



© Clement-Olivier Meylan



## Arts and Cultural Exchange 文化芸術交流

豊かで多様な日本の文化や芸術を様々な形で  
世界各地に向けて発信します。  
文化芸術を通して日本のこころを世界の人々に伝え、  
言葉を越えた共感の場をつくり出し、また、  
共に創造する喜びをわかちあって、  
人と人との交流を深めていきます。





撮影：木奥恵三



## 文化芸術交流事業の概要

### 多様な日本の文化・芸術の海外への紹介

伝統芸能から現代アートまで幅広く、また衣食住の生活様式や価値観まで、多様で豊かな日本の文化芸術を、公演・実演・ワークショップ、展覧会、映画・テレビ、翻訳・出版、講演・対話等の形で、世界の人々に紹介します。各地域・国の状況や需要に照らして事業計画を立て、特定の地域・国に向けては特に重点的かつ集中的に、広く世界各地に向けては継続的かつ効率的に、日本文化の紹介を進めています。更に、日本の文化芸術に関する基礎情報を、ウェブサイト等を通じて世界に常時発信しています。

>>>P.15

### 文化・芸術を通じた世界への貢献

国を超えた専門家同士の交流や共同制作、共同作業を地道に積み重ねることで、文化芸術の各分野で強固なネットワークを構築します。また、日本の持つ経験と知見を活かして相手国が必要とする専門的な人材の育成を支援し、国際文化交流が持続するための基盤を整えます。更に、災害復興、環境、平和構築、文化遺産の保護・活用など世界共通の課題について、文化や芸術を通して、日本と外国の人々が共に考え、共感を深める場を作り出します。

>>>P.18



外交上重要な機会、  
地域・国への重点的な対応

双方向型、  
共同作業型の交流事業

広く全世界に向けた継続的な  
事業展開

世界共通の課題への取組み

### 中国との青少年交流

日本と中国の未来を担う青少年を中心とした交流活動を促進し、お互いの生活や文化を体験する機会を提供することで、両者の相互理解を促し、より深く息の長い「心と心のつながり（＝心連心）」を築いていくことを目指して、双方向性と協働性を重視した事業を実施しています。

>>>P.20





### 外交上重要な機会、地域・国への重点的な対応

日・ASEAN 友好協力 40 周年、日本スペイン交流 400 周年等を迎えた 2013 年、この好機を活かして、アピール力の強い大型事業を展開しました。その一方で、世界中の国々でそれぞれのニーズに合わせ、巡回公演、他機関との連携・協力による展覧会等で持続的・継続的な日本の文化発信に努めました。

#### ■ 「Drums&Voices」

ベトナム、カンボジア、ミャンマー、タイ、ラオス、ブルネイ、日本の 7 カ国、12 人の伝統音楽演奏家による公演団を結成し、これら 7 カ国全てを巡回する共同制作プロジェクト「Drums & Voices」ツアー公演を実施しました（ブルネイのみ、日本人とブルネイの音楽家による共同公演）。本公演の曲作りのための共同ワークショップをタイ（6～7月）及びベトナム（8～9月）で計 4 週間行った後、10～11月に参加各国を巡回、12月には全アーティストを日本に招聘し、東京で公演を行いました。東京では、日・ASEAN 首脳特別会議にあわせて安倍総理大臣夫妻によって主催されたガラディナーにおけるミニコンサートも行いました。ASEAN 各国の首脳、政府関係者の前で今回の共同制作の成果を披露し、日本と ASEAN 諸国がこれまで築いてきた友好関係や今後のより親密な関係のあり方を示すひとつの象徴的な事業として、その役割を果たしました。

伝統的な音楽を専門とし、打楽器における高いスキルを持ち、長期にわたる本プロジェクトに参加可能な各国アーティストの調査・選出は容易ではありませんでした。ワークショップの場でも、近隣国ながら音楽的・文化的バックグラウンドが異なり、互いに



ASEAN 各国の出演者たち 撮影：栗本一紀



「Media/Art Kitchen」展 撮影：Sittdej Nuhoung

ほとんど言葉も通じず、共に音楽づくりを行うことには大きな困難を伴いました。今回音楽監督を依頼した作曲家・大島ミチル氏にとっても、アジアの伝統音楽との出会い、コラボレーションは初めての経験でしたが、計 4 週間のワークショップでは、互いの音楽の相違あるいは共通性・類似性を丁寧に理解し合うことから始め、卓越した音楽的スキルと真摯で誠実な姿勢のもと、最終的には各国音楽家たちが共同で、単なる各国の伝統音楽紹介ではないオリジナル 15 曲を完成させました。参加した各国の音楽家たちも、葛藤を感じつつも、プロジェクトの意義を十分に理解し、素晴らしいチームワークを結成して、各地で質の高い演奏を披露しました。

#### ■ 杉本文楽 欧州公演

現代美術作家の杉本博司氏が構成・演出・美術・映像を手がけた「杉本文楽 曾根崎心中」をマドリッド・ローマ・パリの 3 都市で上演しました。マドリッドとローマで各 2 回、パリで 11 回、計 15 公演を行い、あわせて 12,000 人を超える来場者がありました。

日本スペイン交流 400 周年を記念して行われたマドリッドの公



© Hiroshi Sugimoto, courtesy of Odawara Art Foundation

演では、チケットが完売となり、公演前には当日券を求める行列ができる等、大きな注目を集めました。会場に詰め掛けた観客からは、「ビジュアルアートの挿入部分は緻密にバランスよく構成されていたし、舞台演出の陰と陽のコントラストは美しかった」「文楽公演を見たのは初めてだったが、その文学的内容の濃さ、太夫の語りと音楽のすばらしさ、そして完璧で美しい舞台演出に目を見張った」「観客がこれほどまでに舞台にのめりこんでいる様子は、最高の高みにある芸術は言語や文化の壁を乗り越えるということを如実に示すものだと思う」等、作品の文学的な素晴らしさ、文楽という日本独自の芸能の優れた芸術性に魅了されたことを強く印象付けるコメントが寄せられました。

#### ■ 小山豊邦楽トリオ「中米諸国へ響かせる和ハーモニー」公演

慶長遣欧使節団キューバ上陸 400 周年と日・パナマ外交関係樹立 110 周年を記念し、2014 年 2 月 18 日から 26 日まで、小山豊氏（津軽三味線）、加藤拓哉氏（和太鼓）、辻本好美氏（尺八）による邦楽トリオが中米巡回公演を行いました。和洋の様々な楽器との共演を通じて国際的に活躍する小山氏が率いるトリオは、エルサルバドル、キューバ、パナマの 3 カ国でコンサートやレクチャー・デモンストレーションを行い、日本の現代邦楽の魅力を中米の音楽ファンに届けました。

エルサルバドルでは、首都サンサルバドルと古都サンタ・アナでコンサートを開催。同国で伝統音楽の継承に取り組むシンガーソングライター、セサル・ダヴィッド・メリノ（César David Merino）と共演にも挑戦し、超満員の観客から温かい拍手が送られました。

更に、キューバでは同国最大の文化行事であるハバナ国際図書展の屋外特設ステージで、3,000 人近い観客を前に演奏を披露。伝統的なリズムの再興を目指す人気歌手ダヴィッド・アルヴァレス（David Alvarez）氏率いるグループとの熱気を帯びた共演の評判は、瞬間にハバナ市民の間を駆け巡り、翌日のメジャ劇場でのコンサートでは、会場を満杯に埋め尽くした観客から盛大なスタンディングオベーションを受けました。



公演前から国営テレビで CM が放映されていたパナマでは、開演直前に大雨による停電のハプニングに見舞われましたが、会場に集まった熱心な観客から演奏が終わるごとに大歓声が上がりました。

トリオのメンバーはどのコンサートでもスペイン語で観客と対話したり、各国の有名な曲を独自のアレンジにより邦楽器で演奏したりしながら、豊かな音楽文化を誇る中米各国の人々に日本の音楽の無限の可能性を印象づけました。観客動員数は 3 カ国 4 都市で約 7,300 人。出演テレビ番組の視聴者はその数をはるかに凌駕します。

仙台藩主・伊達政宗の命を受け渡欧した支倉常長がキューバを訪れて 400 年後の 2014 年、小山豊邦楽トリオは日本と中米諸国に音楽の虹を見事に描きました。

#### ■ 「蚕—皇室のご養蚕と古代裂、日仏絹の交流」展

本展覧会は、宮内庁、文化庁との共催により明治時代から現在まで皇室で大切に引き継がれている皇后陛下のご養蚕をパリ日本文化会館において紹介したものです。皇后陛下が飼育されている純国産の蚕「小石丸」の絹糸によって復元された正倉院宝物、更に日仏の絹の交流の様子を示す作品等が展示され、また宮内庁制作の実際のご養蚕の様子を伝える DVD も上映しました。

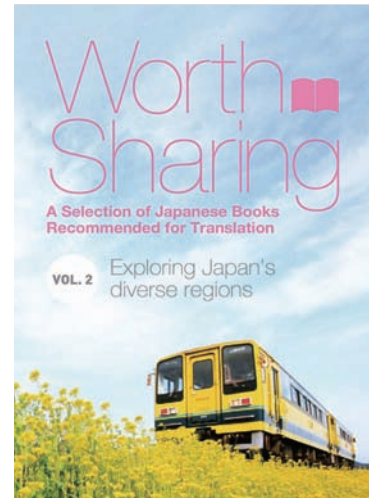
観客からは、皇室が日本の伝統文化の継承に大切な役割を担ってこられたことへの驚きと敬意の念が寄せられると共に、古い伝統が 21 世紀の今日にも活かされ続けているところが素晴らしいといった声も多く聞かれました。また展覧会では、蚕、絹の糸を通じた日仏の双方向交流の軌跡が示され、好評を博しました。





## 広く全世界に向けた継続的な事業展開

多様なジャンルとテーマで構成された国際交流基金巡回展、全12言語版の日本映画を揃えるフィルム・ライブラリー、劇映画やドキュメンタリーのDVD等、国際交流基金の文化リソースを活用した展覧会や映画上映会を、全世界で広く実施しています。更に、日本のドラマやアニメ、ドキュメンタリー番組のテレビ放映、各国の国際図書展や美術展・建築展等への継続的な出展、日本に関連する書籍に対する翻訳出版助成等、様々な形で日本文化を紹介し続けています。



### ■ 翻訳推薦著作リスト『Worth Sharing』

国際交流基金は「翻訳出版助成プログラム」を通じ、40年間にわたり、日本に関する図書の海外出版を支援してきました。このプログラムにより翻訳・出版された図書は1,500件以上、言語数は50を超え、そのジャンルは古典文学、現代文学、歴史、社会学、政治、経済から文化論に至るまで様々です。

海外の人々の間で日本の現代社会理解が一層進むことを願って、特に翻訳・出版が期待される優れた著作を小冊子『Worth Sharing—A Selection of Japanese Books Recommended for Translation』にまとめ、紹介する取組みを進めています。日本の「いま」を描き、日本社会や日本人について等身大の姿を伝える優れた著作を日本からも積極的に発信していくための仕掛けです。選書には、日本の文学と翻訳に精通している選書委員の協力を仰ぎました。

本リストでは、これまで現代日本の図書があまり紹介されてこなかった言語圏での指針となるよう、テーマをゆるやかに設定した上で選書しています。1つの切り口から見た日本の姿が、視点を変え、異なる角度から眺めれば、新たな色彩を放つ、一面的には捉えがたい日本の文化と社会の諸相を伝えることを目指しています。

2012年に刊行した第1号のテーマは「日本の青春」。若者をテーマに20冊を選書しました。小説の他、若者が直面する現代の社会問題や、若者の現代的な価値観や美意識を論じた研究書や評論も含めています。2013年に刊行した第2号のテーマは「日本の地方」。日本の様々な土地や風景を描いた現代文学作品を18点、ノンフィクションを2点紹介しました。

この冊子に掲載した図書の翻訳出版については、質の高い翻訳と適切な出版計画があれば、「翻訳出版助成プログラム」でも積極的に支援を行っており、多くの国で出版が相次いでいます。このリストをきっかけに、日本の作品、作家、翻訳者や出版社が出会い、海外の読者一人ひとりに日本との交流の芽が生まれることを期待しています。

### ■ 巡回展に合わせたレクチャー・デモンストレーション、ワークショップ

国際交流基金巡回展は、アート、建築、デザイン、ポップカルチャーをはじめとする多様なジャンルとテーマで構成された国際交流基金の文化リソースの1つです。この巡回展の実施に合わせて専門家、実演家などを派遣して、レクチャー・デモンストレーション、ワークショップ等複合的な事業を積極的に展開し、より深い日本理解の促進に努めています。

2013年度には、日本社会でブームを引き起こした国民的キャラクターを画像やパネルで紹介する巡回展「キャラクター大国、ニッポン」のブラジル（クリチバ）での開催にあたり、日本を代表する声優の古谷徹氏を派遣して、現地のアニメ及びポップカルチャー関係者との交流や現地美術館でのレクチャー・デモンストレーションを実施しました。

また、東北の手仕事にスポットを当て、現代の日本で忘れ去られかけている古代からの営みである手仕事の美しさを紹介する巡回展「美しい東北の手仕事」展を、ロシア（ユジノサハリンスク、ババロフスク、ウラジオストク）で開催した際には、日本の民藝に関する専門家である三浦正宏氏による東北文化に関するレクチャーと、樺細工職人の米沢研吾氏によるデモンストレーションや成田卓治氏によるこぎん刺しのレクチャーとワークショップを併せて実施しました。



## 双方向型、共同作業型の交流事業

日本と海外のアーティストとスタッフが長い時間をかけて共に1つの舞台公演や展覧会を作り上げる場を創出し、共同制作の成果である作品を国内外で紹介しています。このような共同制作は、美術館や博物館の学芸員、舞台芸術公演のプレゼンターやプロデューサー等の様々な分野で文化芸術活動を支える担い手たちを招へい・派遣し、国際シンポジウムや対話事業を継続的に実施することで、専門家同士のネットワーク作りや関係深化を行った結果として生まれてきたものです。



「Media/Art Kitchen」マニラ展での梅田哲也《Almost Forgot》の展示風景

### ■「MAU: J-ASEAN Dance Collaboration」

日・ASEAN 友好協力 40 周年を記念する公演事業の1つとして、インドネシア、フィリピン、マレーシア、シンガポール、日本の計5カ国の舞踊家と演奏家が参加してコラボレーションする「MAU: J-ASEAN Dance Collaboration」プロジェクトを企画・制作しました。演出・舞台構成は、歴史ある日本舞踊<宗家藤間流>八世宗家・藤間勘十郎氏が手がけ、舞台セット、楽曲、幕間の演出や立廻り場面など随所に歌舞伎の演出技法を駆使した舞台です。ASEANの参加者は、出身国における伝統舞踊の経験を有する若手中心の舞踊家・演奏家で、もちろん歌舞伎演出による舞台の経験はありません。ワークショップ(2013年6月、東京)、舞台セットを組んでの本格的なリハーサル(2013年8月、埼玉)を経て、公演ツアー初演の地となるインドネシアで行なわれた直前のリハーサル(2013年11月、ジャカルタ)で最終的に舞台が完成しました。

公演は、ジャカルタを皮切りに、マニラ、クアラルンプール、シンガポールの4都市を巡回し、訪れた多くの観客を魅了しました。

MAUプロジェクトは、ASEAN各国の歴史・文化を背景とする伝統舞踊と日本の歌舞伎舞踊が1つの舞台に上がり、それぞれの特徴を活かしながらも、公演全体としてはまさに歌舞伎公演と言える、他に類を見ないアジア舞踊のコラボレーション作品となりました。



### ■「Media/Art Kitchen」展

日・ASEAN 友好協力 40 周年を記念する美術事業として、日本と東南アジアの若手キュレーターとアーティストの協働作業によるメディア・アートをテーマとした展覧会「Media/Art Kitchen - Reality Distortion Field」を、2013年9月から2014年2月にかけて、ジャカルタ(インドネシア国立美術館、KINEFORUM)、クアラルンプール(Black Box, Map KL, Art Row, Publika)、マニラ(アヤラ美術館、98B COLLABoratory, Green Papaya Art Projects, Benilde School of Design and Arts)、バンコク(バンコク芸術文化センター)の4都市で順次開催しました。7カ国から13人のキュレーターが参加し、日本及び東南アジア各都市でのリサーチと、東京での2回の企画会議を経て、今日のメディア・アートの在り方とその可能性をテーマにプロジェクトを構想しました。

本展は、展覧会、ワークショップ、ラボラトリーの3つのプログラムを柱に、各開催都市の現地事情を反映した内容で構成され、日本と東南アジアから参加したアーティストは約70人・組を数えました。各会場で展示された多くのインタラクティブな作品、またアーティストによるワークショップやトーク、ライブパフォーマンス等を通して、来場者は身近なメディアやテクノロジーが生み出す多様な表現を驚きと発見をもって楽しみました。また、参加したキュレーターたちは、4都市で展覧会を作り上げるプロセスそのものを重視し、インターネットを介した様々なコミュニケーション手段を駆使して議論と調整を重ね、各地でのプロジェクトの進捗が日々更新される特設ウェブサイトを活用しました。本事業で培われた日本と東南アジアのキュレーターやアーティストたちの協働の経験とネットワークは、この地域の芸術交流の基盤を築くという意味で、極めて意義あるものとなりました。



## 世界共通の課題への取組み

国境や言葉を越えた共感を生むことができる文化・芸術の力を活かし、世界と共に手を携えて、災害からの復興、平和構築、環境問題等のテーマに向き合うことを目指し、事業を実施しています。

### ■ 日中韓で作り上げる演劇「祝／言」

東日本大震災の傷跡も生々しい2012年、「3.11」とどう向き合っていくことができるかをテーマに、このプロジェクトはスタートしました。更に、東アジアで隣り合う国々である中国、韓国と共に、新しい文化芸術を共同制作することも第2の重要なテーマでした。これらの思いを青森県立美術館芸術総監督長谷川孝治氏を中心としたチームと共有し、その重いテーマに真正面から対峙し、新しい戯曲を書き上げることとなりました。

このプロジェクトには、被災した宮城、岩手、福島の前演者・演奏家、そして、中国、韓国の演劇人・演奏家が参加しました。各地の調査及びイベントを経て、2年をかけた交流・共同制作の中でプロジェクトが形作られました。被災地からの参加者が震災の体験・記憶に真正面から取り組むこと、そして、中国・韓国からの参加者がこの難しいテーマの作品に関わることは、並大抵のことではない相当の勇気と覚悟、葛藤を伴う作業であったでしょう。しかし、それぞれが大きな葛藤を抱えつつ記憶・思いと向き合い、国を超えて体験を共有することで、強い共感や同胞意識、互いをリスペクトする精神が生まれ、説得力・訴求力に優れた作品が生まれました。

作品は、2013年から2014年にかけて3カ国の8都市（青森→仙台→大田→ソウル→全州→上海→東京→北京）で計25回公演を行い、4,500人を超える観客の深い共感を得ました。更に再演を強く望む現地の要望を受け、早くも2014年に北京で再演が決定しています。



### ■ 宮城ーニューオリンズ青少年ジャズ交流

2011年4月、東日本大震災の津波で楽器が流されてしまった気仙沼に、ジャズの故郷ニューオリンズから新しい楽器が届きました。2005年にハリケーン・カトリナの被災者に義援金を送った日本のジャズファンへのプレゼント、まさに「ジャズの恩返し」です。

遠く離れた宮城県とニューオリンズが、自然災害を機に思わぬ音楽の絆で結ばれ、互いの温かい思いやりへの感謝、そして復興への期待を共にしました。そしてここから、「宮城ーニューオリンズ青少年ジャズ交流」プロジェクトが生まれたのです。2012年秋にニューオリンズの若きジャズメンが宮城県石巻市、気仙沼市、仙台市を訪問。各地で同年代のジャズバンドと共演を行い、本場のジャズとエールを東北の被災地に届けました。

そして2013年夏。今度は宮城県気仙沼のジュニアジャズオーケストラ「ザ・スウィング・ドルフィンズ」のメンバーがジャズの聖地ニューオリンズを訪問しました。現地の中学や高校、ジャズの祭典「サッチモ祭」、ライブハウスでの公演及び交流会はどれも大盛況で、あふれる笑顔と質の高い演奏、そして心温まるメッセージに観客が沸きました。気仙沼の子供たちは地元テレビ局のモーニングショーでの生演奏後、すっかり有名人となり、通りすがりの人にハイタッチを求められるほどの人気ぶり。ニューオリンズ市議会議長からメンバー全員に感謝状が手渡される等、一躍ヒーロー、ヒロインとなりました。

宮城県でもニューオリンズでも、復興への道のりはまだ続いています。「新たなまちづくり」に取り掛かる時、社会の中心として力を発揮するのは若者です。ジャズを通じ、自らの夢や愛する故郷の未来を語り合いながら、交流が末永く続くことが期待されます。

### ■ 第55回ヴェネチア・ビエンナーレ国際美術展

日本館は、田中功起氏による「abstract speaking - sharing uncertainty and collective acts (抽象的に話すことー不確かなものの共有とコレクティブ・アクト)」展を開催しました(キュレーターは東京国立近代美術館美術課長の蔵屋美香氏)。

東日本大震災からの復興をテーマとした2012年のヴェネチア・ビエンナーレ建築展(伊東豊雄コミッショナー／金獅子賞受賞)の展示物を一部残した会場には、映像、写真、日常品、成果物が1つのインスタレーションとして配置されました。多数の人々が協働で作業(例えば、髪を切る、詩を作る等)を行なう様子をとらえた映像作品により、東日本大震災後の社会をどのように共同で作っていきけるのかという問いが、見る人それぞれの中にゆっくりと浮かび上がる内容となりました。多くの来場者の共感を呼び、日本館は同美術展において初めて、「特別表彰」を受賞しました。



撮影：木奥恵三

## 日中交流センター事業

日中交流センターは、日本と中国の次代を担う若い世代の交流、相互理解を促進するため、2006年に設立されました。中国の高校生を約11ヵ月間日本に招き、日本人と同じ学校・家庭生活体験を提供する「中国高校生長期招へい」、中国国内で日本の雑誌、漫画、音楽など最新情報を紹介する「ふれあいの場」の設置・運営、大学生など若者同士の交流のための派遣・招へい、情報共有・連携強化のための「心連心ウェブサイト」運営等、様々な切り口の事業を通じて日中間の青少年交流を進め、顔と顔の見える関係を築いています。

「中国高校生長期招へい」事業の第1期から第7期までの修了者累計237人のうち、2013年度末までに95人（約4割）が大学進学等の目的で再び来日しています。また大学生や社会人になった後、大学生交流や「ふれあいの場」主催のイベントに積極的に参加している修了者も数多く、事業終了後も息の長い交流が育まれています。



### ■ 新規「ふれあいの場」オープン

2013年には中国国内で11、12番目となる「昆明ふれあいの場」と「済南ふれあいの場」がオープンしました。済南の開設計念イベントでは多くの来場者を前に、日本と中国の大学生が共同で体験型の日本文化紹介を行いました。

各「ふれあいの場」では、現代の日本文化に触れる機会を提供する他、定期的に文化交流イベントを実施しています。2013年度は成都、広州、重慶、昆明で、日本の大学生グループの企画による伝統と現代を織り交ぜたバラエティー豊かな交流イベント



「昆明ふれあいの場」で初めての大学生交流イベント

を開催しました。

これら「ふれあいの場」での活動の様子は、日中交流センターが運営する「心連心ウェブサイト」(<http://www.chinacenter.jp/>)で発信しています。

### ■ 日本での留学生生活を振り返り

2013年8月末に来日した「中国高校生長期招へい」の第8期生30人は、日本全国各地の高校で留学生生活を開始して半年が経過する2014年2月、大阪に集まり中間研修に臨みました。

研修では、日本の生活で成長したこと、つまづいていること等、一人ひとりが胸の内を語りながら、留学生活の前半を振り返りました。生活習慣の違いや言葉の壁、コミュニケーションの方法など様々な悩みを打ち明ける一方で、日本で親友と呼べる存在を得たこと、ホストファミリーと実の家族のようにうち解けることができたこと等、嬉しい報告も多数ありました。

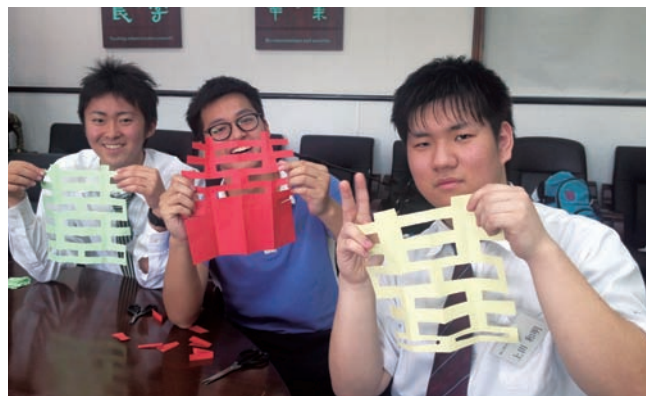
研修には本事業の第1期生の先輩も駆けつけて、後輩たちに自身の体験を語ってくれました。先輩のアドバイスを聞きながら、残りの半年をどのように過ごしていけば、より実りの多い日中交流になるのかを話し合い、気持ちを新たにそれぞれの生活地へと帰っていきました。

### ■ 日本人高校生が「広州ふれあいの場」を訪問

「中国高校生長期招へい」受入校の日本人高校生20人が、より双方向的な日中の青少年交流を目指すため、2014年3月に中国を訪問しました。

まず広州を訪れた一行は、中山大学日本語学科の学生と共に、現地の日系企業（広州ジャトコ社、広州ヤクルト社）、「広州ふれあいの場」を訪問、対話を通して現地の生活や人の考え方に触れました。深圳外国語学校では、現地高校生の生活に密着し、寮生活、キャンパス・授業見学等を通して日本との違いを実感。手作りの交流会や学生宅でのホームステイで中国人の温かさに触れ、深い友情を育みました。また、上海では「中国高校生長期招へい」修了者たちと一緒に現地を観光しました。

今回の旅を通して、日本では知ることのできない等身大の中国に触れ、級友の住む国・中国をより身近に感じるようになりました。



深圳外国語学校の生徒と一緒に切り絵で「双喜」の字を作りました