

# はじめに

## 本書のねらい

この本のねらいは、英語のリスニングの完全マスターです。

最終的には、日本語と同じように力を抜いていても英語をほぼ100%聞き取れ、何時間でも疲れを感じることなく聞き続けられる「英語耳（えいごみみ）」をつくることを目指します。

英語の技能は、1. 読む力、2. 聞く力、3. 話す力、4. 書く力、そして5. **語彙力**に分類できます。じつは、なかでもいちばん難しいのは、2番目の「聞く」です。留学経験者や TOEIC® のリスニングで満点を取れるような上級者でも、アメリカの映画やTVドラマを100%聞き取れる人はそんなに多くありません。

一方、英語を数年勉強した程度のフランス人に聞くと、「アメリカ映画を見ると、知らない単語はあるけれど、音自体は100%聞き取れる」と言います。多くの日本人は中学高校で6年、大学も入れれば8年も勉強しているのに、「知っている単語ばかりの英語でも聞き取れない」のが実情です。

この差はどこからくるのでしょうか？

**大きな原因は、日本語で使う音と英語で使う音があまりにもかけ離れていること**です。英語には、ぜんぶで43個の音があります（数え方によって若干変わります）。日本語とほぼ同じとっていい音は、そのうちの5~6個くらいです。つまり約9割の音は、日本人にはなじみがない音ということになります。日本人にとって、英語の聞き取りが難しいのはこのためです。

フランス語の音は英語の音と重なるものが多いので、さほど苦勞せず理解できるわけです（もちろん他にも、文法や語彙がよく似ているというアドバンテージもあります）。

## 知らない音は聞き取れない

我々の脳には、知らない音を聞いたとき、知っている音に無意識のうちに置き換えてしまう性質があります。日本人がよく知っている音は「かな＝カタカナ」です。つまり、**多くの日本人は、英語を聞いたときにカタカナに置き換えて聞いています**。知っている単語ばかりの英語でさえ聞き取れないのはこのためです（第1章「なぜ聞き取れないのか？」でくわしく解説します）。

**これを解消するためには、英語の正しい音を知る必要があります**。そのために本書の第2章～第5章の「発音バイエル」では、英語の正しい「発音」をていねいに練習します。やり方を間違えなければ、1カ月程度でひと通りの発音ができるようになり、2～3カ月程度でかなり上達します。この段階でネイティブスピーカー並の発音を身につけてしまう人もいるでしょう。とにかく、しばらくは毎日20～30分、時間をとって練習してみてください。

ここまでで、リスニングが格段に楽になることを実感できるはずです。正しい発音ができるようになると、英語を聞いたときに、話している人の口の形が頭に浮かぶようになります。自分の発音できる音（知っている音）が増えることで、聞き取りにも効果がでるのです。そして、聞き取りの力がつくと、発音をさらに改善することができます。このいい循環をつくり出せたら、もうこっちのものです。その後は、楽しみながら英語力が上がっていきます。

## リスニング力とは？

とはいえ発音練習だけでは、ニュースやドラマの英語を100%聞き取れるようにはなりません。そこで、英語の「リスニング力」について考えてみましょう。英語のリスニング力とは、以下の2つの力を総合したものです。

- ① 英語の「音」を聞き取る力
- ② 聞き取った英語の単語や文法を理解できる力

本書の第5章まででは、おもに①の内容を取り上げます。それができたら、②にあるように語彙と読解力がカギになります。

そのために第6章「生の英語を使った学習法“Parrot’s Law”」では、自分で選んだ短めの「生の英語」音声に関して、完全に理解できるという状態——つまり「英語耳」を獲得した状態を経験してもらおう手順を説明します（ここでまずは成功体験を得てください）。

さらに第7章「英文読書のすすめ」では、自分のレベルに応じた洋書を読むことを通じて語彙力や読解力を身につける方法を解説します。

英語を不自由なく聞き取れるようになるためには、発音やリスニングに加えて、このように語彙、イディオム、文法などを同時に学習していくことも必要なのです。

## 本書の対象読者

**本書が対象にする読者は、英語を学ぶすべての人です。**

初級者の方も心配することはありません。中学1年程度の英語力があれば、十分はじめることができます。正しい発音を最初に覚えると、その後の英語学習の効率はぐんと高まります。たとえば、新しい表現や単語に出会ったときに、最初から正しい発音で覚えることができるので、あとで音を聞いてもすぐにわかりますし、話しても通じます。また、くわしくは第7章に書きますが、英文を読むときにも効果があります。

ですから、学習の初期にこの本に出会ったあなたはとても幸運です。これから英語をはじめようという方は、まずは発音に力をいれてみてほしいと思います。

もちろん、上級者の方にもおすすめできます。とくにリスニングで行き詰まりを感じている人は、練習をかさねることでブレイクスルーを体験できるでしょう。あなたのこれまで蓄積した英語力を、もっと生かしてもっと使えるものにしませんか。

**年齢も問いません。正しい発音は、何歳からでも身につけることができ**

ます。たしかに若い方が有利な面はあるかもしれませんが、年齢を重ねた  
なりの知識や経験でカバーしてはいかがでしょうか。試行錯誤や自分なり  
の学習ペースの見つけ方に関しては、年長者は若者より有利な立場にある  
と思います。

本書は、全体を通じて学習者が英語を100%聞き取れる「英語耳」を手に入  
れるまでの道のりを示しています。英語の習得は継続が一番効きます。  
結局、語学の学習の秘訣は「**壮大な慣れ**」です。慣れさえすれば、誰でも  
習得できるのです。従来のような「お勉強」ではなく、自分の口を動かす  
「体育会系」の「練習」が使える英語を習得するためのカギです。

本書を通じて、自分なりの学習法を見つけて、楽しみながら英語に慣れて  
いただければ幸いです。

2004年9月 松澤 喜好

## 『英語耳 [改訂・新CD版]』について

初版発売から約6年が経ちました。その間に多くの学習者が『英語耳』の  
付録CDを使って「英語のリスニング」をマスターされています。本書の  
効果の高さは、ネット等にあふれている実体験者たちの言葉で保証されて  
いると思います。

今回の改訂では、私が開いてきた「英語耳セミナー」などにおける多く  
の英語耳ファンの方々との交流や指導経験を踏まえ、練習効果がさらに上  
がるように付録CDの内容やレッスン内容を発展させています。

また、現在では『英語耳』の続編シリーズとして、歌を使った楽しい入  
門編『英語耳ドリル [改訂版]』、発音の質をより高める『英語耳ボイトレ』、  
高い多読効果の出る“使える”英文集『マーフィーの法則 de 英語耳』が発  
売され、単語力を爆発的に増やしながらか英語耳を完璧にする『単語耳』全4  
巻も完成しています。本書ではそれらシリーズ全体の有機的な活用方法も  
ご紹介します。

2010年8月 松澤 喜好

# この本の使い方

まずは一度、本全体をざっと読んでください。細かなところは飛ばしてもかまいません。現在の自分のレベルがどのくらいで、目標がどこにあって、そこにたどりつくまで何が必要かを考えながら読みましょう。

以下では、各章の内容と使い方を説明します。

## 第1章 なぜ聞き取れないのか？

英語の学習において、「発音」が非常に重要なことを理解するための章です。1、2回じっくり読めば十分と思います。

## 第2章～第4章 発音バイエル 子音編・母音編・R編

この3つの章では、英語の単音の発音を徹底的に練習します。書いてある内容は2、3回読んで理解すればいいのですが、付録CDを使った練習は何度も繰り返して行なってください。第2章から第4章までの内容を付録CDで一気に練習すると、20分弱で終わるようになっていきます。最初は解説を読みながら少しずつかまいませんが、すべての音の発声方法がわかったら、あとは毎日通して練習してください。第2章では「子音」、第3章では「母音」、第4章では「Rの発音」を取り上げます。これらの章は、最終的には付録CDについての音読を100回以上は繰り返してほしいと思っています。

## 第5章 発音バイエル 音声変化編

この章では会話などで生じる、英語の音が結合、変化、消音する感覚を覚えます。このような「変化する音」は、単体の音をしっかり練習したあとに学ぶと、非常に楽に覚えられます。この章の内容も、最終的には100回程度は繰り返してほしいと考えています。

## 第6章 生の英語を使った学習法 “Parrot’s Law”

この章では、歌や会話などの生の英語素材を使った学習法「パロツツロー」という練習方法を紹介します。ここまでで学んだ単音の発音を、運用レベルで使えるように有機的に結びつけるのがねらいです。多くの回数を繰り返して、英語の音を身体にしみ込ませると、そのあとは加速度的に学習が進むようになります。Parrot’s Lawは、好きな曲や会話を自由に選んで教材にできます。iPodなどの携帯機器に録音して同じものを繰り返し練習すれば良いのです。そのため、楽しく続けられるのも重要なポイントです。

この章の終わりには、「特別講義」としてアメリカの有名な歌「Amazing Grace」の朗読をCDに収録しました。音ごとに集中して練習できるように、強調する音を変えつつ音声を取録しています。トラック99にはプロの歌手によるアカペラの歌声も収録しましたので、ぜひ一緒に歌ってもみてください。

## 第7章 英文読書のすすめ

映画やドラマの英語を100%聞き取れるようになるためには、「語彙力」と「読解力」が必要です。ペーパーバックを読むことで、楽しみながらもちらも一度に体得しようというのがこの章の内容です。ただし、挫折率も高いのがここです。どのように辞書を活用するか、どんな本を選べばいいのかや、おすすめ本のリストなど、あなたが「洋書読み」になるために役立つ情報を紹介します。

### 挫折せずに続けるためのアドバイス

第2章～第5章までの練習は、根気のある人でも10回ぐらい繰り返すと飽きてくると思います。そのときは、第6章に進んでください。実際に取り組んでみると、子音や母音の発音をもう一度見直す必要性を感じると思います。そのときはじめて前（第2章～第5章）に戻って、第6章と並行して練習を続けられればいいと思います。

## 第1章

# なぜ聞き取れないのか？

「はじめに」で書いたように、英語を聞き取れない理由は、英語の音をカタカナに置き換えて聞いてしまうからです。とはいえ、まだ納得いかない人も多いと思います。もう少しくわしく見ていきましょう。

## 知らない音は知っている音に置き換わる

有名な童謡「赤い靴<sup>くつ</sup>」には、「異人さんに連れられて」という歌詞があります。私は子供のころ、これを「いい爺<sup>じい</sup>さんに連れられて」と勘違いして聞いていました。「異人さん」という言葉を知らなくて、「いい爺さん」という知っている言葉に置き換えて聞いてしまったのです。

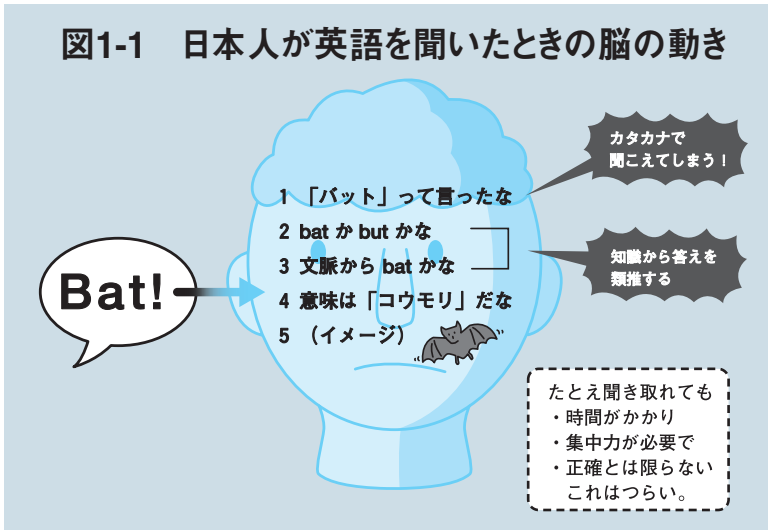
このようにわれわれの脳は、知らない言葉を知っている言葉に勝手に置き換えてしまう性質をもっています。

もうひとつ例をあげましょう。「タモリ倶楽部」という深夜番組の、「空耳アワー」というコーナーをご存じでしょうか。洋楽の歌詞から、日本語のように聞こえる箇所を見つけて楽しむという内容のコーナーです。

番組中では、画面の下に説明のための日本語が表示されます。不思議なことにその日本語の文字を見ると、どうしてもその音にしか聞こえなくなってしまう。この例は、日本人が英語を聞き取れない理由をよく示していると思います。

じつは、われわれが英語を聞いたときには、これと同じ現象が起こっています。次ページに英語を聞いたときの日本人の脳の動きを図解しました。

図1-1 日本人が英語を聞いたときの脳の動き



図のように、日本人の頭の中では、聞いた英語がいったんカタカナに置き換えられます。

bat [bæt]という音が、カタカナの「バット」に置き換えられ、bat や but などの知っている単語からうまく当てはまるものを選びようとします。その際には、日本語で覚えている単語の意味も記憶から探します。そして最後に、イメージにたどり着くのです。

このやり方では、時間がかかってしまうのはおわかりいただけるでしょう。ナチュラルスピードの英語に、すぐについていけないのはこのためです。しかも複雑な作業ですので、かなりの集中力も要求されます。

こんなことになってしまう理由は、日本人が英語の正しい発音を知らないためです。正しい音を知らないので、カタカナで代用するしかない状態になってしまっています。

これだけで、正しい音を知ることでもリスニングが格段に楽になることを理解できるはずですが、正しい発音ができるようになると、音を聞いたときにも発音するときの口の形が頭に浮かぶようになります。



## 発音ができるとリスニングができる

本書では、下の図1-2のような状態を目指します。



これはネイティブ（その言語を母国語とする人）と同じ英語の聞き方です。日本語は一切介さずに、英語とイメージが直結しています。英語を聞いてもそのまま理解でき、なんのストレスもありません。力を抜いて聞いていても、しっかり中身が聞き取れます。

こうなるための方法として、本書では「発音のマスター」を提案します。**自分の口から出せる音は、容易に聞き取ることができるからです。**

ところで、それとは逆の「リスニングができれば発音もできる」という意見を聞いたことがある人もいないのでしょうか。じつはこれも間違いではありません。発音とリスニングは相互に関係しあっています。

本書が発音から先に学ぶ方法を採用しているのは、単にその順番で学習したほうが効率がいいためです。その理由を一言で言うと、「**自分でやってみるとよくわかる**」ということにつきます。

スポーツを例に考えてみてください。自分で実際にやったことのあるものは、観戦の際に細かなところまでよくわかります。見ているだけで、プレイヤーのひとつひとつの動作の意味や、次にやるべき動きのような深い部分まで理解できると思います。

その逆に、もっぱら観戦だけしてきたスポーツを、実際にプレーしてみるとうまくできるでしょうか？ よほど才能のある人にはできるのかもしれませんが、普通は難しいでしょう。まさに「見るとやるとでは大違い」なのです。

**英語の発音も、口の筋肉を使った「運動」のひとつといえます。**最終的に観戦する（聞く）のが目的だとしても、自分で実際にプレイ（発音）してみるのが習得の近道になるのです。その逆に、ひたすら観戦する（聞く）だけでは、実践（発音）も深い部分にまで至る観戦力（聞く力）もなかなか上達しないのです。

正しい発音ができるようになると、その音を聞いたときにすぐに判別できるようになります。**なぜかという、英語を聞いたときにその音の口の形が頭に浮かぶようになるためです。**結果として、リスニング力が向上します。

余談ですが、発音はあまり良くないけれどリスニング力はあるという人もいます。その人は図1-1の作業を、頭の中で超高速にやっているのだと思います。その証拠に、気力があって集中しているときにしか聞き取りの力を発揮できないはずで

## 「素振り」のように反復練習

では、どうしたら正しい発音を身につけることができるのでしょうか。

上にも書きましたが、発音は勉強というよりもスポーツに近いと考えてください。たとえばテニスや野球では、スイングの「型」があります。これは、練習を繰り返すことで身につけることができるものです。

同じように、**まずは英語の発音の「型」を身につけることが重要**です。英語の発音は、日本語とはかなり違います。全部違うといってもオーバー