-1. ケース1：Aさん(男性20代・地域おこし協力隊) [調査：2017年3月]

Aさんは「地域おこしに興味がない」「地域おこしをするつもりはない」と語る。Aさんは当初は地域の空き家対策を活動としていたが、その後、宿泊施設を開業・経営する活動へとシフトした。Aさんは地球環境問題や資本主義システムへの問題意識を抱いており、そうした問題意識を根底においた宿泊施設を作り上げた。地域おこしは「地域が求めるもの」が何かというところから始まるべきだと考えているが、地域で懸命に活動してみた結果、「地域が求めるもの」が特にあるわけではなく、地域おこし協力隊として地域の邪魔にさえならなければよいと受け止められているのであって、変化が求められているわけではないとの考えに至った。地域おこし協力隊としては、地域には受け入れられていないと思っている。しかし、地域に対する地域おこし協力隊としての意味合いに全くの無関心であるかといえばそういうわけではなく、地域おこし協力隊として定住定着の基盤づくりができれば、地域として意味合いのある地域おこし協力隊としての事業が成功したことになると考えて活動を続けてきた。このような実践や意識に至った背景としては、先に示したような地域のニーズと活動を結びつけることの困難性のほかにも、地域おこし協力隊として地域貢献も果たしながら、同時に移住者としての生活基盤を両立させることには大変な厳しさがあり、どちらかを優先させなければならないという考えに至ったことが挙げられる。Aさんは地域貢献の意識はないといいながらも、「地域を有名にするつもりはある」と語り、自身の行ってきた活動は自分の定住定着のた

めの生活基盤づくりを優先させて地域貢献については第一の優先事項とは考えないで活動を行ってきたが、結果的に地域貢献につながっていると考えている。

3-2. ケース2：Bさん(男性30代・地域おこし協力隊)【調査：2019年8月】

Bさんは「観光をやりたい」という志望動機から、地域おこし協力隊をそのための「修行期間」と考えて協力隊員となった。任務地である自治体の観光事業に携わる活動を行っており、観光協会へ行政からの出向という形で勤務している。Bさんも「地域をおこそうとはあまり思っていない」のであって、「自分がやりたいことをやっ払いこう」と考えている。Bさんは一般的に期待されるような「地域おこし」について、その期待に真正面から応えようとは考えていない。しかし、Bさんも地域おこしや地域貢献について、全く考えていないというわけではなくて、「自分のやりたいことと地域の望みと一緒だったらいい」と考えており、自分のやりたいことを活動として取り組んでいくことで、地域おこしや地域貢献に結びついていくことを願っている。

3-3. ケース3：Cさん(男性30代・地域おこし協力隊)【調査：2019年8月】

Cさんは地域おこし協力隊として、地域のまちづくり会社に行政からの出向という形で勤務している。まちづくり会社では空き家対策の事業に携わり、まちづくり会社での業務としての空き家対策事業が地域おこし協力隊としての活動内容となっている。Cさんは地域おこし協力隊としての活動を行う傍ら、副業として観光イベントや企業プロモーションなどを手掛けている。前職での経験やスキル、人脈などを活かしつつ、全国的に活動を展開している。また、本業でも副業でもない活動として、移住先で形成された個人的な人脈を通じてのイベント活動を楽しみながら行っている。収入としては協力隊よりも副業の方が勝る一方で、費やす時間は協力隊としての業務の方が多い。家族との時間も大切にしており、協力隊としての業務を行い、帰宅して家族との生活時間を過ごした残りの時間などに副業の仕事を行っているという。Cさんは、「まちづくり」という言葉や「協力隊イメージ」に対して、「ぼやける」「イメージを抜

いていきたい」と考えている。地域おこし協力隊という「意識は薄くなってきている」と考えている。だが、Cさんも決して地域貢献や地域のためになることを考えていないわけではない。「地域おこしは結果的になるもの」と捉えており、地域おこし協力隊としての業務内容のほかに行っている副業や、地域人脈を通じた楽しみでもあるイベント活動などが結果的に地域のためにつながっていくと考えている。Cさんがこのように考えるようになった要因のひとつには、地域おこし協力隊と地域の位置関係についての所感がある。地域おこし協力隊と地域は本来はフラットな関係のはずだが、実際には上下関係があると感じている。こうした構造的な関係性に規定される活動よりも、自身が自分の実現したいことを基調として活動をしている内容の方が、結果的に地域にとってためになると考えている。

3-4. ケース4：Dさん(女性40代・地域おこし協力隊)

【調査：2018年9月、2019年8月】

Dさんは、任務地に「住み続けたい」という希望を強く抱いている。Dさんは地域の受け入れ団体から飲食店の経営を託されており、地域おこし協力隊としての業務内容となっている。Dさんは飲食店のコンセプトや商品開発など懸命に取り組んできているが、経営はなかなか軌道に乗らないという。また、地域おこし協力隊を担当する行政が非協力的であったことが「ショック」で、さまざまに働きかけをしてきたが「挫折」し、「不信感」を抱いているという。受け入れ地区の希望はDさんの定住定着であり、定住定着を第一に考えると、必ずしもこの飲食店の経営に執着しなくてもよいはずで、地区の人々も飲食店で地域おこしや地域貢献してもらうことに固執しているというわけではなく、別の生活基盤であってもよいので、定住定着して地域を維持してくれることの方を望んでいる。Dさんによれば、ほかにも生活基盤の構築の仕方として宿泊施設経営などが実現可能性のある選択肢として考えられるという。だが、Dさんは飲食店での活動、つまり地域おこし協力隊としての業務を放棄してはいけなと考えている。Dさんは定住を強く希望しており、そのための生活基盤の構築が欠かせないが、かといって、別の実現可能性の高い宿泊施設経営に切り

替えることを選択することなく、受け入れ地区から託されてはいるものの、必須条件としているわけではない、地域おこし協力隊の地域協力活動としての飲食店を続けようと考えているのである。この飲食店は、「色んな人と出会った大事なところ」なので、行政や地区が強くこだわっているわけではないにもかかわらず、「儲けが多くなくても」「大事にしたいし、手放してはだめ」だとDさんは考えているのである。地域おこし協力隊は、具合のよくない親を見舞う帰省のための休みも取りづらく、常に周りから見られていて、よくも悪くも「放っておいてくれない」し、予算も使いづらく、行政も協力的ではないが、それでも自分が「ずっと住みたい」という強い思いがあるが故に、手放すことなく大事にしたいと考えているのである。

4. 結論

今回の調査内容から得られた結果から、地域おこし協力隊について、その行為や意識の特性のひとつについて考えていきたい。

これまでに示してきた調査結果からは、次のような地域おこし協力隊の行為や意識の特性を読み取ることができる。それは、端的に言えば、地域おこし協力隊の生き残り戦略のひとつとして、「地域おこし」や「地域貢献」を後景化しつつ、「自己実現」や「自分のやりたいこと」を前景化させるという方途を採っていることである。

地域おこし協力隊制度において、協力隊員の立ち位置からの当事者主観で考えてみると、さまざまな困難性や難しさがああり、それは容易に変更することができないような構造的な条件となっている。そのような構造的に条件付けられた状況において、地域おこし協力隊として選り出された選択が、先に示したような「地域おこし」や「地域貢献」を後景化しつつ、「自己実現」や「自分のやりたいこと」を前景化させるという生き残り戦略であったと捉えることができるのではないだろうか。地域おこし協力隊として構造化された条件下での選択としては、「撤退」という方途もあり得る。つまり、地域おこし協力隊を離任するという選択である。平井らは地域おこし協力隊における途中離任の問題

について言及しているが、在任期間が短いまま離職する傾向や在任期間が2年未満の場合に定住率が低い状況について指摘し、その手がかりを隊員の悩みに求めて考察している（平井・曾我 2017；2018）。協力隊員の抱え込む悩みは離職、いわば「撤退」という戦略として帰結してしまうこともあるといえる。一方で、地域おこし協力隊として生き残ろうという場合の隊員個人の側の戦略として、先に示した「地域」の後景化／「自己」の前景化戦略がひとつのタイプとして生み出されているのではないかと推察する。

「地域」の後景化／「自己」の前景化戦略においては、地域おこし協力隊としての第一義と目されている「地域」（地域おこし、地域振興、地域貢献、地域のためなど）の優先順位が下げられ、それに代わって隊員個人の「自己」（自己実現、自分のやりたいこと、自分の気持ちなど）が優先事項となる。この場合、協力隊員らは「地域」に無関心となり、蔑ろにして、「自己」を第一優先として行為や意識を変節させる自己本位的な転向と受け取られる恐れもあるが、そのように捉えるべきではないと考える。

隊員らのなかには状況に変革を起こそうと積極的に働きかけることもあるが、Dさんのケースのように変化が起こらず「挫折」してしまうことも少なくない。そうした場合に、外的な状況変化を求めるのではなく、自己の内的な矛盾状況に、内的な解釈の変更を加えることによって状況を改善しようとする個人の営為で対処しようとするのが「地域」の後景化／「自己」の前景化戦略の特徴といえよう。この方途においては、地域おこし協力隊の置かれた状況や構造を大きく変更することなく、温存しながら対処することが可能となる。このような対処方法の場合、行政や受け入れ地域に対しての配慮を欠いた営為や、地域貢献を放棄する営為とはならず、むしろ配慮や貢献をいかに放棄することなく、そこに繋げていけるかを隊員個人が切実に感受しているが故の選択となっていると考えられる。ここに取り上げた隊員らのケースでは、地域おこし協力隊として生き残っていくために、あえて「地域」を後景化させ、「自己」を優先する前景化戦略を採用することで、結果的にそれが地域のためとなって「地域おこし」や「地域貢献」に収斂していくことを強く意識し望んでいる。地域貢献をファースト・プライオリティからあえて外すことで、結果的・実質的に

地域貢献としての意味も成り立たせ、自己と地元・地域社会との関係の構築も目指す行為として解釈することができるだろう。

5. おわりに

そもそも地域おこし協力隊の生き残り戦略が必要とされてしまう事態を誘発しやすい構造や状況とはどのようなものなのだろうか。地域おこし協力隊のふたつの目的である地域協力活動と定住という二重基準構造やよそ者・若者・地元・公務員などの輻輳的な役割が期待されること、地域おこし協力隊イメージの問題や「地域おこし」の定義の曖昧さ、任期の短さや待遇など、地域おこし協力隊を取り巻くいくつもの構造的条件を想定することができよう。だが、その詳細についての検討は別の機会に譲りたい。

個人では大きな変更がほぼ不可能である構造的条件のなかで、協力隊員らはどうのように生き残りを図っていくのかというテーマに向かい合いながら日常の実践を行っている。隊員らは、彼／女ら自身に固有の行為や意識を形作っていくが、それらを中間的に俯瞰してみると、ひとつのパターンとして「地域」の後景化／「自己」の前景化戦略が抽出されたといえる。今回は限られた調査事例のなかからの中間的な抽出であったが、今般の結果は、地域おこし協力隊において観察されるひとつの傾向として一般化できる可能性を含んでいると考えている。

地域おこし協力隊は、構造的条件下において、自己の行為や存在について問い直すような日常の実践を行い、自己についての再考や再定位を行っていることが今回の研究では観察された。それは、地域おこし協力隊にとっての関係主体（地元民、地域社会、行政など）との関係を整理し直すプロセスでもあると考えられる。本稿の冒頭で、地域おこし協力隊の10年を考えるとときの全体的な特筆事項として再帰的プロセスの進行を指摘したが、再帰的プロセスは隊員個人の水準では恒常的・日常的に作動し続けてきたといえるだろうし、この隊員個人レベルでの再帰的プロセスを著しい強度で不断に迫られる状況に置かれがちであることは地域おこし協力隊のひとつの特質と捉えられると考えている。

参考文献

- Giddens, A. (1991) *Modernity and Self-Identity: Self and Society in the Late Modern Age*, Polity Press. (=2005、秋吉美都・安藤太郎・筒井淳也訳『モダニティと自己アイデンティティ——後期近代における自己と社会』ハーベスト社)
- 平井太郎・曾我亨 (2017) 「地域おこし協力隊の入口・出口戦略」『人文社会科学論叢』3
- 平井太郎・曾我亨 (2018) 「地域おこし協力隊の入口・出口戦略 全国版」『人文社会科学論叢』5
- 井戸聡 (2017) 「「地方志向」の若者としての地域おこし協力隊——移動の枠組みと課題の諸特性についての一考察」『愛知県立大学日本文化学部論集』8
- 柴崎浩平・中塚雅也 (2018) 「地域おこし協力隊のリアリティ・ショックと克服過程」『農林業問題研究』54(2)
- 貞包英之 (2015) 『地方都市を考える——「消費社会」の先端から』花伝社
- 和歌山県「和歌山県長期人口ビジョン」(https://www.pref.wakayama.lg.jp/prefg/020100/tihousei/tihousei_d/fil/02vision.ppd) [2019年12月5日最終アクセス]
- 和歌山県「和歌山県の推計人口」(https://www.pref.wakayama.lg.jp/prefg/020300/suikai/h31_index.html) [2019年12月5日最終アクセス]
- 和歌山県「和歌山県における高齢化の状況」(https://www.pref.wakayama.lg.jp/prefg/040300/siryu/index_d/fil/R1.pdf) [2019年12月5日最終アクセス]