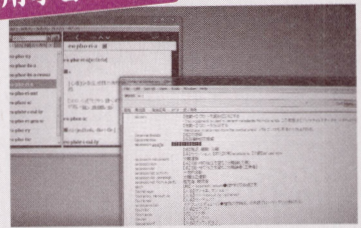




河野太一

Profile こうのたいち：河野塾代表。Seattle Central Community College 卒業。TOEIC、大学受験指導を経て、大手留学準備校でTOEFL・GMAT 講師を務める。独立後は河野塾で英語資格などを指導するほか、企業研修にも力を入れている。著書に、『必ず聞き取れる新TOEFL テストリスニング』（アルク刊）など。



愛用の辞書はこれ。PCでは『ランダムハウス英語辞典 CD-ROM 版』（小学館刊）、『英辞郎 CD-ROM 版』（アルク刊）、iPhoneでは『ウィズダム英和・和英辞典』（三省堂/物書堂）のアプリを使用。

声出し練習がリスニングの鍵

リスニングの学習法という、一般的には「多く聞くこと」が重要だと考えられていると思いますが、私は自身の体験から、むしろ「声を出すこと」が重要だと考えています。

私は20代後半になってから、ある発音専門の学校に通って、発音の学習を始めました。ところが先に効果が現れたのは、発音ではなく、リスニングの方でした。これまで聞き取れなかった音が、細かいところま

で聞き取れるようになったのです。

当時の私のリスニング力は、実のところ、ポキャブラリー頼りでした。部分的に聞こえる単語や熟語から推測するだけで、内容をしっかり聞き取っていたわけではなかったのです。それが発音の学習後、聞こえる音が増え、理解できる部分が増えたのです。発音がリスニング力アップにつながるなんて、驚きましたね。

暗唱と音読で長文の聞き取りが可能に

しかしその後、私はまた壁にぶつ

かります。TOEICのPart 4やTOEFLなどに出てくる長文のリスニングが、依然として苦手だということに気付いたのです。音はよく聞こえるようにはなりましたが、聞き取れる単語の数が増えただけで、文意を把握する力に欠けていたのですね。

どうすれば長い文を聞き取れるのかと、いろいろな学習法を模索するうちに、偶然、ある方法にたどり着きました。それは「暗唱」と「音読」です。当時、私は留学準備校で英語を教えていたのですが、テキストを暗記していれば、毎回、授業の準備

リスニングを極める

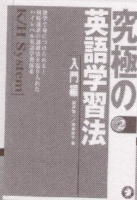
英語の“細部”まで聞き取るには、「暗唱」と「音読」が結局は近道!

長い試行錯誤の末に、やっと英語の“細部”まで聞き取れるようになったという河野太一さんに、その学習方法を詳しく教えてください。

Step 1

シャドーイング

音声に重きを置く学習法。発音の基礎を学んだ後、ネイティブスピーカーの発音に続いて音を口に出すことで、実際の発音を体に刷り込んでいく。「究極の英語学習法 K/H システム」シリーズ（アルク刊）などで基本的なやり方を学んだ後、TOEFL や TOEIC 教材、英会話本などを使って徹底的にシャドーイングをする。



Step 2

暗唱

意味を理解する力を鍛えるための学習法。文の構造を理解した上で、目をつぶっても英文を言えるまで訓練を繰り返すことで、英語を文頭から理解する力を養う。例えば、This is the camera that my father bought yesterday. なら、「これがカメラです/それを/私の父が買った/昨日」と英語の語順で理解し、文字を見ずに言えるようになるまで、繰り返して口に出す。

Step 3

音読

音声と意味の両面を組み合わせた学習法。自分の発音に注意しながら、「空音読（意味を考えず、声を出しだけの音読）」にならないよう、意味もしっかり意識して文章を読む。すると、音と意味が自分の中で結び付いていく。スピードをゆっくりにするれば、より意味を考える余裕ができ、早口で読めば、速い音声を聞き取るための練習にもなる。

河野流リスニング学習法

シャドーイングは、聞いた音声を2、3秒遅れて声に出してまねる発話練習法。口を動かすことが聞き取りのカギになります。

をする必要がなくなる、という不純な動機から(笑)、テキストを何度も声に出して読み、ついには覚えてしまうことにしたのです。つまり暗唱と音読を繰り返したわけです。その後 TOEFL を受けてビックリ。長い文でも頭にスッと入り、内容も理解できるようになっていたのです。

発音練習も継続

一方で、「暗唱」「音読」だけでは自己流の発音になってしまうので、正しい発音を身に付けるために、シャドーイングも並行して行いました。こうして私は、(1) シャドー

イング、(2) 暗唱、(3) 音読の3つを組み合わせる学習法に、たどり着いたのです。

リスニングは一瞬で流れ去ってしまう音声をとらえ、意味を把握しなければならぬので、リーディングよりもっと深いレベルで英語を体に染みこませる必要がある、と気付きました。発音を学び、シャドーイングをやって「音声把握力」を鍛える。暗唱と音読で英文の組み立てを体にたたき込んで、「意味把握力」を鍛える。こうして声を出して練習することが、リスニング力向上への最短の道だと、私は信じています。

リスニング力を鍛える
スキマ時間活用術

平日5分あれば……

通勤電車の中での5分であれば、イヤホンで音声を聞きながら、声を出さずに「脳内シャドーイング」。頭の中で声を出すイメージで「脳内音読」も可。『NHK ラジオビジネス英会話 高橋修三ヘッドハントされる』(NHK 出版 刊) は、各音声 が1分程度なのでお薦め。

平日30分あれば……

1分程度の素材を、「シャドーイング→暗唱→音読」の順にトレーニングする。拙著『必ず聞き取れる 新 TOEFL テストリスニング』(アルク 刊) などを使うと便利。

週末2〜3時間あれば……

海外ドラマや映画を、「日本語字幕→英語字幕→字幕なし」の順で繰り返し見る。字幕なしで90%理解できるようになるのが目標。口語のリスニング訓練になる。