

宮城県内の幼稚園・保育所における歌う活動について

鶴間 順子*・杉山 弘子**

Singing Activities in Kindergartens and Day Nurseries in Miyagi Prefecture

Junko Tsuruma, Hiroko Sugiyama

宮城県内の幼稚園・保育所の3、4、5歳児クラスの担任を対象に、歌う活動についての質問紙調査を実施した。幼稚園と保育所の年齢ごとに結果を整理し、分析した。幼稚園・保育所の90%以上が、子どもは自発的に歌を歌っていることがあると回答している。また、幼稚園の80%以上、保育所の約半数において、日課の中で決まった歌が歌われており、幼稚園・保育所の90%以上で、日課で決まっている歌以外にもみんなで歌う活動が提起されているという結果であった。日課で決まっている歌以外で年間にみんなで歌った歌の曲数は10曲未満が10%前後から20%前後で10曲以上のクラスが多かった。さらに、70%近くから90%過ぎのクラスがみんなで歌うときには伴奏に楽器を使うことが多いと回答し、伴奏に使う楽器はほとんどが鍵盤楽器であることがわかった。

キーワード：歌う活動、幼稚園、保育所

<はじめに>

幼稚園教育要領および保育所保育指針の表現の領域の内容には、「音楽に親しみ、歌を歌ったり、簡単なリズム楽器を使ったりする楽しさを味わう」ことが掲げられている。歌を歌う楽しさを味わうとあるが、幼稚園や保育所において、子どもたちはどのように歌う活動を経験しているのだろうか。また、保育者は園生活の中にどのように歌う活動を位置づけ、指導しているのだろうか。こうした歌う活動の実態を明らかにすることは、保育者養成校での教育内容と方法の検討に役立つものと考えられる。

石野ら（2010）による幼稚園と保育所の年長児へのインタビュー調査では、幼児が歌を歌うことを楽しいと感じており、歌うときの人数としては「クラスのみならずと歌う」ことを最も楽しいと感じているという結果が得られている。子どもが歌うことを楽しいと感じているのであれば、自ら歌い出すことが考えられる。また、クラスのみならずと歌うことが楽しいのであれば、こうした機会を設定することには積極的な意義があると言える。本研究では、まず、幼稚園や保育所において子どもが自発的に歌を歌っているのか、また、みんなで歌う場面がどのように設定されているのかを明らかにしたい。みんなで歌う歌には、日課の中で歌うことが決まっている歌と他の事由で選曲される歌とがある。そこで、日課の中で決まって歌われる歌があるの

2011年9月2日受理

* 尚綱学院大学 名誉教授・非常勤講師

** 尚綱学院大学 教授

かどうかと、それ以外の曲をみんなで歌う活動を提起することがあるのかどうかに分けて実態を把握したいと考える。

ここで幼児期の歌う活動の発達過程に目を向けてみたい。鈴木・藪中（2004）は、3歳児は「まだ、自分のペースでうたうということが中心で、集団で声をそろえてうたうことは難しい」（p.18）と言う。一方、4、5歳児については「みんなで一緒にうたう楽しさがわかってくる時期である」（p.19）と述べる。前述の石野らの研究は5歳児を対象にしたものである。みんなで歌う活動の楽しさは年齢によっても違っていることが考えられる。こうした点も考慮し、本研究では、3、4、5歳の年齢ごとに、みんなで歌う活動が保育にどのように位置づけられているかを見ていくことにする。

また、日課で決まって歌われる歌以外に、年間、どれほどの曲が歌われているのかについても把握したい。これについても幼児期の発達との関連が考えられる。水崎（2009）は、「3歳児の歌唱活動では、次から次へと新しい曲を教えていくのも避けたい」（p.19）と言う。消化不良の曲が生まれると言うのである。また、斎藤（2010）は、4歳児では「1つの歌を初めから終わりまで正確にうたえる子どもが多くなり、歌のレパートリーもふえる」（p.30）と述べる。これらの記述に基づけば、年齢とともに歌う曲数が増えることが予想される。

次に、伴奏の有無や楽器という点からみんなで歌を歌う活動の形態を見ていきたい。吉富（2009）は、「これまで多くの幼稚園・保育園で歌唱を含む保育場面を観察しましたが、それらの歌唱形態のほとんどは、教師がピアノ・オルガンを伴奏し、それに合わせて幼児全員が斉唱するものでした」（p.11）と述べている。吉富はこうした歌唱形態は音楽教育において本質的に重要であるが、この形態だけに固執した場合には問題点が多いと言う。第一に、教師にとって、個々の幼児の歌唱の実態を理解することが困難になること、第二に、幼児にとっても自分の歌っている声が伴奏や他の幼児の声とあっているのかどうかを聴きわけにくいことをあげている。本研究では、こうした考察の前提として、みんなで歌を歌うときには、保育者がピアノやオルガンで伴奏しながら歌うことが多いのかどうかを調査したい。

以上の通り、本研究の目的は、保育者への質問紙調査を通して、幼稚園・保育所における歌う活動の実態について、下記の5点を明らかにすることである。なお、分析にあたっては、生活時間や歴史の異なる幼稚園と保育所を分けて見ていくことにする。

- (1) 幼稚園・保育所において、子どもは自発的に歌っているか。
- (2) 日課の中で決まって歌われる歌があるか。ある場合には、どのような場面か。
- (3) 日課で決まっている歌以外で、みんなで歌う活動を提起することがあるか。ある場合にはどのような場面か。
- (4) 年間に、日課で決まっている歌以外でみんなで歌った歌の曲数
- (5) みんなで歌を歌うとき、伴奏に楽器を使うことが多いか。また、伴奏に使う楽器は何か。

<方法>

1. 対象：宮城県内の全幼稚園 299 か所と保育所 331 か所の 3、4、5歳児クラスの担任
2. 時期：2010年3月
3. 手続き：質問紙を各園に3部ずつ、郵送により配布し（仙台市公立保育所のみ、仙台市子供未来局保育部保育課を通して配布）、3、4、5歳児クラスの担任一人ずつに回答を

依頼した。回収は全て郵送による。なお、回答は無記名である。

4. 質問紙の構成：(1) 回答者について、(2) 担当クラスの子どもたちの歌う活動について、(3) 担当クラスの子どもたちの好む歌について、(4) 担当クラスでの歌う活動に関する課題についての4つの部分からなっている。

＜結果と考察＞

1. 分析の対象

幼稚園と保育所を合わせて630か所に質問紙を配布し、364か所(57.8%)より回答があった。混合クラスや縦割りクラスについての回答も含まれていたが、幼稚園については、年齢別のクラス編成となっている381クラス(3歳児110クラス、4歳児133クラス、5歳児138クラス)についての回答を分析の対象とする。保育所についても、年齢別のクラス編成となっている353クラス(3歳児146クラス、4歳児108クラス、5歳児99クラス)についての回答を分析の対象とする。

また、本稿では、クラスの子どもの人数と保育者の経験年数についての情報を提示した後、質問紙の構成の(2)担当クラスの子どもたちの歌う活動についての部分の結果を分析する。

2. クラスの子どもの人数と保育者の経験年数

回答のあったクラスの子どもの人数を表1に、回答者である担任の保育者の経験年数を表2に示した。なお、保育経験年数については表2にある選択肢をあげ、○をつけてもらった。複数の選択肢に○がついている場合には、経験年数の長い方に分類している。

表1 クラスの子どもの人数

単位：クラス

		10人以下	11～20人	21～30人	31～40人	41人以上	無記入	計
幼稚園	3歳児クラス	8	48	43	8	2	1	110
	4歳児クラス	7	25	81	17	3	0	133
	5歳児クラス	8	33	70	24	3	0	138
保育所	3歳児クラス	12	104	30	0	0	0	146
	4歳児クラス	3	48	57	0	0	0	108
	5歳児クラス	2	43	52	2	0	0	99

表2 保育経験年数

単位：人

		3年目まで	4年目～10年目	11年目～20年目	21年目以上	無記入	計
幼稚園	3歳児クラス	30	44	22	14	0	110
	4歳児クラス	32	60	24	16	1	133
	5歳児クラス	22	59	29	27	1	138
保育所	3歳児クラス	15	48	50	33	0	146
	4歳児クラス	18	28	36	26	0	108
	5歳児クラス	3	37	40	19	0	99

3. 子どもは自発的に歌っているか

子どもが自発的に歌を歌っていることがあるかを選択式で尋ねた結果を表3に示した。幼稚園、保育所ともに「ある」という回答が90%を超え、「ない」の回答は最大でも5.5%である。どれくらいの頻度で、また、どれほど多くの子どもたちが歌っているのかについては尋ねていないが、幼稚園や保育所の生活の中で子どもが自発的に歌を歌う姿が広く見られることを示している。

表3 自発的に歌を歌っていることがあるか

単位：クラス

		ある	ない	無記入	計
幼稚園	3歳児クラス	101 (91.8)	6 (5.5)	3 (2.7)	110 (100)
	4歳児クラス	129 (97.0)	4 (3.0)	0	133 (100)
	5歳児クラス	132 (95.7)	4 (2.9)	2 (1.4)	138 (100)
保育所	3歳児クラス	140 (95.9)	4 (2.7)	2 (1.4)	146 (100)
	4歳児クラス	100 (92.6)	5 (4.6)	3 (2.8)	108 (100)
	5歳児クラス	95 (96.0)	3 (3.0)	1 (1.0)	99 (100)

注) () 内は%を示す。

4. 日課の中で決まって歌われる歌

日課の中で決まって歌われる歌があるかを選択式で尋ねた結果を表4に示した。幼稚園の場合、「ある」という回答が各年齢80%台であり、全体では85.6%である。一方、保育所は「ある」の回答が年齢別では40%台半ばから50%前後であり、全体では48.7%である。日課の中で決まった歌を歌う活動をしているクラスが、幼稚園では80%台半ばと多いのに対し、保育所では約半数であり、歌う活動の実態に違いがあることを示す結果となっている。

次に、日課の中で決まって歌われる歌がある場合にはどのような場面かを選択式で尋ねた結果を表5に示した。決まった歌があると答えたクラス数を100としたときの%を見ると、幼稚園の場合、朝の集まりと昼食の前、帰りの集まりが80%近くから80%台半ばとなっている。昼食の後は10%未満である。その他の自由記述には、礼拝やお祈り、または合掌の記載が3歳児に5件、4歳児に6件、5歳児に7件見られた。また、日課における位置づけは不明であるが、誕生会という記載が3歳児に5件、4歳児に4件、5歳児に11件見られた。

保育所について見ると、朝の集まりが80%過ぎから90%過ぎ、昼食の前が30%過ぎから40%過ぎ、帰りの集まりが50%台半ばとなっている。昼食の後は5%未満である。その他の自由記述には、おやつの場面の記載が3歳児に7件、4歳児に5件、5歳児に6件見られた。幼稚園と同様、誕生会や誕生日の記載が3歳児に5件、4歳児に1件、5歳児に3件見られた。

日課の中で決まった歌を歌う場面としては、幼稚園の場合、朝の集まり、昼食の前、帰りの集まりが同じように多い。一方、保育所の場合には、朝の集まりは多いが、昼食の前や帰りの集まりはそれに比して少ない。日課のどのような場面で決まった歌が歌われているかについても幼稚園と保育所には違いがあると言える。

表4 日課の中で決まって歌われる歌はあるか

単位：クラス

		ある	ない	無記入	計
幼稚園	3歳児クラス	98 (89.1)	12 (10.9)	0	110 (100)
	4歳児クラス	112 (84.2)	20 (15.0)	1 (0.8)	133 (100)
	5歳児クラス	116 (84.1)	22 (15.9)	0	138 (100)
保育所	3歳児クラス	74 (50.7)	71 (48.6)	1 (0.7)	146 (100)
	4歳児クラス	53 (49.1)	51 (47.2)	4 (3.7)	108 (100)
	5歳児クラス	45 (45.5)	52 (52.5)	2 (2.0)	99 (100)

注) () 内は%を示す。

表5 決まった歌を歌う場面 (複数選択)

単位：クラス

		朝の 集まり	昼食の前	昼食の後	帰りの 集まり	その他	無記入
幼稚園	3歳児クラス	80 (81.6)	77 (78.6)	7 (7.1)	79 (80.6)	19 (19.4)	0
	4歳児クラス	97 (86.6)	89 (79.5)	9 (8.0)	93 (83.0)	23 (20.5)	1 (0.9)
	5歳児クラス	91 (78.4)	92 (79.3)	11 (9.5)	92 (79.3)	35 (30.2)	3 (2.6)
保育所	3歳児クラス	60 (81.1)	24 (32.4)	3 (4.1)	41 (55.4)	18 (24.3)	7 (9.5)
	4歳児クラス	48 (90.6)	22 (41.5)	1 (1.9)	30 (56.6)	9 (17.0)	1 (1.9)
	5歳児クラス	41 (91.1)	14 (31.1)	1 (2.2)	25 (55.6)	15 (33.3)	1 (2.2)

注) () 内は決まった歌があると答えたクラス数を100としたときの%を示す。

5. みんなで歌う活動

日課で決まっている歌以外で、みんなで歌う活動を提起することがあるかを選択式で尋ねた結果を表6に示した。幼稚園、保育所とも、「ある」という回答が90%台半ばになっており、各年齢のほとんどのクラスにおいてみんなで歌う活動がなされていると考えられる。

表6 みんなで歌う活動を提起することがあるか

単位：クラス

		ある	ない	無記入	計
幼稚園	3歳児クラス	104 (94.5)	4 (3.6)	2 (1.8)	110 (100)
	4歳児クラス	129 (97.0)	2 (1.5)	2 (1.5)	133 (100)
	5歳児クラス	134 (97.1)	3 (2.2)	1 (0.7)	138 (100)
保育所	3歳児クラス	141 (96.6)	2 (1.4)	3 (2.1)	146 (100)
	4歳児クラス	102 (94.4)	3 (2.8)	3 (2.8)	108 (100)
	5歳児クラス	93 (93.9)	4 (4.0)	2 (2.0)	99 (100)

注) () 内は%を示す。

次に、みんなで歌う活動を提起することがあるという場合にはどのような場面かを選択式で尋ねた結果を表7に示した。提起することがあると答えたクラス数を100としたときの%を見ると、幼稚園の場合、朝の集まりが80%前後、クラス別活動の場面が40%台半ばから50%過ぎ、帰りの集まりが40%過ぎから50%近くとなっている。その他の自由記述に最も多く見られたのは、誕生会や発表会などの行事に関わる記載である。3歳児に14件、4歳児に29件、5歳児に32件見られた。学年集会などの集会も3歳児では2件であるが、4歳児に9件、5歳児に10件見られた(行事と集会の併記あり)。

保育所の場合、朝の集まりが80%前後、クラス別活動が40%近くから50%台半ば、帰りの集まりが30%台半ばとなっている。その他の自由記述としては行事に関連する記載が3歳児に19件、4歳児に21件、5歳児に15件見られた。また、3歳以上児クラスや園全体などでの集会に関わる記載が、3歳児、4歳児、5歳児のそれぞれに9件見られた(行事と集会の併記あり)。

以上の結果から、幼稚園、保育所とも朝の集まりにおいてみんなで歌う活動を提起することが多いことがわかる。クラス別活動については、40%近くから50%台半ばの範囲にある。帰りの集まりは30%台半ばから50%近くの範囲にある。その他、幼稚園、保育所とも行事に関わる場面でみんなで歌う活動が提起されていることがわかった。

表7 歌う活動を提起する場面（複数選択）

単位：クラス

		朝の 集まり	クラス別 活動	帰りの 集まり	その他	無記入
幼稚園	3歳児クラス	86 (82.7)	46 (44.2)	42 (40.4)	25 (24.0)	0
	4歳児クラス	102 (79.1)	61 (47.3)	56 (43.4)	47 (36.4)	2 (1.6)
	5歳児クラス	106 (79.1)	68 (50.7)	66 (49.3)	62 (46.3)	2 (1.5)
保育所	3歳児クラス	111 (78.7)	54 (38.3)	49 (34.8)	49 (34.8)	1 (0.7)
	4歳児クラス	85 (83.3)	59 (54.9)	36 (35.3)	37 (36.3)	0
	5歳児クラス	75 (80.6)	52 (55.9)	34 (36.6)	32 (34.4)	0

注）（ ）内は提起することがあるクラスの数をもとにしたときの%を示す。

6. みんなで歌った歌の曲数

4月から回答時（3月）まで、日課で決まっている歌以外でみんなで歌った歌は何曲くらいになるかを選択式で尋ねた結果を表8に示した。幼稚園の場合、10曲未満が10%前後、10曲以上20曲未満が40%過ぎから50%近く、20曲以上が40%前後となっている。保育所の場合には、10曲未満が10%近くから20%過ぎ、10曲以上20曲未満が40%過ぎから50%過ぎ、20曲以上が30%近くから30%台半ばとなっている。全体として、10曲未満は10%前後から20%前後で、10曲以上歌っているクラスが多く、20曲以上というクラスも30%近くから40%を超えているという結果である。

少なくとも幼稚園においては、年齢とともに曲数が多くなるということは言えない。保育所の3、4歳児クラスでは10曲未満が20%前後で5歳児クラスに比べて高くなっている。しかし、20曲以上を見ると3歳児でも30%近くになっており、4歳児クラスは5歳児と同じく30%台半ばとなっている。保育所においても年齢による曲数の増加は明確には見られない。

表8 みんなで歌った歌の曲数

単位：クラス

		10曲未満	10曲以上 20曲未満	20曲以上	無記入	計
幼稚園	3歳児クラス	10 (9.1)	54 (49.1)	45 (40.9)	1 (0.9)	110 (100)
	4歳児クラス	18 (13.5)	55 (41.4)	58 (43.6)	2 (1.5)	133 (100)
	5歳児クラス	15 (10.9)	64 (46.4)	55 (39.9)	4 (2.9)	138 (100)
保育所	3歳児クラス	33 (22.6)	69 (47.3)	42 (28.8)	2 (1.4)	146 (100)
	4歳児クラス	21 (19.4)	45 (41.7)	39 (36.1)	3 (2.8)	108 (100)
	5歳児クラス	9 (9.1)	52 (52.5)	36 (36.4)	2 (2.0)	99 (100)

注）（ ）内は%を示す。

7. 伴奏の楽器

みんなで歌を歌うとき、伴奏に楽器を使うことが多いかを選択式で尋ねた結果を表9に示した。幼稚園では80%過ぎから90%過ぎのクラスが「多い」を選択している。保育所の場合、「多い」の選択は、3歳児クラスが70%近く、4、5歳児クラスは80%台となっている。70%近くから90%過ぎまでと幅はあるものの全体として伴奏に楽器を使うことが多いクラスが多いと言える。

表9 伴奏に楽器を使うことが多いか

単位：クラス

		多い	少ない	無記入	計
幼稚園	3歳児クラス	90 (81.8)	19 (17.3)	1 (0.9)	110 (100)
	4歳児クラス	122 (91.7)	8 (6.0)	3 (2.3)	133 (100)
	5歳児クラス	119 (86.2)	18 (13)	1 (0.7)	138 (100)
保育所	3歳児クラス	102 (69.9)	43 (29.5)	1 (0.7)	146 (100)
	4歳児クラス	90 (83.3)	18 (16.7)	0	108 (100)
	5歳児クラス	80 (80.8)	17 (17.2)	2 (2.0)	99 (100)

注) () 内は%を示す。

次に、伴奏に使う楽器を選択式で尋ねた結果を表10に示した。幼稚園では、ピアノの選択が70%台半ばから80%台後半となっている。ピアノが選択されていない場合でも、オルガンやキーボードが選択されており、無記入の3クラス以外では、鍵盤楽器が使われているという結果であった。その他の自由記述欄には、エレクトーン、鍵盤ハーモニカ、アコーディオン、すず、タンバリン、カスタネット、ギターがあげられていた。他に、CDの記述も見られた。なお、無記入の3クラスは、伴奏に楽器を使うことが少ないと回答している。

保育所では、ピアノの選択が3歳児クラスで50%過ぎ、4、5歳児クラスは70%前後となっている。無記入の場合を除くと、鍵盤楽器の選択がなかったのは、3歳児の3クラスと4歳児の1クラスのみであった。その他の自由記述欄には、アコーディオン、タンバリン、カスタネット、打楽器、ギター、ウクレレがあげられていた。他に、伴奏機器やCDの記述も見られた。鍵盤楽器が選択されていない3歳児の3クラスではCDが、4歳児の1クラスではギターがあげられていた。なお、無記入のクラスは伴奏に楽器を使うことが少ないと回答している。

保育所の3歳児クラスでは、伴奏にピアノを使っているクラスが約半数で、他の年齢や幼稚園に比べて少ない。しかし、幼稚園でも保育所でもほとんどのクラスが何らかの鍵盤楽器を伴奏に使っているという結果になっている。鍵盤楽器以外にも上記のような楽器やCDなどを使っているクラスがあるが、10%未満である。幼稚園、保育所とも、鍵盤楽器の伴奏でみんなで歌うという形態が多いと言える。

表 10 伴奏に使う楽器（複数選択）

単位：クラス

		ピアノ	オルガン	キーボード	その他	無記入
幼稚園	3歳児クラス	82 (74.5)	29 (26.4)	33 (30.0)	5 (4.5)	3 (2.7)
	4歳児クラス	104 (78.2)	36 (27.1)	50 (37.6)	4 (3.0)	0
	5歳児クラス	120 (87.0)	33 (23.9)	38 (27.5)	3 (2.2)	0
保育所	3歳児クラス	76 (52.1)	68 (46.6)	51 (34.9)	10 (6.8)	4 (2.7)
	4歳児クラス	75 (69.4)	46 (42.6)	48 (44.4)	8 (7.4)	2 (1.9)
	5歳児クラス	70 (70.7)	35 (35.4)	46 (46.5)	2 (2.0)	1 (1.0)

注) () 内は回答クラス数を100としたときの%を示す。

<今後の課題>

今回の調査から、子どもは保育者の提起によってみんなで歌う場面以外でも自発的に歌っていると考えられる。子どもにとって歌うことは自らしたくなる活動であると言えよう。それがどの子にとってもそうか、また、みんなで歌う活動についても言えるかについては、今回の調査では検討できるような資料を得ていない。しかし、保育においては、様々な形態で歌うことを楽しむことができるような指導が求められる。今後、歌う活動の楽しさについて、個人差や年齢ごとの発達の特徴、実際の保育の展開との関わりを視野に入れながら、研究を進める必要がある。

保育における歌う活動の位置づけを見ると、大部分の幼稚園において、朝の集まり、昼食前、帰りの集まりの場面で決まった歌が歌われている。保育所の場合、決まった歌があるという園は半数ほどで、場面としては朝の集まりが多い。このように、幼稚園と保育所とでは違いがあるが、いずれにしても、日課の中で決まった歌を歌うことの意味を明らかにする必要がある。

多くの幼稚園、保育所では、日課で決まっている歌以外にも朝の集まりを中心にみんなで歌う活動が提起されている。前述のように、みんなで歌うことを楽しいと感じるかや声を合わせることを意識できるかには年齢により違いのあることが考えられる。また、3、4、5歳児では、歌の習得の仕方にも違いのあることが予想される。年間に歌った曲数において年齢による大きな違いは見られないが、子どもの歌唱やその習得過程の実際を観察することによってみんなで歌う活動の実態を明らかにし、教材研究や指導法の改善に役立てていくことが重要であろう。

みんなで歌うときには、ピアノやオルガンなどの鍵盤楽器を使って伴奏することが多いこともわかった。前述の通り、吉富（2009）はこうした歌唱形態の音楽教育における重要性とともに問題点をも指摘している。幼児が歌う活動を楽しむことや歌唱指導と伴奏との関係については、さらなる理論的、実践的検討が求められる。

<引用文献>

- 1) 石野秀明・山川陽子 (2010) うたの楽しさを味わえる保育に関する研究－5歳児へのインタビューに基づいて－. 日本発達心理学会第 21 回大会発表論文集, p.568
- 2) 斎藤繁 (2010) 音楽的能力の発達. 音楽教育研究協会編『幼児教育・保育士養成のための新編幼児の音楽教育』pp.27-31
- 3) 鈴木みゆき・藪中征代 (2004) 乳幼児と音楽. 鈴木みゆき・藪中征代編著『保育内容「表現」乳幼児の音楽』樹村房, pp.10-24
- 4) 水崎誠 (2009) 子どもと歌う. 吉富功修・三村真弓編著『幼児の音楽教育法 美しい歌声をめざして』ふくろう出版, pp.13-21
- 5) 吉富功修 (2009) 幼児の歌唱の実態と指導への提言. 吉富功修・三村真弓編著『幼児の音楽教育法 美しい歌声をめざして』ふくろう出版, pp.3-12

<謝辞>

調査にご協力いただきました幼稚園、保育所のみなさま、および、仙台市子供未来局保育部保育課の方々に深く感謝申し上げます。