

# Contents

はじめに……3

## 第1章

なぜ何歳からでも  
英語はやり直せるのでしょうか

- 1 46歳から英語を学び直し、  
53歳で通訳案内士試験に合格……10
- 2 英語学習の成功するやり直し、  
失敗するやり直し……16
- 3 英語は何歳からでもやり直せる……28

## 第2章

まず何から  
始めればよいでしょうか

- 1 目的・目標を持つことの大切さ……36
- 2 目的をイメージして、  
目標にしたがって実行しましょう……48
- 3 学習する習慣を作りましょう……55
- 4 やる気を維持する方法……59
- 5 タイプ別計画の立て方……61



### 第3章

## 英検2級&TOEIC600点を 目指す英語4技能習得法

- 1 4技能を習得するのに  
英検から始めるのがよいワケ……68
- 2 英単語を効率的に覚えましょう……73
- 3 文法を整理しましょう……84
- 4 リスニングとスピーキングを鍛えましょう……93
- 5 リーディング—読解の進め方……112
- 6 ライティング—何をどう書けばいいの?……122



### 第4章

## 様々な素材を活用して 楽しく学習しましょう

- 1 英字新聞……130
- 2 英字週刊誌……134
- 3 洋書・サイドリーダー……138
- 4 洋画……146

最後に……149

おすすめの学習書……150

**[付録]** レベルチェックのためのサンプル問題……152