

# 025

## ムリしないで。 Don't push yourself.

**これも使える!** あなたは病み上がりなんだから / 僕はこの仕事の責任者 / 少し休んだほうがいい / あとは私がやる / 君にはやらせられない / あなたの体の方が大事

「ムリ」とは「ムリな要求をする」とか「ムリを承知で引き受ける」といった具合に、実現するのが難しいことや行ないにくいことをいう。そこで「ムリをする」という動詞は、本人の能力なり体力の限界を超えて物事を行なうことを言い表すことから、英語では「強要する、無理強いをする」を意味する push を用いて表現する。

彼女は息子に職に就くよう迫った。

She pushed her son to get a job.

彼は以前にもまして自分を駆り立てた。

He pushed himself harder than ever before.

ムリしすぎないように。

Don't push yourself too hard.

他の表現としては Take care not to strain your eyes. (目を酷使しないように気をつけて) のように「使いすぎて痛める、無理強いをする」を意味する strain、「やり過ぎる」を意味する overdo、「働きすぎる」の work too hard、「疲労させる」の wear out などを使って言い表すこともできる。

無理しないように。

Don't strain yourself.

やり過ぎないように。

Don't overdo it.

働きすぎないように。

Don't work too hard.

自分を疲れ切らせないように。

Don't wear yourself out.

自分に厳しすぎないように。

Don't be too hard on yourself.

ただし、ムリをしている人に対しては、少し言い方を変えて「もっと気楽にいこう」のようにアドバイスしてもいいだろう。

気楽にやろうよ。

Take it easy.

気楽にね。

Take things easy.

### DIALOGUE

CD TRACK13

Woman: **Don't push yourself. You have just recovered from an illness.**

Man: **But I'm in charge of this work.**

Woman: **You should get some rest. I'll do the rest.**

Man: **I can't let you do that.**

Woman: **Your health is more important.**

女: ムリしないで。あなたは病み上がりなんだから。

男: いや、僕はこの仕事の責任者だから。

女: 少し休んだほうがいいわ。あとは私がやるから。

男: そんなこと君にはやらせられないよ。

女: あなたの体の方が大事じゃない。

# 026

つれないこと言わないで。  
**Don't be so heartless.**

**これも使える!** 宿題手伝って / 世界平和についてのレポート / そんなの簡単じゃない / 英語で書かなきゃならない / マジ忙しくて / 急いでバイトに行かないと遅れちゃう / 私たち親友でしょ

「つれない」とは「思いやりがない、薄情な、冷淡だ」といった意味合いを表すことば。これに相当する英語として cold-hearted、hard-hearted、unkind、unfriendly、unsympathetic、heartless などが考えられるが、なかでも「心がない」、すなわち「無情な」を意味する heartless が最も適しているだろう。

そんなこと言うなんてつれないな。

It is heartless of you to say so.

一言も言わないで僕から去っていくなんて彼女もつれないよ。

She was heartless to leave me without saying a word.

そんな薄情なこと言わないで。

Don't be so unfriendly.

よくもそんな不人情なことが言えるものだ。

How can you say such an unkind remark?

## DIALOGUE

CD TRACK13

- Woman: Say, can you help me with homework?  
 Man: What kind of homework?  
 Woman: A report about world peace. It's five pages.  
 Man: That's very easy.  
 Woman: But it has to be written in English.  
 Man: In English? Right now I'm very busy. I have to hurry to my part-time job or I'll be late.  
 Woman: **Don't be so heartless!** We're close friends, right?

女: ねえ、宿題手伝って。

男: 何の宿題だ?

女: 世界平和についてレポート5枚にまとめるやつ。

男: そんなの簡単じゃないか。

女: でも英語で書かなきゃならないの。

男: 英語で? いや、いま、マジ忙しくてさ。急いでバイトに行かないと遅れちゃう。

女: そんなつれないこと言わないで。私たち親友でしょ?

