

Listen and Speak! らくらく英検2級 II

～ 英語ができる人になる ～

第8回 Small things can make us happy

日本語訳

* はじめに *

ようこそ “Listen and Speak! らくらく英検2級 セカンドシリーズ”へ。

この番組は英検でおなじみの、日本英語検定協会がお送りする、全ての『英語ができる人』になりたい人たちのための番組です。これから英検2級や準2級を目指す人はもちろん、さらにその上を目指して、本当に『英語ができる人』になりたいというあなたにとって必ず役に立ちますよ。後半はちょっと難しかったり、大変だったりするかもしれませんが、私、伊藤太と頼れるパートナーの Gary Scott Fine がしっかり『英語ができる人』になりたいあなたをサポートします。

この番組はあなたが英検の試験で合格するのに役立つだけではなく、あなたの英語力、とくに聞く力と話す力を高めるのに役立つことでしょう。しかし、この番組の本当の目的は英語そのもの以上のものを学びとるお手伝いをすることです。

私たちはあなたが英語をできるかどうかだけではなく、あなたが英語を使って何ができるかに興味をもっています。

Program Number 8 “Small things can make us happy”

さて、今回のタイトル “Small things can make us happy” は「小さなことでも人は幸せになれる」というような意味です。最近、TED というアメリカのプレゼンテーションの番組で、ちょっと感動したスピーチがあったので、その内容を紹介しながら、ややテーマが大きいですが「人生と幸福」について考えていきたいと思います。それを通じて、本格的な英語力を養うための基礎作りにチャレンジしていきましょう。それでは、この後のヒントになるかもしれないので、まずはゲーリーと私の会話を聞いてください。

■Introduction (導入の対話)

G: やあ、フトシ。興奮してるようだけど、どうかしたのかい？

F: ウチの会社で大きな契約が新しく取れたんだよ！

G: おめでとう！ それを聞いてとてもうれしいよ。

F: ああ、やったよ！

G: やったね！ だけど、君は本当に疲れているようにも見えるな。昨夜十分に寝れたの？

F: 全く寝れなかったんだよ。興奮のせいだけじゃなくて、新しい顧客を満足させるためにやらなきゃいけないことがどっさりあってね。それで、とても変な気分なんだよ。とても興奮してるし幸せなんだけど、とても疲れてるし不安なんだ。実際、少し恐れも感じている。

G: ふーむ、成功の興奮と喜びに責任という重荷もついてきたってことだね。不安の種が大きくなって、枝葉を伸ばして君を取り囲むような。

F: ああ、その通りだよ。人生はそう楽じゃないね、そうだろ？

G: フトシ…幸せになるシンプルな方法を知りたいと思わないかい？

F: もちろん、知りたいよ。君のようにいつも元気(fine)でいられる方法を教えてくれないか、ミスター ゲーリー・スコット・ファイン。

G: ハハハ、いいだろう。だけど、フトシ。そろそろ今日のレッスンもやらなきゃね。エクササイズを始めて、その中で幸せになる方法について考えるってのはどうだい？

F: うん、いいね。

G: オーケー、それでは…

G/F: 始めよう！

1 Exercise 1 dialogue (対話)

これから流れる男女の対話を聞いて、後の問いに答えてください。これから流れる対話は過去の英検に出題されたリスニング問題の一つです。実際の問題は、対話を聞いてから適切な選択肢を選ぶ形式ですが、ここではちょっと頑張って、ゲーリーの質問に自分の言葉を使って英語で答えてみるようにしてください。いいですか、もう一度言いますよ。対話を聞いた後、ゲーリーの質問に自分の言葉で答えてくださいね。二次試験の面接対策にもなりますし、とても役に立ちますよ。それでは、始めます。

対話を聞いて次の質問に答えなさい。【2014年度 第3回 2級 No.9】

女性：さあ、カール、今年度の営業報告書もようやく完成ね。あなたの仕事ぶりに感謝するわ。

男性：僕らは二人とも懸命に働いてきたよね。この2週間は8時前に職場を出ることがなかったしね。

女性：そうね、でももう片を付けた訳だから、早く家に帰ったらどう？

男性：いいね。妻は僕を見て驚くよ。

次の問いに自分の言葉で答えなさい。

質問：なぜカールの妻は彼を見て驚きそうなのでしょう。

それでは、語彙と会話の表現について確認をしましょう。

■語彙と表現を学ぼう

私の日本語を聞いて、ゲーリーに続いて英語で発音してください。

- | | |
|-------------|--------------------|
| 1. ～を終える | be finished with ～ |
| 2. 営業報告書 | sales report |
| 3. もう～なのだから | now that ～ |

それでは、少し答え方についてヒントを出しましょう。Question は “Why will Carl’s wife probably be surprised to see him?” 「どうしてカールの奥さんは彼を見て驚くのでしょうか。」という意味です。会話の前半の内容と女性の最後の発言内容に注意すれば、さほど難しくありませんね。それでは、もう一度聞いてみましょう。

対話を聞いて次の質問に答えなさい。【2014年度 第3回 2級 No.9】

女性：さあ、カール、今年度の営業報告書もようやく完成ね。あなたの仕事ぶりに感謝するわ。

男性：僕らは二人とも懸命に働いてきたよね。この2週間は8時前に職場を出ることがなかったしね。

女性：そうね、でももう片を付けた訳だから、早く家に帰ったらどう？

男性：いいね。妻は僕を見て驚くよ。

次の問いに自分の言葉で答えなさい。

質問：なぜカールの妻は彼を見て驚きそうなのでしょう。

■模範解答

模範解答を聞いて、大事な点を考え、自分の答えと比較してください。

質問：なぜカールの妻は彼を見て驚きそうなのでしょう。

Because she probably doesn’t expect his early return.

彼女は恐らく彼が早く帰宅すると思っていないから。

では少し確認しましょう。答えの内容自体はさほど難しくありませんが、モデルアンサーのように「手短にまとめる」というのは訓練が必要かもしれません。見たり聞いたりしたことをそのままずらずらと話しても相手に伝わりにくい、とうことは日本語であれ、英語であれ同じです。情報を整理したら、一番伝えたいことを手短に話すことを心掛けましょう。

2 Exercise 2 passage (文章)

このエクササイズでは、短い文章が読まれた後にゲーリーが一つ質問をしますので、自分が思ったことを自由に答えてください。主語と正しい答え方に注意して、聞かれたことに対してまっすぐ答えてくださいね。

英文を聞いて次の質問に答えなさい。【2014年度 第3回 2級 No.20】

サラの夫は毎日遅くまで働いていて、サラは一人で子供たちの世話をしなければなりません。昨日、子供たちは一日中やかましく、彼女は大きなストレスを感じていました。夫が仕事から帰宅したとき、夫がミルクを買い忘れたために、サラは激怒して、夫に激しい口調で責めてしまいました。しかし、翌日、彼女は夫にごめんなさいと言い、彼らは彼女のストレスを減らす方法について話し合いました。

次の問いに自分の言葉で答えてください。

質問：なぜサラと夫は彼女のストレスを減らす方法について話し合ったのですか。

さあ、きちんと聞き取れましたか。それでは、少し語彙と英文の表現を確認しましょう。

■語彙と表現を学ぼう

私の日本語を聞いて、ゲーリーに続いて英語で発音してください。

- | | |
|------------------------|--------------|
| 1. ~の世話をする | look after ~ |
| 2. ~し忘れる | forget to ~ |
| 3. ~を怒鳴りつける、強い調子で文句を言う | yell at ~ |
| 4. ~を減らす | reduce ~ |

質問は「サラと夫はなぜ彼女のストレスを減らす方法について話し合ったのですか」という意味ですね。答え方としては、サラがストレスを抱えている理由に触れ、それから話し合いの必要を感じた理由を付け足すのがよさそうですね、それではこのことを意識して、もう一度聞いて質問に答えてください。

英文を聞いて次の質問に答えなさい。 【2014年度 第3回 2級 No.20】

サラの夫は毎日遅くまで働いていて、サラは一人で子供たちの世話をしなければなりません。昨日、子供たちは一日中やかましく、彼女は大きなストレスを感じていました。夫が仕事から帰宅したとき、夫がミルクを買い忘れたために、サラは激怒して、夫に激しい口調で責めてしまいました。しかし、翌日、彼女は夫にごめんなさいと言い、彼らは彼女のストレスを減らす方法について話し合いました。

次の問いに自分の言葉で答えてください。

質問：なぜサラと夫は彼女のストレスを減らす方法について話し合ったのですか。

■模範解答

模範解答を聞いて、自分の答えと比べてください。

質問：なぜサラと夫は彼女のストレスを減らす方法について話し合ったのですか。

Because Sarah's stress from childcare has piled up by having to do it all by herself. Sarah and her husband probably thought that they could solve the problem by discussing it.

サラの育児ストレスはずっと一人で子供たちの面倒を見なければならぬことによって積み重なってしまいましたが、サラと夫は話し合うことによってその問題を解決できるだろうと考えたからです。

さあ、どうでしたか。“pile up”という表現は「積み重ねる」という意味で大変よく使われる表現ですから、ぜひ、モデルアンサーを参考にして、皆さんも自分の語彙に取り入れましょう。それから、自分の答えに推測が含まれる場合は、“probably”を使うと便利です。それでは、これらの点も含めて、ぜひ、モデルアンサーを参考にしてくださいね。

■英文を使った反復練習

さあ、ここからは、放送された英文について **Repetition Drill** を行います。repetition は反復でしたね。ポーズの間にゲーリーの英語をできるだけそっくり真似してみましょ。単語の発音だけでなく、イントネーションや雰囲気も真似してくださいね。

1) 反復練習

それぞれにポーズの間に反復してください。何度も繰り返して練習してくださいね。そうすれば、きつともっと上手くできるようになりますよ。準備はいいですか。それでは、始めます。

Sarah's husband works late every day, /
and Sarah has to look after their children by herself. //
Yesterday, her children were noisy all day, /
and she had a lot of stress. //
When her husband came home from work, /
Sarah became very angry /
because he had forgotten to buy milk, /
and she started yelling at him. //
The next day, however, she said sorry, /
and they talked about ways to reduce her stress. //

どうでしたか。上手に真似ができると楽しいですね。さあ、次は『英語ができる人』は必ずと言っていいほど練習するシャドウイングにいきます。私が実際、少しシャドウイングのお手本を示しますね。ゲーリーの後に続いてシャドウイング、つまり、ゲーリーの言葉の影を追うような形で、聞きながらゲーリーの言葉を真似していきます。

2) シャドーイング練習 1

聞きながら、それぞれのパートごとにシャドーイングしてください。

(G → F)

Sarah's husband works late every day, /
and Sarah has to look after their children by herself. //
Yesterday, her children were noisy all day, /
and she had a lot of stress. //
When her husband came home from work, /
Sarah became very angry /
because he had forgotten to buy milk, /
and she started yelling at him. //
The next day, however, she said sorry, /
and they talked about ways to reduce her stress. //

要領はつかめましたね。次は実際に自分で **shadowing** にチャレンジしてください。shadowing は自分で **speaking** をするという負荷をかけながら **listening** をするので、筋トレと同じように「耳トレ」になります。必ず **listening** の能力が向上しますので、できるまで何度でも繰り返してください。

聞く音声の方を大きくして、自分の声はあまり聞こえないようにすると一層効果が上がりますよ。

2) シャドーイング練習 1

聞きながら、それぞれのパートごとにシャドーイングしてください。
準備はいいですか。それでは、始めます。

Sarah's husband works late every day, /
and Sarah has to look after their children by herself. //
Yesterday, her children were noisy all day, /
and she had a lot of stress. //
When her husband came home from work, /
Sarah became very angry /
because he had forgotten to buy milk, /
and she started yelling at him. //
The next day, however, she said sorry, /
and they talked about ways to reduce her stress. //

どうですか。できるようになるとすごく楽しいし、やりがいがあるでしょう。次はセンテンスの途中で区切りはありませんよ。各センテンスの間も短いですから、一気にパッセージ全体をシャドウイングできるように頑張ってくださいね。できたらとても達成感が得られますよ。

3) シャドーイング練習 2

センテンスの全体を最初から最後までシャドーイングしてください。何度も練習してくださいね。きっと達成感が味わえるはずです。準備はいいですか。それでは始めます。

Sarah's husband works late every day, and Sarah has to look after their children by herself. //
Yesterday, her children were noisy all day, and she had a lot of stress. //
When her husband came home from work, Sarah became very angry because he had forgotten to buy milk, and she started yelling at him. //
The next day, however, she said sorry, and they talked about ways to reduce her stress. //

3 Challenge passage & opinion (文と意見)

さて、いよいよ最後のエクササイズ、チャレンジのコーナーです。ここからは一気に英語だけで進めていきますから、しっかり集中してくださいね。

次の英文を聞いて、ゲーリーの質問に答えてください。【2014年 第1回 準2級 No.30】

先週の日曜日、マリーは数時間、孫の世話をするように頼まれました。家の中には一つもおもちゃがなかったので、彼女は孫と何をしたらいいか分かりませんでした。ようやく、彼女は色鉛筆と紙を見つけて、そして一緒に動物の絵を描きました。孫はとても喜んで、マリーもとても素晴らしいときを過ごしました。

さて、これからゲーリーがこの文について幾つか重要な点を挙げ、そして質問をします。その質問に答えてください。できるだけ上手く自分の意見を表現できるようにしてください。

この文によれば、マリーという名前の女性とその孫とが二人とも、子供にとってはもっと楽しそうで面白そうなおもちゃではなく、ただ色鉛筆と紙を使って一緒に動物の絵を描いて素晴らしいときを過ごしたとのこと。

マリーと孫のように幸せを感じるのに、私たちは特別なことや興奮の瞬間、大きな成功などは特に必要がないのでしょうか。普通のまたは日常の生活での取るに足らない小さなことで十分に私たちは幸せを味わうことができるのです。

ニール・パスリチャというとても有名なカナダ人の作家が2009年にあるブログを始めました。そのタイトルは“1,000 Awesome Things”「1000の最高なこと」です。そのブログはすぐに世界中で人気を博し、その年の世界最高のブログとし表彰され、それがベストセラーとなった“The Book of Awesome”「最高な本」につながったのです。そのブログと本は私たちに日常生活の小さな喜びを思い出させてくれます。例えば、乾燥機から出したてのほかほかのシャツを着ること、かわいい赤ちゃんが寝ている様子を見ること、気になっていたコマーシャルソングが何だったか分かることなど。パスリチャは私たちに、悪いことや悲しいことに打ちのめされたときでさえ、私たちはいつもあらゆる瞬間にもそうした小さな喜びに囲まれていることを思い出させてくれるのです。

さて、皆さんに質問をしたいと思います。あなたは、大きな成功や大会での優勝、目覚ましい成果を達成することなどの特別な経験と、普通の生活の小さなことと、どちらがあなたをより幸せにすると思いますか。複数の理由を挙げて自分の答えを説明してください。

■模範解答

さあ、フトシの言うことに耳を傾けてみましょう。彼が模範解答を提示します。よく聞いて自分の答えと比べてください。

特別な経験も日常生活の小さなこともどちらも私たちを幸せにしてくれます。しかし、私は後者を選びます。

もちろん、仕事や試験で大きな成功を収めるような特別な経験は実際に私たちの自信を高め、興奮の瞬間をもたらしてくれます。

一方、日常生活での小さな喜びや取るに足らない小さなことはその場の興奮を与えてはくれないかもしれませんが、そうしたことは私たちに静かな満足と愛らしい笑顔、楽しい思い出などをもたらしてくれます。しかも、特別なことよりもずっと多く。

私は、ふと思い出して幸せの種を見つけるのを助けたりしてくれるのは、そうした小さなことだと思います。旧友と交わす楽しい冗談や、昔の学校の教室で話し合ったことわざ、そして、公園で輝くような笑顔で「パパ！」とこちらに走り寄ってくる私のかわいい娘の思い出など、私の記憶の底からよみがえってきて幸せな気分にさせてくれるのは、そうした小さなことなのです。

加えて、他者に小さな幸せをもたらす方が特別な経験をもたらすよりもずっと簡単にできます。私たちはたまたま立ち寄ったお店で店員さんに笑顔で「ありがとう！」と言うこともできます。外国から来た人たちが目的地を見つけるのを助けることもできます。そして、小さな子供たちと一緒に動物の絵を描いて楽しむこともできるのです。

こうしたことはみな、私たち自身に対してだけでなく、他者に対しても小さな幸せと楽しい思い出を与えることができるのです。私たちはそうしたことに囲まれているだけでなく、幸せな感情や思い出をもたらすそうした小さな喜びを自ら作り出す能力を与えられてもいるのです。

私にとって、人生はそうした取るに足らない小さなことでできあがっているようにも思えます。だから、つまるところ、私は普通の生活の小さなことが特別な経験よりも私たちを幸せにしてくれると思うのです。

どうでしたか。フトシの言ったことは聞き取れましたか。彼の主張の要点は分かりましたか。オーケー、それでは、彼がたった今言ったことを説明しますから、よく聞いてください。

はい、ゲーリーはまず、マリーという女性と孫の男の子が、子供が喜びそうなおもちゃはなかったけれど、色鉛筆と紙と一緒に動物の絵を描いてとても素晴らしい時を過ごした、という本文の内容を要約してくれました。

そして、何か特別なあるいは大きなことがなくても、日常の小さなことだけで私たちは幸せを感じることができるかもしれない、とした上で、ニール・パスリチャというカナダ人の有名なブロガーであり、作家でもある人物を紹介してくれました。

彼は“1,000 Awesome Things”「1000の最高なこと」というブログで、日常のふと気が付いた小さな楽しいことをブログで紹介し、私たちはどんなにつらいことがあっても、実はそうした小さな幸せに毎日囲まれているということを伝えてきたとのことでした。

その上で、私たちをより幸せにするのは特別な経験なのか、それとも日常の何気ない小さなことなのか、どちらだと思いますか、という質問を投げかけると同時に、“more than one”つまり、複数の理由を挙げて自分の考えを答えるように求めました。

これに対して私は、どちらも人を幸せにできるが、後者を選ぶと最初に主張を明言した上で、特別な経験は“instant excitement”「一時の興奮」をもたらすことができるけれども、日常の小さな喜びは“quiet satisfaction”「静かな満足」をもたらすことができる、と対比の技法を使ったのが分かりましたか。

その上で、ふと思い出すのは日常の些細なことの方が多ということ、そして、自分だけでなく他者に対して自分が与えることができるのも小さな喜びの方だということ、加えて、私たちはいつもこうした小さな喜びに囲まれ、同時にその行為者でもあることを根拠として提示しました。今回は、ちょっと気取って詩的にまとめたつもりですが、これまでの人生経験を通じて得られた実感を込めて、構成はしっかりと計算しながらも思いつくままに語ってみました。

英検の公式ウェブサイトからスクリプトをダウンロードして、英文を確認してもらえそうらしいですし、ほんの少しかもしれませんが、きっと皆さんのお役に立てると思います。

さあ、フトシの話をもう一度聞いてみましょう。よく注意して聞き、彼の意見の表現方法に注目してください。

特別な経験も日常生活の小さなこともどちらも私たちを幸せにしてくれます。しかし、私は後者を選びます。

もちろん、仕事や試験で大きな成功を収めるような特別な経験は実際に私たちの自信を高め、興奮の瞬間をもたらしてくれます。

一方、日常生活での小さな喜びや取るに足らない小さなことはその場の興奮を与えてはくれないかもしれませんが、そうしたことは私たちに静かな満足と愛らしい笑顔、楽しい思い出などをもちたしてくれます。しかも、特別なことよりもずっと多く。

私は、ふと思い出して幸せの種を見つけるのを助けたりしてくれるのは、そうした小さなこと

だと思えます。旧友と交わす楽しい冗談や、昔の学校の教室で話し合ったことわざ、そして、公園で輝くような笑顔で「パパ！」とこちらに走り寄ってくる私のかわいい娘の思い出など、私の記憶の底からよみがえってきて幸せな気分にさせてくれるのは、そうした小さなことなのです。

加えて、他者に小さな幸せをもたらす方が特別な経験をもたらすよりもずっと簡単にできます。私たちはたまたま立ち寄ったお店で店員さんに笑顔で「ありがとう！」と言うこともできます。外国から来た人たちが目的地を見つけるのを助けることもできます。そして、小さな子供たちと一緒に動物の絵を描いて楽しむこともできるのです。

こうしたことはみな、私たち自身に対してだけでなく、他者に対しても小さな幸せと楽しい思い出を与えることができるのです。私たちはそうしたことに囲まれているだけでなく、幸せな感情や思い出をもたらすそうした小さな喜びを自ら作り出す能力を与えられてもいるのです。

私にとって、人生はそうした取るに足らない小さなことでできあがっているようにも思えます。だから、つまるところ、私は普通の生活の小さなことが特別な経験よりも私たちに幸せにしてくれると思うのです。

■Closing Dialogue (結びの対話)

G: フトシ、今回もまた、うまく組み立てられた構造を使いながら自分の本当の心情を表現することで、自分の意見をととても効果的に提示したね。僕はこの模範例は自分の英会話力を改善したいリスナーの皆さんにとってとても役に立つと思うよ。僕はリスナーの皆さんにスクリプトをダウンロードするよう強く推薦したい。

F: ありがとう、ゲーリー。それを聞いてとてもうれしいよ。

G: そして、君は自分自身の幸せのカギを見つけて、それをモデルアンサーで示してくれたね。そうでしょ？

F: そうだね。考えながら自分に語りかけているうちに、それを通じて自分にとって大切なものが前よりもはっきりしたような気がするよ。だけど、まだ何か足りないような気もするんだよな。

G: ふーむ... それって君のネコちゃんとの関係があったりして。

F: ああ、そうだよ。それぞれ！うちのネコの肉球をなでることが日常生活で僕を幸せにしてくれる一番の小さなことなんだよ。だから、本気でこのポッドキャストのタイトルを「らくらく英検肉球」に変えたいんだ。

G: フトシ、英検側はシリーズのタイトルを君のネコの足に関係する何かに変えるのはとても大きな一歩だと感じるかもしれないよ。だけど、もしかしたら何年か後に、僕らがこれを振り返ったとき、こんなことを話し合ったのも楽しい思い出として楽しめるかもしれないね。

さあ、今回のレッスンはどうでしたか。後半は少し難しかったかもしれませんがね。ぜひ、英検のウェブサイトからスクリプトをダウンロードして復習してください。それから何度も聞き直して、自分でも話せるように練習してみてくださいね。Repetition や Shadowing だけでなく、話す内容の構成を組み立てること、そして相手に伝えること、こうしたトレーニングを続ければ、あなたも必ず『英語ができる人』になります。

ところで今回、セカンドシリーズ第8回目のタイトルは“Small things can make us happy”でした。どんな困難に出くわしたとしても、どれほど辛いことがあったとしても、私たちは常に何かしら小さな喜びに囲まれているということ、こんな小さなメッセージですが、伝え方の構成と適切な自己開示とが説得力のある内容に聞こえる、ということを実感してもらえたら私も happy です。皆さんもこうした練習を通じて『英語ができる人』になりましょう。

Well, then...

See you next time!

<講師陣プロフィール>

伊藤 太 (Futoshi Ito)

大手予備校・有名進学塾等で英語講師を務め、東大クラス・医学部コース等を担当。作成した教材から東大・筑波大等の入試長文問題を的中。コーチングを取り入れた研修方法を確立し、数多くの講師・教員の授業力・授業アンケート向上に寄与。現在、多数の私立学校にコンサルタント、アドバイザーとして関わるとともに、ネイティブスピーカーを含む学校教員・予備校講師（100名超）のコーチを務める。

ゲイリー・スコット・ファイン (Gary Scott Fine)

オレゴン州ポートランド出身。スタンフォード大学大学院修士課程修了（東アジア研究）、南カリフォルニア大学大学院修士課程修了（映画・テレビ研究）。現在、東海大学外国語教育センター准教授。主な研究テーマはエンターテインメントメディアを通じた第二言語習得。

朝日新聞・土曜版、『ENGLISH JOURNAL』（アルク）、『CNN ENGLISH EXPRESS』（朝日出版社）に映画・ドラマに関わる英語コラムを連載中。NHK 教育テレビ、アルクヒアリングマラソン等多数の番組で出演及びテキスト執筆で活躍。