

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

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

46歳で英会話学校へ

私が英語をやり直そうと取り組み始めたのは46歳のときでした。結婚が早く、家庭生活に追われているあいだに月日は矢のように過ぎ去っていきました。夫が新聞記者だったということもあり、三交代勤務のスケジュールのサポートがありましたし、2人の子供の世話もありました。幼稚園の送り迎えやPTAなど、息つく間もない状況が続きました。夫が転勤先の名古屋から東京に戻ってからは、義母が病気となり介護も加わりました。介護が一段落すると、子供たちが不登校になり、その対応に追われました。気がついたら46歳になっていたのです。

家庭生活が一段落して精神的・時間的に余裕が生まれると、とりあえず、気になっていた英語から始めてみようと思ひ立ち、英会話学校の門をくぐりました。学生時代に学んだとはいえ、



英語を学び直し始めた頃

20年以上も経っていましたから、はじめの頃は単語帳を丸暗記してもすぐ忘れてしまい、会話もうまくできませんでした。それでも試行錯誤しながら一生懸命に予習・復習をしてレッスンを受けていると、だんだん楽しくなっていました。もちろん流暢というわけにはいきませんでした。少しずつ話せるようにもなりました。

そもそも私にとって、それまでの生活にはなかった学習時間を確保すること自体が挑戦でした。幸い、英会話学校に通うことで、そのための予習・復習に時間を割くようになり、しだいに英語学習が習慣になりました。

レベルが上がるのが楽しみ

私が通った英会話学校は、レベル別にレッスンが設定されており、最初はレベル4から始まりました。勉強を重ねるうちに、程なくしてレベル3に上がったことでやる気が出てきました。ただし英語学習は、「今日はここまでやらなければ」などとは考えずに、できるだけ過剰な負荷をかけないように気をつけていました。とにかくレッスンを欠かさず受け、次のレベルを目標にすることで、やる気を持続させたのです。

しかし、自分が経験したことすら英語で話すことがなかなかできませんでした。例えば、アメリカのユニバーサルスタジオで楽しんだ経験をたくさん伝えたいのに、口から出てくる英語はほん

のわずかで、もどかしい思いをしました。自然で基本的な英語表現がすんなりと出てきません。「なんて言うのかな」と思っているうちに時間が過ぎてしまうのです。今になってみれば、インプットが不足していたことが原因だとわかります。流暢な英語には程遠かったですが、それでもリラックスして勉強を継続できたことはよかったと思います。

目標ができる——仕事にしたい

私の場合、楽しみながら学習するように心がけていましたが、レベルが上がっていくと、丸暗記のような方法では単語を覚えることも困難になりました。試行錯誤のすえ、例えば**単語はイメージと例文を活用してそれを組み合わせる**ことで、着実に覚えられるようになりました。また会話は、教科書に出てくる定型表現を覚えるだけではダメで、ネイティブがどのように会話しているかを、実際にたくさん見たり聞いたりすることが必要だとわかりました。**様々な自然な英語表現をストックして、そこから話す内容を引っ張り出す**わけです。


英語の学習を始めてから2年くらい経った頃、だいぶ読んだり話したりできるようになり、「もしかして英語を使った仕事ができるかも？ いや、英語を仕事にしよう！」と思うようになりました。


そのためには資格が必要だと思い、挑戦してみることにしまし

1 4技能を習得するのに 英検から始めるのがよいワケ


日本人に適した画期的プログラム


これまで、英語学習は目的と目標を定めて、英検の各級を目安に学習することをおすすめしてきました。英語学習を英検から始めるのがよい理由も思い出してみましょう。英検合格を目指して学習すれば、4技能（聞く・読む・話す・書く）を伸ばすことができます。英語の実力は、この4技能がバランス良く身につくことで表されます。例えば、単語がわかると、相手の言うことが聞き取りやすくなります。したがって、こちらが話すべきこともわかります。次に、どの文型を使えばよいか、つまり文法がわかると、正確に話すことができます。また、文章が書けるようにもなります。4技能が備わることで、オールラウンドに英語を使えるようになるのです。そうなれば達成感が得られ、英語を学ぶことがより楽しくなります。


 「なぜそんなに英検にこだわるのですか。他にもいろいろと方法がありますよね」


 「確かにそうですね。いろいろあると思います。でも、日本人が普通に受ける英語教育や環境を考慮すると、英検を目安


にするのがよいと思うのです」


 「具体的にはどういうことですか」

 「第一に、英語学習は基礎に始まって、継続的に次の段階へと進めることが大事です。行き当たりばったりでなく、それなりのきちんとしたプログラムが必要です。英検は日本人の受ける教育を考慮したプログラムが組まれていて、取り掛かりやすくなっています。第二に、継続的かつ効率的に進めるためには評価も必要になります。どの段階をどの程度までマスターできたのかを評価することで、次の段階へと進む励みが得られます。いつまでも同じところをぐるぐる巡る必要はなく、次のステージへと進むと励みが得られますし、新鮮で楽しいはずですよ。第三に、英検が始まったのが1963年で、一度目の東京オリンピックの前年のことでしたが、それ以来、日本人の英語学習者の意欲を高めるため、改良を重ねてより良いものになっています。歴史的に見ても実績があります」


 「なるほど、日本人に向いているんですね。日本の国際化にも貢献しそうですね」


 「そうですね、読めるだけでなく、聞いて話せる、そして書けるスキルを伸ばすためとも言える、画期的なプログラムなのです。現在はその当時より、さらに国際化は進んでいますし、英語を使った発信力が必要になってきていませんか」

 「確かに。スピーチとか、プレゼンとか必要ですね」

 「英検は、2025年度からさらに受けやすくなるように新し

い級も増設されましたし、問題も時代の変化に合わせて変更されています」

 「なるほど、興味が湧いてきました。英検をチェックしてみます」

 「ぜひそうしてください。英検で目標とするレベルに達したら、他の英語資格試験に挑戦してもいいと思います」

TOEIC600点のレベルは英検2級が目安

TOEICはレベルをジャッジするのに優れています。多くの企業がそれを目安として雇用したいと思うのも当然でしょう。ただし、多くの方が受けるTOEICはリーディングとリスニングがメインのTOEIC® Listening & Reading Testです。TOEIC® Speaking & Writing Testsというスピーキングとライティングのテストもありますが、受ける人はそれほど多くはありません。TOEIC® Listening & Reading Testはリスニングとリーディングの力だけを見るので、発信するスキル、つまり話したり、書いたりするスキルはジャッジされません。すべてが関連しているとしても、「話す・書く」は聞けたり読めたりすれば、自動的に身につくわけではありません。

それと、多くの初心者の方が感じていることですが、TOEICを受け続けてもなかなかスコアが上がらず、落胆してしまうことがよくあります。600点を超えるあたりから、スコアの上昇は加

速しますが、それまでは低迷が続くのです。なぜでしょうか。それは、基礎が身につけていないことに起因します。そしてその基礎を身につける方法がわからない方が大半です。ですから、そうした方には、丁寧に道筋を示して導いてくれる英検がおすすめなのです。TOEIC600点は、英検では2級くらいです。そこまでいけば、英語上達のための基礎が身についたと言えるので、まずは英検2級を目標にしてはいかがでしょうか。

最初に目指す英検のレベル(級)を決めましょう

前にもお話ししたとおり、**英語学習は自分のレベルに合った級の内容から始める**とよいでしょう。現在の自分のレベルは、過去問を見て測ることができます。大体この辺りと目星がついたら、次に、そのレベルから始めるのか、少し下のレベルから始めるのか、上を目指すのか、自分の性格ややる気を総合的に見て判断します。例えば、英検3級くらいが現在のレベルと判断した場合、「英語学習からだいぶ遠ざかっていたので、あらためて基礎をしっかり身につけたい」と思ったなら、5級や4級から始めます。あるいは、基礎がしっかりできているようなら、次の準2級を目指して始めることもできます。石橋を叩いて渡りたいタイプなら5級、挑戦的に進めたい、少々難しいほうがやりがいがある、という方は準2級から、というように、性格も考慮して選ぶとよいでしょう。

「自分のレベルがよくわからないときは、どうすればいいですか？」

「迷っていてもその時間もったいないので、とりあえず、これくらいかなと思うレベルから始めてみたらいいですよ」

「それで、難しすぎると感じたら変えるのですね」

「そうです。とにかく実際に始めると、いろいろと見えてきます。もう少し基礎をやり直したほうがいいとか、大丈夫そうだからもっと上にいこうとか」

「とにかく始めてみることでですね！」



2 英単語を効率的に覚えましょう

目指すレベル（級）が決まったら、英語の学習に必要な項目を確認してみましょう。単語・文法・リスニング・スピーキング・ライティングです。これからこれらの項目ごとに攻略法をお伝えしていきますが、大切なのはご自分のレベルに合ったやり方です。それぞれ効率的な方法があります。なかでも大事なのが、英単語です。他の学習項目を進めるうえでも、単語がわかったほうが効率的ですし、楽しんで学習できるようになります。それでは、どのように単語を習得していくのか解説していきます。

毎日10個より、1週間に50～100個覚えましょう

毎日、新しい単語を10個ずつ覚えても、すぐ忘れてしまい、効率が良くありません。忘却曲線を思い出してください。次の日にはかなり忘れてしまうのです。先に触れた説を参考にして、長期記憶に定着させるために、次に示す方法で覚えていきましょう。

目指す級の英単語集、例えば『英検3級 出る順パス単』（旺文社）などで、毎日同じ50～100個を、1週間繰り返して見ていきます。まず、音源を聴きながら単語を見て、発音を確かめます。ここが大事です。言語習得で重要なのが、音から、つまり聴き取りから

始めることです。1日目は発音を確かめ、自分で言えるようにしましょう。2日目からは、発音に慣れるまで50個を音読しながら意味を見ます。発音ができるようになれば、毎回音読しなくても大丈夫です。一度に覚える必要はありません。とにかく繰り返します。そうしていくと、すぐに覚えられる単語がある一方で、なかなか覚えられないものがあるので、それらに印をつけておきます。

3日目も同じように50個見ていくのですが、まるまる50個同じようにしなくてよいことに気づきます。一瞬でわかるものがあるので、だんだん印をつけたものを中心に見ていきます。わかったものは印を消します。印が少なくなってくるので、これを何回も行うのも苦にならなくなります。実際やってみるとわかりますが、毎日進めていくと覚えにくい単語が目に見えて減っていくので、7日目にはただの復習のような感じになります。長期記憶に



1日目

音源を聴きながら、
自分で発音してみる

2日目

発音しながら意味を
見て、繰り返す

3日目

印を付けたものを
中心に見ていく

落とし込むために、時々、マスターした50個をチラッと見て復習しましょう。1週間後に5分、1ヵ月後に2~4分程度です。復習は語学学習ではとても重要です。無理に暗記しようとするのではなく、この方法をとにかく「繰り返す」のがコツです。

同時に『文で覚える単熟語』（旺文社）を読んだり、音声を聴いたりするのもおすすめです。目指す級に必要な単語が、具体的なテーマと文脈で展開されているので、単語を中心としながら総合的な力を養成できます。



「そんなにいっぱいできるか心配です」



「いつもお話ししているのですが、“100%覚えなければ”と思ってやる必要はありません。完璧に覚えなきゃと思うと、プレッシャーがかかりすぎる可能性があります。声に出したり、読んだりを繰り返すことで、自然に覚えることを実感してほしいです。やらなければならないというより、できるだけ頑張ろうと前向きに行い、忘れていてもまた声に出したり、読んだりしましょう。繰り返し行っていくと、覚えた数が増えて励まされるので良い循環が生まれます」

準2級以上になると、社会的、抽象的な単語が必要になります。ですから、必ず例文を読みましょう。例文を見て、意味がわかるまで同じようなやり方で覚えましょう。級が上がるごとに、例文は抽象度が増し、社会的なものが多くなり、長めになります。繰