

## 【研究ノート】

# どうすれば英語が身につくのか

—— 英語を学習する高校生向けの話 ——

渡 部 友 子

### 0. はじめに

本稿は、筆者が県内外の高校の依頼を受けて行っている出張講義の内容をまとめたものである。講義では、効果が期待できる学習法を具体的に提案することを目的とするが、それに至る過程で、脳科学や言語習得に関する研究知見を紹介する。それは、なぜその方法がよいのかを理解してもらうためである。例えば、音読は伝統的に教室で行われている活動であるが、軽んじられがちな活動でもある。それは、なぜ音読をすべきかを教員自身が理解しておらず、生徒に説明することができないからであろう。「なぜ」の理解は取り組む意欲を左右する。本講義では、「なぜ」を理解することで、生徒の英語学習への意欲を高めることを主眼とする。

筆者が高校生向けの出張講義の内容を文章化することにした背景には、大学人としての危機意識がある。それは、日本の研究者が一般読者向けの入門書や概説書を書くのがあまり上手ではない、つまり専門的な内容を、「普通の」言葉でわかりやすく説明することができていない、ということである。

筆者が本学の言語文化学科で開講している「英文法」や「言語習得論」では、日本語で書かれた読みやすい概説書が未だ見つからず、いずれの講義も英語の教科書をベースに行っている。本稿の題材について言えば、昨年刊行された門田（2014）は、表紙に「外国語学習の成功に導く秘訣を最新の科学的理論に基づいてわかりやすく解説」と唱っているが、中身は決してわかりやすく書かれていない。例えば、第2章の「私たちの記憶システムの概要」を説明した箇所は、以下のような記述になっている（門田2014：40-41からの引用）。

学習システムでは、下記の図1における符号化(coding)、貯蔵(storage)、検索(retrieval)という3つの情報処理機能を備えた仕組みが稼働していると考えられます。

<図1省略>

まず、符号化とは、言語などのインプット刺激を、心内で処理可能な形式に変換する

ことです。これには、インプットの様式に応じて、次の3つがあります。

(1) 視覚符号化 (visual coding) : 視覚提示語などの刺激を処理し、視覚表象を形成すること

これは例えば、'right' 'night' など語を見て、それがどのような文字からできているかを頭の中に表示することです。この結果得られるのが文字列から成る「視覚表象 (graphic representation)」です。特に英単語の視覚表象は、「正書法表象 (orthographic representation)」と呼ばれることもあります。

<(2) 以下省略>

この記述は、私たちが本に書かれた英語を読む時に、頭の中で何が起こるかを説明している。知っている者からすれば、それほど難しいことは言っていないのだが、上の説明は専門用語を多く使用しているため、この分野の研究知識がない者には理解できないだろう。まず冒頭の「符号化」は明らかに専門用語で、門田はその意味を説明しようとしているが、それ以外の「刺激」「心内」「視覚提示語」「文字列」「表象」なども、この分野の準専門用語である。これらが説明なしに使用され、これらを用いて「符号化」の意味が説明されているため、上記の説明は難解なものになっている。

門田氏は実は、この分野の研究で多くの実績を上げており、筆者自身も氏の研究を出張講義や学内講義で引用している (門田 2002 など)。しかし一般読者を想定しているはずの門田 (2014) の著書は、残念ながら一般読者にわかる説明になっているとは言いがたい。上記引用では、難しい内容を、難しいまま読者に渡してしまっているのである<sup>1</sup>。

専門分野での研究で高い評価を受け、かつその成果をわかりやすく伝えることができる研究者は、日本では少ないように思われる。研究者と一般人の間の橋渡しをする第三者が必要である。筆者は「言語習得論」の講義において、受講生から「扱う内容は難しいが、先生の説明はわかる」というコメントをもらうことがある。種々の研究成果の意味を理解し、それを生徒・学生に伝えることが、大学人としての筆者の役割ではないかと最近考え始めている。本稿の執筆は、その第一歩である。

執筆に当たっては、言語習得に関して一般向け良書を書いた白井 (2004) にならい、わかりやすさを最も重視する。具体的には、専門用語をなるべく使わないことを心がけ、「身近な具体例を多用し、細部にわたっては、複雑な問題を多少単純化」する (白井 2004, p. 116)。単純化の方針は、知識すべてを正確に伝えたいと考えがちな専門家には受け入れがたいかもしれない。しかしすべてを伝えようとする、結果的に読者の理解できる範囲を超え

<sup>1</sup> 本書全体が例示した調子で書かれているわけではない。例えば、序章は比較的わかりやすく書かれている。氏が精力的に研究している分野の方がわかりにくい説明になっていることは、皮肉でもある。

てしまいやすいことは、門田（2014）の例にも見られる。食事の比喩を使えば、固いもの、大きいものをそのまま与えて喉に詰まらせたり、吐き出したりしないように、小さく噛み砕いて与え、飲み込んでもらうことを意識したい。

## 1. ことばを使う時、私たちは体を使っている

学校で習う科目のなかで、英語は「文系科目」にくくられることが多いですね。確かに、座って英語を勉強している時、体を使っているイメージはないかも知れません。しかしそれは、意識をしていないだけです。

私たちが日常使うことばは、話し言葉と書き言葉に分かれます。話し言葉は、音声を介してやりとりされます。相手の言っていることを理解しようとする時には耳を使い、自分が言いたいことは口を動かして伝えられます。一方書き言葉は、文字を介してやりとりされます。書かれたものを理解しようとする時、私たちは目から情報を取り込みます。書いて相手に何かを伝える時には、手を動かして文字を書きます。さらに、ことばによる情報伝達すべてに関わるのが脳です。私たちは、脳に蓄積された単語や文法、そして世の中についての様々な知識を使って、ことばを組み立てたり理解したりしているのです。

このように考えると、ことばでのやりとりはかなり身体的な作業だとわかります。普段ことばを使っている時に、体を使っているという意識が強くないのは、すでにこれらの作業が楽にできるようになっているからです。（これは、後から述べる「自動化」という現象です。）

## 2. 脳とことばの関係

さて、少し脳の話をしてみたい。人間の脳は高機能です。効率的にいろいろなことができるように、様々な領域に分かれていて、それぞれの領域が分業と連携をしています。ことばを専門に扱う領域は、ブローカ野とウェルニッケ野（どちらも発見者の名前）です。ブローカ野はことばを発する時、ウェルニッケ野はことばを理解する時に使います。人間がことばを話し始めたのは約20万年前だとされています。長い年月をかけて脳が進化し、専門領域ができたおかげで、私たちは楽に話し言葉を操ることができるのです。

一方、書き言葉はどうでしょうか。人間は言葉を記録して残すために文字を発明しました。メソポタミア文明など、古代文明で文字が使用されていたことがわかっています。しかし古代文明といえども数千年前で、話し言葉の歴史と比べると数段に浅いと言えます。加えて、古代から中世に至るまで、文字を使うことができた人はごく少数の特権階級でした。文字が

一般に広く使われるようになったのは産業革命以降(18世紀以降)だと言われています(NHKスペシャル2008年10月放送「病の起源4:読字障害」より)。つまり、私たちが文字の読み書きをするようになってから、まだ数百年しか経っていないということです。

日本の話をしましょう。時代劇では、街角で瓦版(今の新聞に相当)を買って長屋に戻り、字が読める人の所へ言って読み聞かせてもらう、というような場面が出てきます。江戸時代に読み書きができた庶民は少なかったと思われます。その状態が明治時代に入ってもしばらく続いたであろうことは、次の新聞記事を見ても想像できます。

歳々年々同じからぬ亡魂祭る鼠尾花の、露と消えにし産婦が思ひは、送り火の雉子蠟燭立ての夜の露。跡に残りし最愛児に、ひかれて迷う箒木の、有るか無きかに躰われて、さめざめと泣きて云えるよう。汝等二人が薄命なる、佇しき爺子の手一つに育てらるれば、萬の事に不自由がちにぞあらぬべし。乳呑の妹は吾儒が伴い育てあげんと抱きしめし姿は佛壇の土器の香の煙と消失ぬ。

(明治時代初期『東京日々新聞』第101号より)

この記事を見てわかることは、当時の書き言葉は話し言葉とは大きく違っていた、つまり、これを声に出して読んでもらったとしても、聞いて理解することができなかったかも知れない、ということです。中央政府が言文一致政策、つまり書き言葉を話し言葉に近づけようという方針を取るまでは、書き言葉は一般庶民にとっては遠い存在だったと思われます。

今でこそ日本は識字率が高く、ほとんどの人が文字の読み書きをしますが、書き言葉が普及し始めてからまだ300年経っていないのです。ですから、私たちの脳は書き言葉を専門に扱う領域をまだ作っていません。文字を目にした時、脳はまず視覚領域(これはブローカ野やウェルニッケ野とは別の場所にあります)を作動させます。そこで文字の形を視覚的に認識し、それを音声に変換してブローカ野やウェルニッケ野に送る、というような、効率の悪い作業をしているのです。

### 3. 脳はどのようにことばを処理するのか

もう少し脳の話の続けます。話し言葉は耳から、書き言葉は目から最初に入ってきます。私たちはその言葉を次々に記憶と照らし合わせて意味を理解しています。

記憶には、すぐに消えてしまうものと、長期間消えない記憶があります。半永久的に消えない記憶は長期記憶と呼ばれます。私たちが知っている膨大な数の単語の意味は、長期記憶として保持されています。一方、耳や目から入ってきたものの記憶は、長く続きません。音

の記憶は4秒、見たものの記憶は1秒で消えてしまいます（門田2002）。つまり、聞いた音をそのまま覚えておけるのは4秒、見たものの形状を写真のように記憶しておけるのは1秒だけだということです。視覚記憶が一瞬で消えることに特に注目してください<sup>2</sup>。

さて、話し言葉や書き言葉の意味を理解するには、記憶との照らし合わせが必要だと先ほど言いました。しかし、目や耳から入ってくる情報がすぐに消えてしまうとしたら、どうやって照らし合わせているのでしょうか。

それにはまず、入って来た情報をつかまえる必要があります。見たものの形状記憶は1秒で消えますから、文字はまず音に変換する必要があります。音に変換すれば4秒記憶が持続するからです。しかし4秒でも「この言葉の意味は？」と長期記憶に探しに行くには時間が足りません。

この時に使われるのが短期記憶です。記憶を保持しつつ、照らし合わせなどの作業をするので、作業記憶、あるいはワーキングメモリとも呼ばれます<sup>3</sup>。短期記憶は15秒程度保持されますが、その後は消えてしまいます（門田2002、門田2014）。それより長く覚えておくためには、繰り返しが必要です。

短期記憶が具体的にどう働くかは、次の例でわかります。皆さんは「はじめてのおつかい」というテレビ番組を見たことがあるでしょうか。小さな子が近所のお店まで行って、言われた通りの商品を買って来る、という設定です。まだ読み書きができない子はメモを使うことができないので、買うものを忘れないように、例えば「のしぶくろ」と繰り返し言いながら店に歩いて行きます。これが、短期記憶を長く維持するための繰り返しです。しかし店に行く途中で、例えば怖い犬に出会って動揺し、繰り返しが途切れると、何をかうのだったかを忘れてしまうことがあります。短期記憶が消えるのです。「にんじん」など、その子が意味（オレンジ色の野菜）を知っている語であれば、意味記憶から言葉を思い出すことができます。しかし「のしぶくろ」が何なのかを知らなければ、音だけで短期記憶に保持しなければなりません。この場合、繰り返しが途切れると記憶から消えてしまうのです。

短期記憶のもう一つの特徴は、容量が限られていることです。つまり一度に書き込める量は決まっていて、耳や目から入る単語を大量にここに溜めることはできないのです。一度に保持できる情報量は7項目±2（多少個人差がある）と言われていています（門田2002）。先ほどの子どものおつかいの例で言えば、買うものが「のしぶくろ」だけなら大丈夫ですが、その他に「かんでんち」も「ごみぶくろ」も買ってくるよう言われた場合、短期記憶に入りき

---

<sup>2</sup> 見たもの（景色など）を長く記憶していることはありうるが、その場合は全体像のみが記憶されている。細部の正確な記憶は持続しない。

<sup>3</sup> もっとわかりやすい「脳のメモ帳」という言い方もある（荻原2002）。

らなくなり、店に行くまでに全部は覚えておけないかも知れません。もしこの3つの物品が何か知っていれば、情報量として3項目扱いなので問題ありません。しかし、何か知らない場合は、意味がわからないまま音の連鎖を記憶しなければなりません。「のしぶくろ」「かんでんち」だけで10音なので、短期記憶の容量を超えるのです。

ちなみに、現在日本を含む多くの国で使用されている電話番号は、市外番号を除いて7～8桁に設定されていますが、このことは偶然ではないと思われまます。短期記憶の容量の上限が7であることは、電話番号の桁数と関係していると言われます。電話番号は無意味な数字の羅列です。ですから、誰かの電話番号を覚えてもらう時、耳で聞いて書き取るまでの間、短期記憶に数字を音の通り保持しなければなりません（例えば「ゼロニーニー、ナナナナサンノ…」）。桁数が多くなると、短期記憶に一度に収まらなくなり不便なのです。また、電話番号を長く記憶に残すために、語呂合わせをすることがよくあります（例えば、117-117を「イイナイイナ」とか）が、これは無意味な数字列に意味を与える行為です。意味のない言葉を長く記憶するのはそれだけ難しい、ということなのです。

#### 4. 文章を読む時の音声の役割

さて、文章を読む時に脳で何が起こるかの話に移ります。まず、単語レベルの話からスタートします。先に述べた「目で見たものの記憶は一瞬で消えるが、音声の記憶は数秒持続する」ということを思い出してください。

例えば教科書に psychology という初めて見る単語が出てきたとします。この語の意味を辞書で調べるために、つづりを短期記憶に保持しなければなりません。この時私たちは、一文字ずつ「ピー、エス、ワイ、シー…」と読むか、あるいは単語全体に「プシチョロジー」と仮の音（正しい発音は「サイコロジー」ですが）をつけるか、いずれかの方法で音声に変換します。それが短期記憶に保持される間に辞書を引いて、その単語を見つけるのです。音に変換せずに、10文字の単語を丸ごと視覚だけで記憶するのは困難ですから、その場合は、最初の数文字を見て辞書に行き、次の数文字を見てまた辞書へ、という具合に、教科書と辞書の間を何度も往復することになるでしょう。（実はこれをやっている学生を時々見かけます。）音声を介在させないことは、とても効率の悪いことなのです。

音声は、実は長期記憶にも深く関わっています。私たちが単語を思い出そうとする時、音で記憶を検索する方が、文字で検索するよりも早く、しかも正確だと言われます。経験的にも、漢字の記憶があやふやになることはよくありますが、音の記憶が薄れることは少ない



でしょう<sup>4</sup>。

音での検索の方が文字での検索よりも速いことは、門田の実験で示されています（1998年の実験：門田 2002 に収録）。英語を学ぶ日本人学生 36 人に対し、単語をペアでいくつも提示し、3 種類の判断をしてもらいました。品詞が同じか（例えば read と forget は両方動詞なので「同じ」）、意味が同じか（例えば author と writer は「同じ」）、発音が同じか（例えば wait と weight は「同じ」）の 3 種類です。被験者は画面に提示される単語のペアを見て、同じか違うかを左右のボタンを押して解答します。

ただし、単語を見た時に音声に変換できないようにするため、半数の被験者には、無意味な数字列（例えば 3294265）を記憶しておくように指示します。数字を忘れないようにするためには、その数字を頭の中で言い続けて短期記憶に保持しなければなりません。そうすると、実験で英単語を見た時に音声変換できなくなります。短期記憶が数字の情報で満杯になっているからです。この場合、英単語を文字だけで長期記憶から探し出し、上の 3 種類の判断をしなければなりません。これが数字を記憶させるねらいです。

実験では、単語が提示されてからボタンを押すまでの反応時間が測定されました。数字を記憶させられた群とそうでない群の間に、大きな反応時間の差が出たのは、発音の判断でした。単語を頭の中で音声変換できる「通常の」状態では、反応時間が短い順、つまり判断が速い順に並べると、発音、意味、品詞の順になります。（ちなみに音の平均反応時間は 2 秒、意味は 2.3 秒、品詞は 2.6 秒です。）ところが数字を記憶させられた人たちは、音の判断が遅れ、むしろ意味の判断よりも時間がかかるくらい後退しました。一方、意味の判断の速度は、数字なしの群と同じ程度の速度を維持し、品詞の判断は数字なしの群よりやや遅れたものの、大きな差にはなりませんでした。

この実験が意味することは、記憶検索における音声の重要性です。判断速度の順序からは、「この単語の意味は何だっけ？」という時に、私たちはまず発音で検索し、それから意味を検索する、ということがわかります。品詞にたどり着くのはさらにその後です。そして、もし検索の際の音声入力に封じられた場合、文字から意味を検索し、そこから発音の記憶を引き出すことになるので、判断が遅くなるのです。

しかし、ここで疑問が生まれます。音声変換できないと発音の判断が遅れましたが、意味の判断は遅れませんでした。ということは、音声変換しなくても意味だけは理解できる、と

---

<sup>4</sup> 例外はもちろんある。例えば医療機関の診療科目に「泌尿器科」というのがあるが、筆者は先日この語を思い出す際に、「りにょうひか？ ひにょうりか？」と混乱し、漢字を思い出すことで「ひにょうきか」にたどり着いた。「泌尿」と「利尿」は発音と意味が近いので、検索時に混線しやすいのだと思われる。同じく「航空」と「空港」も筆者がよく言い間違える語で、漢字による混線解除を要する。

いうことではないでしょうか。

この疑問の答えとなる実験を、門田は行っています（1984年の実験：門田 2002 に収録）。英語を学ぶ日本人 138 人を 2 群に分け、約 160 語の英文テキストを黙読してもらった実験です。一方の群は普通に黙読しましたが、もう一方の群は、数字の 1~5 を日本語で繰り返し小声で言いながら、英文を黙読しました。数字を言わせるのは、英文を頭の中で音声化しにくいようにするためです。

黙読終了後、読んだ内容を理解できたかを確認するテストを行ったところ、数字を言わされた群の英文理解度が低下していました。このことから、読んでいる文を音声化できないと意味をうまく理解できない、ということが言えます。

ここでまた、別の疑問をもつかも知れません。英語ではそうだとすると、日本語では違う結果になるのではないかと。なぜなら、英語のアルファベットは表音文字ですが、日本語には表音文字の他に表意文字もあるからです。ひらがなとカタカナは、英語のアルファベットと同じく、音しか表していません。しかし漢字は、どういう発音になるかとは別に、それ自体が意味をもつ表意文字です。よって漢字は、音声変換しなくても、見ただけで意味が理解できるのではないかと、とも考えられるわけです。

この疑問の答えとなる実験も、門田は行っています（1987年の実験：門田 2002 に収録）。短大 1 年生 142 名に、今度は日本語文を黙読してもらった実験です。日本語文は、漢字とかなを混ぜて普通に書かれたものと、かなだけで書かれた特殊なものを準備しました。そしてそのどちらかを、普通に黙読する群と、数字を言いながら黙読する群に分かれて読んでもらい、最後に理解度テストを実施しました。

理解度を比較したところ、普通の黙読群は、かなだけの文章の理解度が下がりました。漢字がない文章はそもそも読みにくいため、これは当然の結果です。しかし興味深いのは数字を言いながら黙読した群の結果です。漢字が混じっていてもいなくても、理解度が同程度だったのです。このことから、私たちは漢字を読む時にも、音声化して理解している、ということが言えます。つまり、漢字は見ただけで意味がわかると考えるのは間違いなのです。

以上のことから、私たちが文字を読んで理解し、記憶し、その記憶を思い出すには、音声の助けが必要だと言えます。

## 5. 英語が「自動化」すれば、楽に処理できるようになる

皆さんの中には、英語の聞き取りや読解が楽にできる、という状態の人は少ないと思います。それは、皆さんの脳のコンピュータが、まだ英語をサクサクと処理できていないからです。



これには短期記憶が関係しています。

先ほど述べたように、短期記憶は、入力情報を保持しながら長期記憶と照らし合わせを行う作業場です。この作業場の容量は限られていて、一度に7項目程度しか入れられません。もしこの容量を超える情報が入ってきた時には、処理速度の低下、古い情報の破棄、入力の一時的遮断などの障害が出ます。これは、メモリ容量の小さいコンピュータで、重いアプリケーションを走らせた時に起こることと類似しています。コンピュータならメモリを増設して動作を改善することが可能ですが、残念なことに、人間の短期記憶容量は訓練で大きくすることができないようです。

しかし容量を大きくしなくても、動作効率を上げることは可能です。なぜなら、1項目のサイズは大きくできるからです。例えば、以下の英文を聞いたとします。

I don't know what you are talking about.

これを一語ごと切ってつかまえた場合8語、つまり8項目になります。その場合「I = 私、don't は否定、know = 知ってる、…」という具合になって、この一文の意味を考えるだけで短期記憶は満杯になり、次の文が聞こえて来ても対応できません。しかし「I don't know = 知らない、what = 何、you are talking about = 話している (のか)」という具合に、数語をまとめて理解できれば、3項目で済みますから、次の文を聞き取る余裕ができます。このように、まとめて処理できる量を増やすことができれば、短期記憶の動作効率を上げることができるのです。このようなまとめ処理には、語と語の関係性（つまり文法）を、あまり考えずに理解できることが必要です。このことを、文法解析の自動化と言います。

自動化は語学に限定した現象ではなく、何かしらの動作を覚える時によく起こります。例えば、携帯電話やスマートフォンを初めて手にした時、あるいは機種変更した時を思い出してください。最初は手順を一つ一つ思い出しながら操作したはずですが、しかし毎日使う人は、同じ動作を繰り返し行なうため、そのうち特に意識することなく、かなりのスピードで指を動かせるようになります。これが、動作が自動化した状態です。英語が「身につく」とは、英語という言語の処理が自動化すること、つまり、あまり頑張らなくても理解できる、あるいは言葉が出てくることなのです。

## 6. どのような学習が英語の自動化を助けるのか

英語の自動化の鍵を握るのは、音声とスピードです。皆さんは英語で書かれた文を読む時、まず黙読することが多いのではないかと思います。黙読とは、音声を聞かず、声も出さずに読むことです。先に述べたように、黙読でも頭の中で声が出ていますが、それはあくまで自

己流です。英語が苦手な人は、まず一語一語を読むスピードが遅いし、目にした語の発音がわからなければ飛ばすでしょうし、発音が間違っても気づきません。この状態では、いくら黙読を続けても自動化は進みません。

このような学習者に対しては、音声支援のあるリーディングが有効だと言われています。つまり、先生の音読やCDを聞きながら、その英文を目で追って行くのです。単語の発音は音声で与えられますから、頭の中で文字と音声結びやすくなります。そして音声のスピードにつられて、処理速度が上がるのです<sup>5</sup>。

音声支援の効果は、鈴木（1991：河野ほか編2007に収録）が日本人英語学習者で実験的に検証しています。鈴木は高校3年生の3クラスに対し、異なる方法で9ヶ月間の速読指導を行いました。英文を速く読めるようになることを目標にしたのは同じですが、クラス1は黙読のみ、クラス2は音声を聞きながら黙読、クラス3は、音声を聞きながら黙読し、さらに聞き取り練習も行ないました。9ヶ月後、3クラスの読解力（読む速度と理解度を総合的に評価したスコア）を比較したところ、音声支援がなかったクラスの得点が、あった2クラスを大きく下回りました。このことから、音声支援があった方が、読解力が伸びると言えそうです。なぜそうなるのでしょうか。鈴木は、音声を聞きながら読むことで戻り読みをしなくなり、意味のまとまりごとに理解できるようになるからではないか、と推測しています。

聞きながら読むだけでなく、自分でも声を出すとさらに効果が上がることが、倉本・松本（2001：河野ほか編2007に収録）で示されています。この実験では大学生を3群に分け、異なる方法で4ヶ月指導しました。聞きながら読んだことは3群とも共通ですが、このうち2群は自分でも声を出して読みました。すると興味深いことに、実験終了後のTOEICリスニングテストの点数が、声を出さなかった1群よりも高くなりました。つまり、ただ聞くだけでなく音読もすることは、読解力だけでなくリスニング力も伸ばすことが判明したのです。

また、多読の効果も報告されています（門田ほか2010、第5章）。多読とは、やさしいテキストを速く楽しんで読むことです。通常の英語授業では、難しいテキストを苦しみながらじっくり読むことが多いようです。この読み方は精読と呼ばれます。精読は文法や単語を学ぶ目的では有効かも知れませんが、精読だけをやっていても、自動化はあまり促進されません。しかし、簡単なものを読んでも英語力は上がらないのではないか。そう考えがちですが、実は逆に上がるのです。その理由を以下に説明します。

簡単な英語で書かれた本は、知っている単語と文法しか出て来ないので、自分で音声化でき、まとめ処理もできます。つまり学習済みの英語を自動化することができるのです。加え

<sup>5</sup> ただし、聞かせる音声のスピードが速くなりすぎないように、学習者に合わせて調整すべきだと鈴木（本文参照）は注意を促す。文の切れ目などでポーズ（無音）を挿入し、学習者が追いつきやすいようにするのがよいかも知れない。

て、内容がわかるので読むのが楽しくなり、もっと読みます。読む量が増えることで練習効果が上がり、どんどん楽になります。やがてもう少し難しい本に挑戦したくなり、これが続くことで徐々にレベルが上がっていくわけです。このように、「読めば読むほど読めるようになる」(門田ほか 2010, 同上) のが多読です。

多読は授業外の活動として行なわれることが多く、なかなか続かないことが最大の難点です。しかし授業中に週 1 回 10 分間の多読を続けるだけでも効果がある、と野呂(2008: 門田ほか 2010 に収録) が報告しています。進学校 1 年生の 2 クラスで、多読用の簡単な本を週 1 回 10 分だけ黙読させ、これを 10 週間だけ続けたところ、読むスピードも理解度も上昇したのです。この実験では合計 100 分間しか多読をしていませんが、累積語数(100 分で読んだ語の合計)の平均は 8,856 語でした。この実験当時に使用していた教科書は述べ語数が 6,916 語だったということですから、被験者の高校生はたった 100 分で、教科書 1 年分の語数を越える量を読んだことになります。

多読の効果は日本の英語教育界でも注目され始めています。文教大学の千葉先生は学会で、多読で驚異的に英語力を伸ばした 2 人の学生の事例を報告しています(千葉 2014)。千葉先生は自主的課外活動として多読をスタートさせ、10 万語達成するごとに褒美を与える、という形で支援しました。運動部に所属するこの 2 人は英語が得意だったわけではなく、開始前の TOEIC スコアは 400 点前後でした。しかし英語は好きで多読を素直に継続し、だんだん読むのが楽しくなった結果、半年で 50 万語、1 年で 100 万語を読破し、副次的に TOEIC スコアも高得点に達しました。私が注目するのは、2 人が「リスニング問題のスピードを速いと感じなくなった」と語っていることです。これは、多読を通して英語の音声化、自動化が促進されたということだと思われます。

## 7. 英語を身につけるためにやるべきこと

皆さんも、英語の試験で高得点を取りたいと日々頑張っていることでしょう。私は職業柄、学生から「どうしたら TOEIC で高得点を取れるのか」「問題集はどれがおすすめか」などと聞かれることがありますが、「出題の傾向を知るために問題集を見るのはよいが、問題集は英語力をつける近道ではない」と私は答えます。難しい問題集をやっても、必ずしも自動化にはつながらないからです。

先ほどの多読の学生 2 人の事例が示しているように、普段の学習を楽しんで続けることで英語力は向上します。それは多読でもよいし、他のやり方でもよいでしょう。私自身は高校生の頃、教科書の音読は必ずしていました。上手に読めると単純に気持ちよかったからです。

入試対策本が夏休みの課題として出された時は、声に出しながら例文をタイプする、という方法をとりました。親にせがんで買ってもらったタイプライターを叩くのが純粋に楽しかったことを覚えています。また英語の歌が好きだったので、アルバムを買って歌詞カードを見ながら、何度もマネして歌いました。(結果的に英語表現が多く記憶され、意外に試験で役立ちました。) 英語関連のラジオ番組も、内容に興味を持てるものを聴きました。大学に入ってから、多読の他に多聴(たくさん聴くこと)も自分でやっていました。当時の私に英語学習の専門的知識はなく、楽しいと思うことに取り組んだだけだったのですが、その多くが音声化と自動化を助ける方法だったことに、自分でも驚きます。

英語力を伸ばすには、自分のレベルと興味に合った教材で、学習を続けることが重要です。難しすぎる教材やつまらない教材に取り組むのは苦しく、苦しいだけでは学習が続きません。もし学校の教科書が難しすぎる、あるいは面白くない場合、生徒に教材を替える権利はありませんから、我慢するしかありません。皆さんにできることは、まず学習を少しでも楽しい形にできないか考えることです(私がタイプすることで暗記の苦しさを軽減したように)。次にできることは、授業外で自分が楽しめる教材を探すことです。昔と違って今は、英語が聞けるテレビ番組も多いし、インターネット上には、英語で書かれた様々な情報や、英語を話す人が登場する動画など、教材になり得るものがあふれています。手を伸ばせば、自分に合うものは必ず見つかると思います。

## 8. おわりに

以上が、筆者が高校生向けに行なっている出張講義の内容を文章化したものである。講義で使用するスライドを見ながら、話し言葉に近い形で書き出した。図があった方がわかりやすいと思われる箇所がいくつかあるが、本稿では紙面の都合で図を挿入しなかった。また文章化する過程で、説明が不適切な部分や不十分な部分が見つかった。本稿の中で可能な範囲で修正・加筆したが、今後、出張講義の内容にそれらを反映させたいと考える。

## 引用文献

- 苧阪満里子(2002)『脳のメモ帳 ワーキングメモリ』新曜社  
 門田修平(2002)『英語の書きことばと話しことばはいかに関係しているか』くろしお出版  
 門田修平(2014)『英語上達 12 のポイント』コスモピア  
 門田修平・野呂忠司・氏木道人編著(2010)『英語リーディング指導ハンドブック』大修館書店  
 河野守夫ほか編(2007)『ことばと認知のしくみ』三省堂

どうすれば英語が身につくのか

- 白井恭弘（2004）『外国語学習に成功する人，しない人：第二言語習得論への招待』岩波書店  
千葉克裕（2014）「多読学習の成功者から考える多読指導のあり方：なぜ彼らは読み続けられたのか？」大学英語教育学会第53回大会での事例報告