無料レポート

英語が話せるようになる4つのポイント

英会話、もうあきらめなくていい！
45歳以上の初心者でも30日で驚くほど上達する学習法

英会話上達研究会

00 短期間で効率よく英語を身につける

英語を身につけたいが、時間も無いし、なかなか上達しない…

忙しいあなたは、そうお悩みではありませんか ？

海外旅行をもっと満喫したい、勤務先でも英語力が重視される、と英語を身につけたい方がたくさんおられる一方で、大変多くの方が英語が上達しない悩みを抱えています。どの英語教材を使い、どのように学習すれば上達するのか ?多くの方が悩み、そして上達しないストレスに苦しんでいます。

私たち「英会話上達研究会」は、どのような学習法が最も効果があるのか、その答えを【聴けて話せる英語】を専門にしておられる大学教授陣に求めました。

そして今回、
忙しいあなたが　① 短期間で
② 効率よく
③ 効果を実感できる英語学習法

これをテーマに、言語学博士である御園和夫名誉教授の英語上達理論や当会代表の経験を通じ蓄積した英会話上達のポイントをわかりやすくまとめ、『英語が話せるようになる4つのポイント』として公開することといたしました。

あなたが近い将来、“英語を話せるようになる”よう、ぜひご活用ください。



英会話上達研究会

00 table of contents

英語が話せるようになる4つのポイント

英会話、もうあきらめなくていい ！
45歳以上の初心者でも30日で驚くほど上達する学習法

第１のポイント【原因分析】

なぜあなたは英語が話せないのか ?学校で教えない本当の理由とは ？

第２のポイント【失敗事例】

努力しても結果が出ないのにはワケがある。英語上達のウソ・ホント

第３のポイント【上達方法】

これが成功する短期英語上達法だ ！
短期間で英語のプロを育てる言語学博士の練習法とは ？

第４のポイント【目標達成】

成功する発想法はこれだ ！
これであなたは英語を自在に操れる ！

Rev.12 ：2026/11/25
本著作権は株式会社IQ-Strategy／英会話上達研究会にあり、本書の転売・転載・転写・コピーを含む二次利用は一切禁止されております。また本紙はノウハウ提供が目的であり、いかなる結果も読者に保証するものではありません。

第１のポイント【原因分析】

01 なぜあなたは英語が話せないのか ？

学校で教えない本当の理由とは ？

■1-1 ：間違いだらけの英語学習

あなたの英語学習、間違っていませんか ？

「仕事で英会話が必要 ！」「海外旅行や字幕無しで洋画DVDを満喫したい ！」そう思いながらも、何から手を付けていいのかわからない。長続きせず、いつまでたっても話せない。そう思われているのは、あなただけではありません。多くの方がスクールや新しい教材へ次々と英語にお金を投資しますが、結局は途中挫折。

それはあなたの努力が足りないのでしょうか ?いいえ。そうではありません。今では埃をかぶっている教材も、やる気満々で買い込んだはずです。同僚の誘いを断り、仕事の後に駅前のスクールに通った方も多いかもしれません。あなたは今まで努力してきたはずです。それでもあなたは話せないままです。なぜでしょうか ？

それは【あなたの英会話学習法が間違っている】ためです。

間違った学習法はいつまでたっても上達を実感できず、いつの日か努力は苦しみへと変わり、苦しみは諦めに変わっていきます。実は知っているようで知らない正しい学習法。多くの人が間違った学習法を、効果が無いと嘆きながら続けています。

時間の有り余る生活を送っているならば、それでも問題ありません。しかしあなたは毎日忙しい生活を送っているはず。英語だけに貴重な時間を投資する余裕はありません。多忙なあなたに今必要なこと。それは理論に沿った正しい学習法で学び、効率よく英語を身につけることです。

■1-2 ：話せば良いとは限らない ？

駅前にある有名英会話スクールに、視察で体験入学をしたことがあります。受付を済ませブースに入ると、そこにはスーツ姿の男性が１人、学生らしき女性が一人いました。チャイムとともにレッスン開始、外国人講師が生徒に先週末の行動を尋ねはじめました。

スーツ姿の男性は、恥ずかしそうに、たどたどしく答えていましたが、それと打って変わって女子学生は、「週末はテニスをして、その後友人と買い物をした」と、流暢に話し始めたのです。私が参加したのは初級クラスと聞いていたので、彼女の流暢さに少し驚きました。

しかし次の瞬間、とても興味深いことが起こったのです。それは彼女に対し、講師がいくつか質問をした時のことでした。その女子学生、講師の質問に答えられず石のように固まってしまったのです。「何を買ったの ？」そんな簡単な質問でした。それでも彼女は答えられず、真っ赤になり救いの言葉をただ待つだけだったのです。

彼女に一体何が起こったのか ？あとから本人に聞いたのですが、実は彼女、上手に会話を進めたいがために、事前に返答を準備してきたとのことでした。週始めは同じ質問をされることを彼女は知っていたのです。しかし彼女は自分の返答しか準備せず、相手からの反復質問を想定していなかったわけです。

実はこれ、初心者が犯す典型的なミスです。会話はコミュニケーションということを忘れているのです。コミュニケーションは、相手がいてはじめて成り立つのです。一方的に言いたいことを言っても会話は成立しません。それは独り言です。

※このことから分かるように『旅行のワンポイント英会話』や『指さし英会話』といった書籍もあまり役に立ちません。いくら例文を読み上げ質問しても、相手の返答を聴き取り理解出来なければ、コミュニケーションが成立しないのです。

会話では、【話す】能力と同様、相手の話を【聴き】理解する能力が重要です。【聴き】取れ理解できれば、極論ですが“Yes”と“No”だけでも、あなたの意思は何とか伝わります。しかし相手が何を言っているのかを聴き取れなかった場合、あなたは“Yes”“No”さえも答えることができないのです。英語を話すことが目的ではないのです。英語でコミュニケーションを図ることが目的であることを忘れてはいけません。

■1-3 ：【読む】【書く】【聴く】【話す】の関係

英語には音を使う【聴く】【話す】と、文字を使う【読む】【書く】の４つの能力が必要です。しかし従来の日本の学校教育では、【聴く】と【話す】を教えてきませんでした。学生時代あなたが英語の勉強として習ったこと、実践してきたことは、英文を日本語に直す作業（訳読）だけです。

訳読は、英語を【聴く】【話す】こととは直接関係がありません。「勉強をしてきたのに話せない」のではなく、「話す練習をしてこなかったから話せない」だけなのです。



複製禁止
©IQ-Strategy All Rights Reserved.

■1-4 ：聴き取れない音は話せない

英語を聴き取れなければ、絶対に英語を話すことができません。これはフランス語でも韓国語でも、そしてあなたが得意な日本語でも同じです。相手の声を聴き取れなければ、あなたは同じ言葉をオウム返しに言い返すことさえできないのです。聴き取れた場合しか同じ音を返すことが出来ないのです。繰り返します。人間は聴き取れない音を、同じように発声することができません。

ですから「話す前に、まず聴く練習をする」ことが大事です。【話す】ことを考える前に、まず【聴く】ことに集中することです。

■1-5 ：カラオケの練習法は ？

好きな歌手の曲を覚え、カラオケで歌おうと思いますが、あなたならどのように覚えますか ？

歌詞をじっくり読み暗記しますか ?それとも歌詞をノートや単語帳に書き写して覚えますか ?通常はそんなことしません。まず曲を聴きリズムやメロディーを覚えます。歌詞はメロディーの一部＝『音』として覚えます。歌い方を真似してみたりもするでしょう。

そうして耳から音をインプットしていきます。曲を聴きながら一緒に口ずさんでみたりもします。その後カラオケで歌うことがほとんどです。文字だけを暗記をしたことなどないはずです。

英語も同じです。文字だけを見て暗記しようとしても、頭にほとんど入ってきません。英語を覚えるには、カラオケ同様、『音』を頭にインプットすることです。歌う（＝アウトプット）には、その前に音を聴くこと（＝インプット）が絶対に必要なのと同様、英語も話す（＝output）には音を聴くこと（＝input）が必ず必要なのです。

右の図をご覧下さい。
先程『音』が大切とお話しました。これが横軸になります。そして縦軸が入力と出力の区分です。
カラオケ同様『 inputなくしてoutputはできない』ため、入力はとても重要です。

この横軸『音』と縦軸『入力』。この二つの重要な要素が交差した部分は、図でいうと『聴く』になります。【話す】（音の出力）前に【聴く】（音の入力）ことの重要性をご理解頂けたでしょうか。



複製禁止
©IQ-Strategy All Rights Reserved.

第2のポイント【失敗事例】

02 努力しても結果が出ないのにはワケがある

英語上達のウソ・ホント

■2-1 ：英会話スクールでは上達しない ？

「会話はコミュニケーション」だと第一のポイントでお話ししました。コミュニケーションには必ず相手が存在し、相互に【聴いて】【話す】ことが必要です。それにもかかわらず、いまだに英会話スクールやオンライン英会話は、【話す】ことだけに焦点をあてた授業をおこなっています。その理由を、とある英会話学校のマネージャーが話してくれました。

> 初心者が英語上達するには【話す】時間より【聴く】時間を多くとるのが重要だ。そのほうが、はるかに早く上達する。しかしお客様はネイティブと【話す】ことを望んでいる。上達という観点からすれば効果は劣るが、ビジネスを考えると英語を話させるしかない。何しろお客様はネイティブと【話す】ことに価値を感じているのだから。

あなたがもし英会話スクールに通った経験がおありなら、思い出してみてください。あなたはネイティブと【話す】ことに価値を感じていたのではありませんか ?外国人と会話することの価値。英語初心者のあなたにとっての英会話スクールは、ただそれだけの存在かもしれません。

その証拠に、あなたの周りで英会話スクールに通い英語が上達した初心者はどの程度いますか ?プライベートレッスンで年間250万円※を投資しても、ほとんどの人が話せないまま終わるのです。

※例：40分＝8,500円/１日２レッスン/週３日受講＝年間288レッスン×8,500円＝2,448,000円+教科書代で計算

スクールやオンライン英会話は、ある程度話せる中・上級者が通い、会話力を発展させるためのアウトプット練習をするには良い場所です。しかし今はインプットを優先すべき初心者のあなたが行く場所ではありません。

先ほどのマネージャーのセリフ、生徒と呼ばずお客様と呼んでいます。スクールにとっては、education（教育）ではなくbusiness（商売）なのです。あなたはstudent（生徒）ではなくcustomer（お客）なのです。英会話スクールは学校ではなく、英会話ビジネスであることも忘れないでください。

■2-2 ：有名教材ほど長続きしない ？

有名教材で話せるようになったという話はあまり聞いたことがありません。知名度だけで教材を選んでも、結局長続きせず、大抵は本棚の隅で埃をかぶっているはずです。「買ったのは良いが途中であきてしまった（開封したのは１巻だけ）」「頑張って勉強したものの、なかなか上達しない。」このような結果となるのは多くの方が知る事実です。

なぜ途中であきてしまうのでしょうか ？
実は世の中の教材のほとんどが面白くないのです。いくら勉強だからといって、面白くもない教材に取り組むことは相当のストレスのはずです。どんなに強い目的意識があっても長続きは難しいものです。

I’m Taro Suzuki. He is Ichiro Tanaka. I am taller than he. といった例文を、大人が楽しみながら取り組めるはずもありません。仮にがんばって取り組んだとしても、海外旅行先で『私は彼より背が高い』と話す機会などないはずです。有名出版社が出している教材、実はこのような表現がとても多いのです。

また「教材CDの音声は聴き取れるのに、洋画DVDを観ても聴き取れない。」「旅行先で出会った人たちの英語は、CDの音声よりもわかりづらい。」という経験がある方も多いはずです。実は有名出版社の教材は、聴き取りやすい英語を話してくれているのです。お手本の英語を、アナウンサーのように、ゆっくりと、明瞭に発音してくれるのです。

しかし日常会話で、私たちがアナウンサーのような話し方をしないのと同様、ネイティブもアナウンサーのような話し方などしません。だからナチュラルスピードの会話が聞き取れないのです。

キャメロン・ディアスのキュートな話し方、ニコラス・ケイジの味のある語り口調を聴いて分かるとおり、彼らの話し方はアナウンサーの話し方とは全く異なります。

有名出版社の教材は正しい英語だが、非日常の英語を使っているという事実。そこには、「ネイティブ発音は初心者には聴き取りにくいため売れない」という背景があるのです。

■2-3 ：留学しても英語が話せない現実

「結局、短期留学でもしなければ話せるようにならない」と言う声も聞きます。しかしこの短期語学留学、その効果に「 ?」が３つくらい付きます。その最大の問題は、英語しか話せない状況に身を置けないという点にあります。

語学留学である以上、留学先は英語の専門校です。そこに通うのは英語を学びにやってきた英語の話せない日本人の生徒たちで、そこで仲良くなるのは同じ日本語を話す者同士。当然仲間同士で話される言葉は日本語です。唯一彼らが話す英語ネイティブは担任講師だけ。このような日本と変わらぬ状況の中では、上達することは容易ではありません。

せめてアルバイトを通じて英語に触れる機会があれば良いのですが、英語を話せない日本人を雇ってくれる良心的な企業もありません。雇ってくれるのは日本食レストランがいいところです。海外出張中に息抜きに出かける日本人ビジネスマン向けカラオケスナックには、夢破れた女子学生で溢れているという悲しい話は、商社マンの間ではあまりにも有名です。

何よりの証拠に、私たち英会話上達研究会には、語学留学先の学生から教材のお申し込みが毎週のように到来するのです。彼らも帰国日までに、少しは英語が話せるようにならないと格好がつかないのかもしれません。

■2-4 ：TVの英語番組では長続きしない理由

安く学べるテレビの英会話番組。でも意外や意外、安いと思っていたはずのテキストとＣＤを１年分買うと、なんと20,640円もします。２～３番組まとめて視聴するのが通常ですから、安いと思ったテキストも気づけば年間6万円以上にもなるのです。しかも頑張るのは番組が始まってから３ヶ月まで。数回放送を見逃せば、その後はすっかりテキストも開かなくなります。

広告で目にする月々数千円の英語教材も人気です。でもよく見ると４８回払い！総額２０万円以上にもなります。高いか安いか、総額の確認が重要です。高ければそれだけ効果があるというのも幻想です。

■2-5 ：その学習法、ホンモノですか ？



ＣＤをただ聞いているだけの学習法もあります。でも考えてみてください。例えばスワヒリ語のＣＤを聞いているだけで、いつかスワヒリ語が話せるようになると思いますか ?何十時間聞いても理解できないのと同じように、英語をただ聞き続けているだけでは、わからないものはわからないままで終わるのです。

■2-6 ：あなたは小学生に勝てますか ？

2020年から、小学3年生で英語の授業が始まっています。国が英語教育に本腰を入れ、小学生が実践的な英語を学んでいます。小学校で英語を学んだ世代が、まもなく社会に出てきます。英語が話せて当たり前の時代の到来です。あなたも英語に本腰を入れないと、英語が出来て当たり前の時代を生き抜くことは難しいかもしれません。

頭の体操がてら、小学生の英語問題に挑戦してみて下さい。※英会話上達研究会が作成の独自問題

- Q1　母）お兄ちゃんを起こして。　私）いいよ。
- Q2　母）セロリ食べちゃいなさい。 私）おなか一杯。
- Q3　私）近くにコンビニはありますか ？
- Q4　私）天気はどう ？　父）曇りだよ。
- Q5　私）転んでひざをすりむいちゃった ！　友達）痛い ？
- Q6　私）この電車は東京に行きますか ？　駅員）はい。
- Q7　私）どれくらいピアノのレッスンがありますか ？
- Q8　私）今日は何月何日 ？　友達）12月5日だよ。
- Q9　私）痛い ！ドアに頭をぶつけちゃった。　母）大丈夫 ？見せてみて。
- Q10　私）僕は週末、遅くに寝ます。僕はふだん、よく眠ります。

オフィスにパソコンが普及しパソコン技能が必須になったのと同じ現象が、英語でも起こることでしょう。年功序列が崩れ、実力主義社会へと移行した今の時代に、英語が話せないままのあなたは、社内で充分な地位を保つことが出来るでしょうか ?忙しいあなたも、今から英語を始めないと、間に合わないかもしれません。

■ここまでのまとめ

第１のポイントのまとめ

・話せない原因は学習法が間違っているから。
・英語を話すことが目的では無い。目的は英語でコミュニケーションを図ること。
・【読む】【書く】【聴く】【話す】の４要素があり、【聴く】【話す】は殆ど学習してこなかった。
・人間は聴き取ることの出来ない音を発声することができない。
・つまり聴き取れなければ、絶対に英語を話すことができない。
・出力／output＝（話す）ためには、その前に入力／input＝（聴く）が必要。

第2のポイントのまとめ

・初心者の英会話上達にはインプットが重要。なのでアウトプット場の英会話スクールは不要。
・有名教材は退屈な非日常英語が満載。だから途中で止めてしまう。
・語学留学で話す相手は講師のみ。海外にいるだけで日本と何ら変わりがない環境。
・CDを聴いているだけでは上達しない ⇒ 学習効果が高い英会話教材で学ぼう！
・小学3年生から英語教育開始 ！英語が話せて当たり前の時代の到来。



ここまで一気にお読みいただいたあなたは、勉強熱心で努力家の方でしょう。
内容も充分ご理解頂けたと思います。次から具体的な上達法の説明が始まります。
ここでちょっと一休みしていただき、次章に備えましょう。

第3のポイント【上達方法】

03 これが成功する短期英語上達法だ！

短期間で英語のプロを育てる言語学博士の練習法とは？

これまで、英語が話せない理由（第1のポイント）、そしてなぜ今までのやり方では話せなかったのか？（第2のポイント）とお話ししてきました。ここからいよいよ第3のポイント「英語を話す」ための効率的な練習法についてお話しします。

この練習法は全部で８つのステップに分かれています。８つのポイントに沿って練習することで、忙しいあなたでも、① 短期間で　② 効率よく　③ 効果を実感できるように構成してあります。

以下がこれからお話しするステップのタイトルです。英語力を短期間で効率よく効果を実感しながら高めるための重要な８ステップです。



複製禁止
©IQ-Strategy All Rights Reserved.

【ステップ-1】　自分の置かれた状況を理解し、話題の背景を理解する。
【ステップ-2】　従来の【目】からのインプットを【耳】からのインプットに変える。
【ステップ-3】　【耳】からの情報と【目】からの情報を合致させる。
【ステップ-4】　聴こえてきた順に英語のまま理解する。（※英語脳化）
【ステップ-5】　音声と意味を合致させる。
【ステップ-6】　音声を脳に焼き付ける。
【ステップ-7】　知的神経を運動神経に変える。（音読）
【ステップ-8】　音声を自分のものとして内在化させる。（シャドーイング）

※「英語脳」は英会話上達研究会の登録商標です。（商標4769026号 ）

■3-1：【ステップ-1】状況を理解し、話題の背景を理解する

以前、アメリカ出張の空き日程でロスのユニバーサルスタジオに行ったときのことです。アトラクションの順番待ちをしていた際、一人の日本人女性と、ふとしたきっかけで話す機会がありました。その後一緒に行動することになったのですが、この女性やたらとネイティブに話しかけるのです。

・『アトラクションに乗るには、どれくらい待つのですか？』
・『今日の閉園時間は何時ですか？』

大阪ではなくロスのユニバーサルスタジオで質問する彼女、さぞかし英語が上手かというと…中学２年生程度といったところです。ではどうやって質問するかというと、こんな感じです。

・『Time! Time! How long?』
・『Time! Time! Today finish?』

「それでは通じないよ！」との思いをよそに、驚くことにこれが全て通じてしまうのです。Time! Time! How long? では何のことかわかりません。しかしアトラクションを待つ長蛇の列の中にいる状況が、相手に意味を通じさせてしまうのです。Today finish? にしても、夕暮れの中を出口へ向かう人の流れが相手に答えを出させます。そんな彼女を見ていて改めて感じました。

状況推測がコミュニケーションの決め手だと。

人は日常的に、会話の流れを常識の範囲内で予測して会話を成り立たせています。たとえば、「昨日、映画を観に行ったら隣の人が急に…」と言われたら、ほとんどの人は「居眠りしたのかな？」とか「電話をし始めたのかな？」といった推測をするでしょう。「イスの上で逆立ちしたのかな？それともカバンからズワイガニでも取り出したのかな？」とは思いません。常識の範囲内での予測が、会話を円滑に進める基本です。

2001年に『バニラスカイ』という映画がヒットしました。電話をして欲しいキャメロン・ディアスが、いつ電話をくれるのか尋ね、トム・クルーズがそれに応えるシーンです。

・（キャメロン） When?
・（トム） Soon!

たった一単語だけの会話です。双方が【状況】さえ理解していれば、会話は単語だけでもできるのです。そのために重要なのが、自分の置かれた状況を理解し、会話の背景を理解することです。まずは会話の背景を知る、それがステップ-1です。

■3-2：【ステップ-2】目からのインプットを耳からのインプットに変える

今の大人世代は、英語の勉強を始めた頃からずっと、英語を【目】から入力してきました。これを【耳】からの入力に変える大変重要な練習、それが【ステップ-2】です。実際にステップ2で英語の音声を聴き込みますが、その際にとても大事なポイントがあります。それは、

『目を使わずに聴く』

ことです。テキストを見ながら聞くと、耳からの情報が不正確でも、目がそれを補ってしまいます。これでは音を目で確認する作業になってしまいます。耳で聞きながらも、目から英語をインプットしていることになります。そうすると耳は【聴く】(listen)ではなくて、【聞く】(hear)ことしか出来なくなってしまうのです。

あえて言葉を使い分けていますが【聴く】と【聞く】では大違いです。目を使わずに【聴く】と、なんとなく「ザワザワ」と聞こえてきた音が、意味を持った言葉として耳に入ってきます。【聞】こえなかった音が【聴】こえるように変わってくるのです。

人の話を集中して【聴く】時、自然と目を閉じることがありませんか？試しにYouTubeで、好きな洋画の予告編を目を閉じて聴いてみてください。初心者でも２つ３つ、もしかしたらそれ以上の単語を聴き取ることができるはずです。【耳】を主役にできれば、英語は意味を伴った音としてグングン頭に入って来るようになるのです。

■3-3：【ステップ-3】耳で聴いた情報と目で見た情報を合致させる

中学校で習った助動詞に can（できる）があります。ちょっと頭の中で発音してみてください。「can」 どのように発音しましたか？おそらく多くの方が「キャン」と読んだはずです。このように私たちの頭の中では can＝キャン という図式が完成されています。

では辞書で発音をチェックしてみましょう。辞書には [kən]もしくは[kǽn]と表記してあるはずです。弱形だと[kn]です。強引にカタカナにすると can は カン または クン に近い音になるのです。キャンと発音されることは、あまりありません。

例えば、「You can stay.（ここにいていいよ）」というフレーズで、ネイティブは、ユーキャンステイ ではなく ユークンステイ に近い発音をします。私たちはcan = キャン と覚えていますから、ネイティブが ユークンステイ と発音した時点で、何を言っているのか理解できなくなります。



この問題の原因は、目からのインプットにあります。テキストを見ながら音を聞くと、実際の発音がどうであれ「can＝キャン」として認識してしまうからです。これにより耳で聞いた本来の音を、頭の中で誤った文字情報に置き換えてしまいます。これが、英語を聴き取れない理由です。

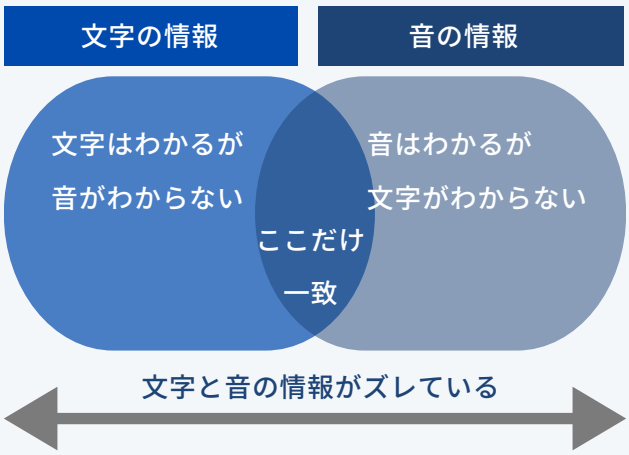
ではテキストを見ずに聴いてみましょう。テキストを見ずに音を【聴く】と、とたんに[クン]の【音】が耳に入ってきます。そこではじめて「今なんて言ったの？」と、英語を【音】として認識できるようになるのです。

テキストを見れば簡単な英文を、なぜ聴き取ることができないのか？
整理して言えば【音の情報と文字の情報がズレているから】に他なりません。

日常会話では、私たちは音で相手の意思を理解しなければなりません。あり得ないことですが、ネイティブとの会話で、あたかも映画を見ているように声が字幕となって出てくれば can＝キャン でも問題ありません。

しかし日常会話に字幕が無い以上、文字と音のズレを解消しなくては、いつまでたっても英語を【音声】として認識することはできないのです。

言葉とは【音声】です。【音声】を習得するためには【音声】を利用し、目を使わずに聴く！これが絶対に必要なのです。
これを私たちは【視聴覚一致練習】と呼んでいます。



複製禁止　©IQ-Strategy All Rights Reserved.

サッカーという【スポーツ】をマスターしようとする際、なぜかルールブックを熱心に勉強する運動オンチがいたとします。「そんなことしないでボールを蹴ったほうが早く上達するよ」とあなたはアドバイスをするでしょう。

同様に英語という【音声】をマスターしようとする際、なぜか【文字】（テキスト）で勉強する英語オンチがいたとしたら？「そんなことしないで【音】を聴いたほうが早く上達するよ！」そうアドバイスするはずです。

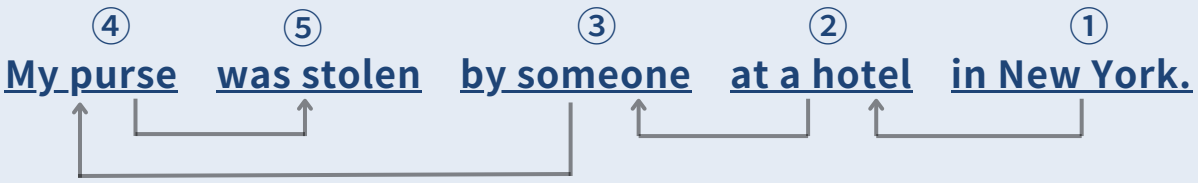
・【音声】の習得には【音声】を使う
・【音声】と【文字】のズレを一致させるため【文字】は見ない

この２点の実践が上達の早道です。そしてこれこそが、【聞く】から【聴く】の転換につながるのです。

■3-4：【ステップ-4】【ステップ-5】【ステップ-6】

次に、音声に関連する３つのステップを連続して解説していきます。【ステップ-4】聴こえてきた順に意味を英語のまま理解する、【ステップ-5】音声と意味を合致させる（英語脳化）、【ステップ-6】音声を脳に焼き付ける、の３つのステップです。

中学・高校での英語の授業を思い出してみてください。それは教科書を読み、日本語に訳す、いわゆる【訳読】が主な勉強方法だったはずです。そしてその訳し方は、文の後ろから前に戻って読むという、独特の手法でした。次の文を見てみましょう。



①ニューヨークの→　②ホテルで→　③何者かによって→　④私のカバンは→ ⑤盗まれました。

私たちは、この後ろから前へ訳す【訳読】を正しい英語の訳し方だと習い、それを信じ続けてきたのです。しかしここで疑問が生じます。「なぜわざわざ後ろから前に戻って訳す必要があるのか？」もっと効率的に、話された順番に理解したほうがよいと思いませんか？

「なぜと言われても、そう習ったし、そもそも後ろから訳したほうが整った日本語になるからでしょう？」そんな反論も多いはずです。もちろんその通りです。しかし私達の目的は、意味を理解することであって、整った日本語に直すことではありません。それは翻訳家の仕事です。

私たちの目的は、ストレスなく英語のコミュニケーションを取ること、洋画を字幕なしで楽しむことです。整った日本語に直す必要など全くありません。意味さえ理解出来れば良いのです。効率悪く、わざわざ後ろから前に戻って訳す必要など全くないのです。

ではどうすればよいでしょうか。それは話された順番に聴き、話された順番に理解することです。

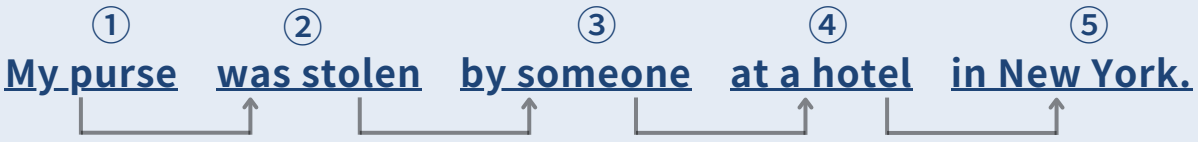
言語学者の御園博士は、次のように指摘しています。

> I love you. が『私はあなたのことを愛しています。』なんて誤訳です。見つめ合い、今まさに抱擁しようというその時、『私はあなたのことを愛しています。』なんて悠長に言っている状況ではありません。『私が好きなのはあなたよ。』『俺が愛しているのは君だ！』が正解でしょう。

御園博士の訳し方は、語順どおりに文頭から訳していることがわかると思います。どこもひっくり返していません。話された順番で理解しています。

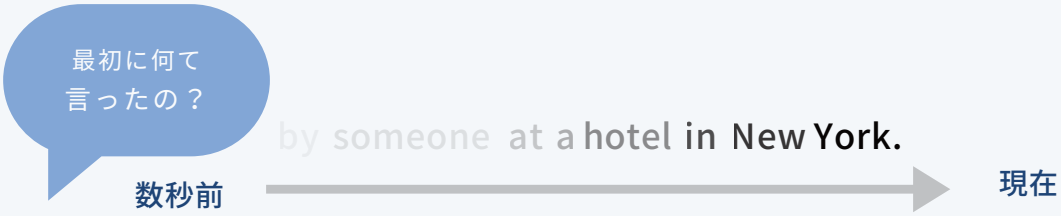
I　love　you.
① → ② → ③　　①私が→ ②好きなのは→ ③あなたよ。

では先ほどの例をもう一度、今度は文頭から訳してみましょう。



①私のカバンが→ ②盗まれた→ ③何者かによって→ ④ホテルで→ ⑤ニューヨークの

この順序で理解しても、意味は十分に伝わります。これが話された順に英語を理解する方法＝【聴順直脳訳】です。この「聴順直脳訳」をくり返し練習することで、英語を効率よく理解できるようになります。なぜなら音声は一瞬で消えてしまいます。in New York が聞こえる頃には、My purse 以下の音は消えています。話された順に理解しなければ、次の瞬間にはもうその情報は失われています。したがって話された順に理解することが、英語を「早く正確に」聴き取るための鍵となります。



日本語的な訳読にこだわり続けている限り、英語を使ってスムーズなコミュニケーションを取ることは難しいでしょう。英語を「音声」として理解する練習が、成功の秘訣です。

■3-5：【ステップ-7】【ステップ-8】

【ステップ-7】知的神経を運動神経に変える、と【ステップ-8】音声を自分のものとして内在化させる、を解説します。

大谷翔平選手も、野球理論だけではあれほどの実績をあげる野球選手として活躍はできません。理論の先にあるものは実践練習です。バットの素振り練習のように、理論を実践に置き換える必要があります。

英語の実践練習、それがステップ７とステップ８です。聴き取った音を自分のものとして内在化させるために、発話練習をする必要があります。それが【音読】と【シャドーイング】です。【音読】は、テキストを見ながら実際に声に出して読んでみる練習です。【シャドーイング】はネイティブの音声を聴きながら、影のようにあとからついて発話する練習を言います。

一旦自転車の乗り方を覚えてしまえば、何年もブランクがあいても自転車に乗ることができます。そのとき頭の中で「自転車に乗る理論」など考えもしないはずです。にもかかわらず、過去の経験からたやすく自転車に乗れるはずです。これは「自転車の運転」という知的神経（＝操作方法とかバランスの取り方といった知識）が、運動神経（＝操作方法やバランスの取り方を体で覚えている）に変化した状態と言えます。

英語も同様、「英語を話す」という知的神経（＝語順や文法等）を運動神経（＝言葉の使い方を体に覚えさせる）に変化させることが重要です。その練習方法が【音読】そして【シャドーイング】なのです。これらの練習を繰り返すことで、英語が自然と口から出てくるようになり、英語でのコミュニケーションがスムーズに行えるようになります。



理論を実践に変え、英語を頭だけではなく体でも理解できるようにすることが、真の英語習得への鍵です。

第4のポイント【目標達成】

04 成功する発想法はこれだ！

これであなたは英語を自在に操れる！

■4-1 ：英語は学問ではない

・ネイティブに話しかけられ、内容も聞かずに I can't speak English! と逃げる
・海外旅行でガイドを通訳のように使い、自分からは何も言わないツアー客

「聴き取れない…」「もし通じなかったら…」「文法を間違えたら恥ずかしい…」と、気になってばかりで、つい無口になってしまう。あなたも思い当たる節があるかもしれません。でもご安心下さい。多くの方が同じような経験があります。

何度もお伝えしてきましたが、英語はコミュニケーションのツールです。学問ではありません。コミュニケーションのツールである以上、最も大切なのは【意思の疎通】＝相手に意思を伝え、相手の意思を受け取ること。これが全て。これさえできれば目的は達せられているはずです。

そうであれば、

・文法ミスを恐れ、頭で作文をしている間に発言のタイミングを失い意見を言えなかった。
・発音が悪いことを恐れ、貝のように口を閉ざしなるべく話さないようにする。

この方が、よほどコミュニケーション能力が低いことではないでしょうか？

単語を並べただけでもいい、カタカナ発音でも気にしない。それでも自分の意思を相手に伝えることさえできれば、コミュニケーションの第一歩を踏み出せたと私たちは考えます。

「できない」と言い訳をし、意思を伝えることを放棄するほうが、よほど恥ずかしいことだと思いませんか？間違えたって構わない。まずは自分の意志を言葉で伝えることが大切です。

■4-2 ：敵はネイティブではない ！日本人だ ！

「そうは言ってもなかなか話せなくて…」と言う反論もあるでしょう。話したくても、なかなか話せないという方も多いはずです。でもそれは英語力だけの問題ではないはずです。弊社に届いたメールにこのような一節がありました。

> 「文法を間違うのが怖い」「通じなくて困っている姿を見られたくない。」だから英語を話す度胸がない。→「公衆の面前で恥をかきたくない ！」つまり「話せないのではないのです。話す度胸がないのです。」

「なかなか英語を話せない」と感じる人が多いのは、実はネイティブスピーカーに対してではなく、日本人同士で話すときに羞恥心を感じるからです。弊社のアンケートによると、英語を話すとき羞恥心を感じる人の82%が、周囲に日本人がいる状況で特に気にしていると答えています。

なぜ周囲の目が気になるのでしょう ?それは英語を教科として意識していることが理由でしょう。英語＝教科だから間違えたら知性を疑われてしまう、と真面目な人ほど思いこんでいます。

私たちは日本語ネイティブなのに、日本語を間違えても羞恥心を感じません。これは日本語を教科として意識していないからです。「食べれない」に代表される「ら」抜き言葉は、三単現のＳを忘れるのと同じ程度のミスかもしれません。しかし教科でないため、恥ずかしくないのです。

英語も同様です。もちろん正しい英語を話すに越したことはないのですが、多少間違ったところで、何も恥じる必要はないのです。ましてや私たちは「英語ネイティブ」ではないのですから。英語は【上手い下手】はあっても、誰かと比較し【勝った負けた】ということはないのです。

真面目なあなたは、英語をゴルフのように考えているかもしれません。迷惑を掛けないレベルまで練習し、ある程度上達しなければコースに出ることはできない。英語も、恥をかかない程度上達しなければ、人前で話すことはできない。

これでは、あなたは一生英語を話すことなどできません。英語は上手くなってから人前で話すものではなく、話すことで上手くなるものなのです。英語はゴルフでなく自動車教習所です。ブレーキやアクセル、交通ルールを学んだ後は、ハンドルを握り走り出さない限り上手くなりません。人前で話しながら、少しずつ上手くなっていくのです。

■4-3 ：あなたはすでに英語が話せる ？

アメリカで弁護士になるというなら話は別ですが、そうでなければ英語を話すことは、それほど高い目標ではありません。ミスを恐れて英語が口から出てこない。気持ちはわかりますが、これこそナンセンス。日本語さえ平気で間違える私たちが、英語を間違えて当たり前なのですから。

「Time! Time! Today finish?」ユニバーサルスタジオで言い放った日本人女性のように、度胸さえあれば、英語は自然と口をついて出てくるものです。やがて毎日の練習の結果が、後から口をついて出てくるのはそんな遠い日のことではありません。

最後にもう一度だけ繰り返します。
英語は言葉です。言葉はコミュニケーションの手段です。コミュニケーションは自分の【意思を伝え】相手の【意思を理解する】ことです。いずれかが欠けても成立しません。

そのためには、相手の【意思を理解する】耳を作ること。これは【視聴覚一致】と【聴順直脳訳】が有効です。（ステップ1～6）

そして自分の【意思を相手に伝える】こと。
これには【音読】と【シャドーイング】（ステップ7～8）が必要です。そして間違いを気にしない、少しの度胸が有効です。



複製禁止
©IQ-Strategy All Rights Reserved.

以上の４つの練習、１）視聴覚一致　2）聴順直脳訳　3）音読　4）シャドーイングを効率よく毎日の練習で繰り返すこと。そして音源はナチュラルスピードの音声を使い、飽きないような日常会話を選ぶこと。これこそが効果的な英語上達法であり、忙しく真面目なあなたが、

① 短期間で
② 効率よく
③ 効果を実感できる英語上達法なのです。

この練習法で、あなたの英語力は飛躍的に高まっていくはずです。ぜひ日々の英語学習に取り入れてください。近い将来あなたも、「英語が話せた ！聴き取れた ！」の感動を味わえるはずです。

■今こそ英会話習得のチャンス

多くの人が英語を話せない理由は、学習法だけでなく心理的な壁にもあります。本レポートでは、なぜ英語が上達しないのか、スクールや教材で効果が出にくい理由を解説しました。そして、遠回りせずに話せるようになるための8つのステップと、日本人が抱えるメンタル面の課題についても触れました。このレポートがあなたの英語力向上に役立つことを願っています。

英語ができて当たり前の時代です。急速な国際化により、仕事でも英語力は不可欠です。企業ではTOEICスコアが昇進の条件になるなど、ビジネスで英語が必須のツールになっています。

しかし、あなたの忙しい日常には限られた時間しかありません。平日の仕事や週末の家族の時間で、自己啓発に費やせる時間は限られています。そのため、短時間で効率よく学び、成果を得ることが重要です。忙しいあなたが、限られた時間を最大限に活用し、効率的に英語を学んでいくために、次のポイントを意識して英語学習に取り組んでいただけたらと考えています。

① 短期間で　② 効率よく　③ 効果を実感する

このレポートをここまでお読み頂いたあなたのことです。きっと努力家で真面目な方であるはずです。だからこそ英語の出来ない悩みを気にされていることと思います。そのようなあなたなら、この効果的な練習法を実践することで必ず効率よく英語を習得できるはずです。

このレポートをご覧頂いたあなたは、既に効果的な英語上達のノウハウを身につけています。言語学博士をはじめとした、教授・講師陣が開発した英語上達法をご理解頂いているはずです。

あとは最初の一歩を踏み出すだけです。

英語習得は正しい方法さえ選べば、それほど難しい目標ではありません。このレポートを通じて、英語に対する意識が変わった今が、まさにあなたのチャンスです。この効果的な英会話習得法を実践し、今度こそ英語を身につけましょう。忙しいあなたにこそ、短期間で効率よく効果を実感しながら英語を習得して欲しい！

心からそう願って止みません。

上達のポイント：効果的に英会話を身に付けよう！

PR

短期間で効率よく英語を身に付ける

■英会話教材のご紹介

本書でお伝えした英会話学習法をそのまま教材化！
これなら英語が話せる！聴き取れる！「30日間英語脳育成プログラム」は、言語学博士が開発した、“聴けて話せる英語”を効率的に身につける英会話教材です。

本書で解説した英語上達理論に基づいた8ステップに沿って30日間取り組めば、短期間で効率よく英語が身に付きます。海外出張・TOEIC点数アップにも大変効果的です。

- 短期集中！30日間で英語基礎力が身につきます
- 受講者アンケートで91%が「2週間で英語がわかった！」と回答※
- 効果の高さから官公庁・大手企業・国立大学など100社以上が導入
- 言語学博士が開発し、大学教授陣が製作した信頼と実績
- Amazon 能力開発ソフト部門 ベストセラー1位（2026年11月25日時点）
- 圧倒的な低価格！1日あたり59円～／8日間安心体験※

「今度こそ英語を話せるようになりたい！」そんなあなたは、ぜひ以下のボタンを押して、本当に効果があるのか確かめてみてください。8日間安心体験※付きなので、まずはStory No.0で手応えを確かめてから決められます。

※2008年5～6月 受講者アンケート（無作為抽出）
※購入日を含む8日以内、Story No.0までのお試し範囲なら全額返金

●8日間安心体験（StoryNo.0まで）

教材を見てみる
今だけ３大特典付き

●今のあなたの英語力を無料診断



英会話上達研究会

英会話上達研究会ウェブサイト

モモスケ英会話

FACEBOOKページ

X（旧TWITTER）

8日間安心体験付きで申し込む