

# 楽しく継続するための 英語多読ステップアップ講座

## 1. 英語多読とは

（多読をする理由） 多読で身につくのは、英語の知識ではなく、（実技としての）**運用能力**です。

母国語（日本語）の運用能力は、聴く、話す、読む、書く、の順で習得しますが、英語を日常的に使わない環境下で英語運用能力を高めるためには、出発点となる「聴く」が壁となります。留学経験者の証言を集めると、最初の3ヶ月（1日5時間で計算して300時間）は、現地語の「音」が引っかからない（意味のある言語として認識できない）ようなのです。わけの分からない音を、のべ300時間も延々と聞き続けることは難しいため、「日本国内に止まりながら300時間の壁を乗り越えることは容易でない」のです。これまで、日本人が英語を苦手としていた大きな要因です。

多読では、（知らない単語があっても、挿し絵で物語の内容を把握できる）絵本から始め、（日本語を介さずに）絵とテキストを直接結びつけることから始めるため、「音」は大きな障害になりません。さらに、後述の「聴き読み」を併用すれば、知らないうちに300時間の壁を乗り越えることもできます。

**和訳しないから読書を楽しめる**のです。和訳しなければ、英文でも和文でも同じ読書です。後はどの作品（の内容）が面白いかということになります（読みたい内容を持った本であれば、日本語であろうと英語であろうと関係ない）。例えば、Harry Potterなどは、翻訳版よりも原作を直接読んだ方が雰囲気を楽しめるのではないのでしょうか（翻訳版は読んでいないので、語る資格もないですが…）。海外ミステリの新作や、絵本、児童小説、古典など、日本語では読んでいない（読む気がしない）作品を、楽しんでみえる方も多いと思います。例えば、“Mr. Putter and Tabby” シリーズ (by C. Rylant) や、“Frog and Toad” 4部作 (by A. Lobel, ICR2) のような絵本を気に入ってしまう大人は珍しくありませんし、“Alone in His Teacher’s House” (Marvin Redpost #4) や “Dustbin Baby” (by. J. Wilson) を「通勤電車の中で読んでいたら終章で泣けてしまい、困惑した」という体験談も聞きます。

（読書量） TOEIC得点で効果を確認するには、**100万語**程度の読書量が必要です（より少ない読書量では難しい）。毎分100語の読書速度で100万語読むと167時間かかることから所要期間を試算すると、毎日30分または毎週3.3時間（×50週）で1年かかります。例えば、往復2時間（毎週10時間）の通勤時間を使える人なら、生活のリズムを崩すことなく年間300万語読み、3年間（900万語）でTOEIC350点から800点まで上昇させることも十分可能と思います。

一方、年間10万語の読書ペースでは、

100万語読むのに10年かかり、効果を実感しにくいでしょう。

読書量による標準的な高専生の様子を概観すると表1のようになります。すなわち、100万語読めばMMR3\*1 (Macmillan Readers Elementary) を読めるようになり、多くはOBW1 (Oxford Bookworms Library Stage 1) を

表1 読書量による学生の変化（標準的な高専生では）

	入門期	停滞期	充実期
読書量	0～30万語	30～100万語	100～300万語
YL *2max.	0.3～1.5	1.5～3.0	3.0～5.0
YL 楽	0.1～1.0	1.0～2.0	2.0～3.5
感覚	英文で本が読める（新鮮）	やさしい本は読めない 読みたい本は読めない（マンネリ）	そこそこ読める／ 読みたい本も（将来は） 読めそう
TOEIC	変化なし （350点未満） TOEICでは測定不可	ある時点で ステップアップし 400～450点以上へ	リニアに増加し （40～50点／100万語） 300万語で600点

やさしいと感じ、MTH (Magic Tree House) シリーズ（全47巻）を完読する者も出てきます。

運用能力がステップアップするのは、読書量60～150万語の頃ですが、同時に100万語前は最も自己評価が低下しやすい期間でもあるので「停滞期」と呼んでいます。

この時期をいかに乗り越えるかは、英語多読の課題と言えるでしょう（指導上の課題でもあります）。乗り越えるためのアイデアについては、**A4**をご覧ください。

（効果のしくみ） 英文を一文ずつ和訳するのではなく、英文から直接意味をとる（映像として思い浮かべる）ことで、読書中は「英語で考える」ことが、英語多読の効果を生んでいます。日常生活で英語を使わない日本の環境下でも、言わば「脳内」留学のように、頭の中では英語を使う（読む、聴く）体験を積むので、自然に英語運用能力を身につけることができるのです。

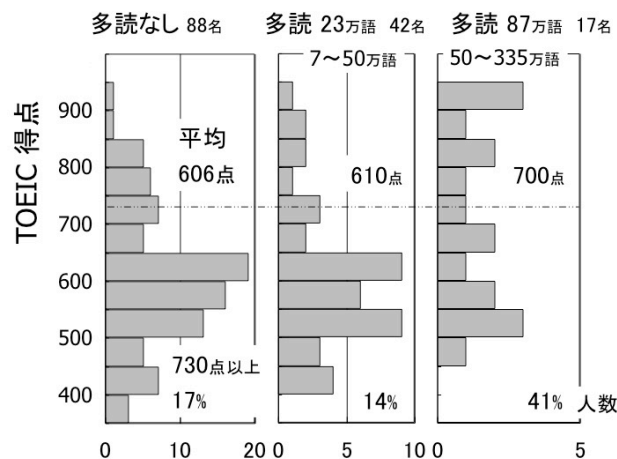


図1 帰国後のTOEIC得点に与える留学前の多読の影響  
（2005～2015年度英語圏留学経験者）

このことは、留学前に50万語以上の多読を経験した高専学生が、多読経験の少ない学生より帰国後のTOEIC得点が高くなっていること（図1）からも分かります。職場で日常的に英語を使う機会がある人は、より早期に多読の効果を感じることができるでしょう。

多読と平行して、（一回だけ聴いて内容を把握できる英語音声聴く）多聴も行うと相乗効果を期待できます。多読、多聴により総合的な（受動的な）運用能力を育成できれば、話す、書く等の能動的

な運用能力は、（使う機会があれば、受動的な運用能力の水準までは）比較的短期間に伸びます。英語圏からの帰国者（駐在員、留学経験者、

帰国子女）が英語運用能力を保持するためにも、多読は有効な方法です。

## 2. よくある質問にお答えして

### Q1 学習効率を高めるコツ

- ・ どうやったら速く読めるか（速く読めれば会話にもプラスに）
- ・ TOEICのREADINGスコアを上げるコツ
- ・ 読みスピードの目安、日本語を読むスピードと英語のスピードの関連性
- ・ 英語多読を効率よくマスターするコツ

**A1（学習効率を高めるコツ）** 数百万語の多読を経験すれば、自然に読書速度は上がりますし、TOEICスコアも（Readingスコアだけでなく、Listeningスコアも）上昇します。

読書量100万語の効果を、30万語で達成するコツは残念ながらありませんが、「300万語読んでも効果が現れない」と悩むことを避けるコツはあります。多読の効果のしくみは「英語で考える」体験を積むことで現れるので、1）読書中は、文法解析や英文和訳を避ける、2）サラッと読んで左から右に分かるやさしい英文を読むことが大切です。感覚的には理解度70～90%で、細部は気にせず、物語の展開を（映像化して）楽しむように読むという感覚が、効果の上がる読み方です。その意味では、英語の読書速度と日本語の読書速度の関連性は薄いと言えましょう。

また、多読ではキーワードを拾って概要把握する等の速読の技法は使いません。読書速度を上げようと速読等の技法をトレーニングしても、理解度を犠牲にするのでは逆効果だからです。速読の技法を、英文和訳から卒業する前に使っても、映像化を阻害するだけではと懸念します。どちらかという、読書速度を上げようとは意識しないほうが、結果として（多読を楽しんで継続できるので）、早期に和文英訳か

ら卒業でき、読書速度も向上すると感じます。速く読もうとするのではなく、読書を楽しみませんか。

多読授業では、挿し絵の少ない図書を読む場合、毎分80～100語以上で読んでいるかどうかを指導基準としています。この速度より遅い場合、(気づかないうちに) 英文和訳しているケースが多いからです。ただし、絵本のように挿し絵をじっくり見ることに価値がある本では、読書速度を気にしてはいけません。物語の映像化する練習には、挿し絵をじっくり見るのが役立つからです。

また、英文レベルの高い本を無理して読むときも、一般には読書速度が下がります。楽に読める本であれば、毎分100語の読書速度で読むことは早期に実現できますが、例えばYL2のGRを気軽に読むときの読書速度を毎分150語程度まで高めるには、数百万語の多読経験が必要ではないかと思えます。

繰り返しになりますが、英文和訳を避けたいので、(読書中は) 辞書を引きません。内容に引かれて難しい英文を無理して読むことは、(一時的には充実感が高いかもしれませんが) 読む力を高めるには効率の悪い方法です。精神を集中して読むのではなく、気軽に読む(読めてしまう) 読書体験を積むことが大切です。(結果的に) YL2～3の英文を1時間連続して読んでも疲れないうになれば、TOEICのREADINGスコア(だけでなくLISTENINGのスコア) も上がっていることに気づきます。

英文レベルを考えると、大手書店の洋書売り場で図書推薦に使われるTOEIC得点表示は、日本人学習者の実態と合わないことがあるので、注意が必要です。

例えば、英国エジンバラ大学多読プロジェクト(EPER)が欧州人向けに設定した英文レベル(図2の実線)は、日本人には難しすぎます。EPERでは、OBW1(Oxford Bookworms Stage 1)がTOEIC 250点の学習者(中学3年生?)への推薦図書ということになりますが、豊田高専の多読クラスでは、TOEIC 400～550点の学生でないと楽しんで読んでいません。400点未満の学生では、英文を一文ずつ和訳しないと意味を把握できず、楽しめないのです。不幸なことに、EPERレベルは一文ずつ和訳して読むことのできるレベルと一致するため、(和訳せずに読む)多読が、英文和訳と混同される一因にもなっています。

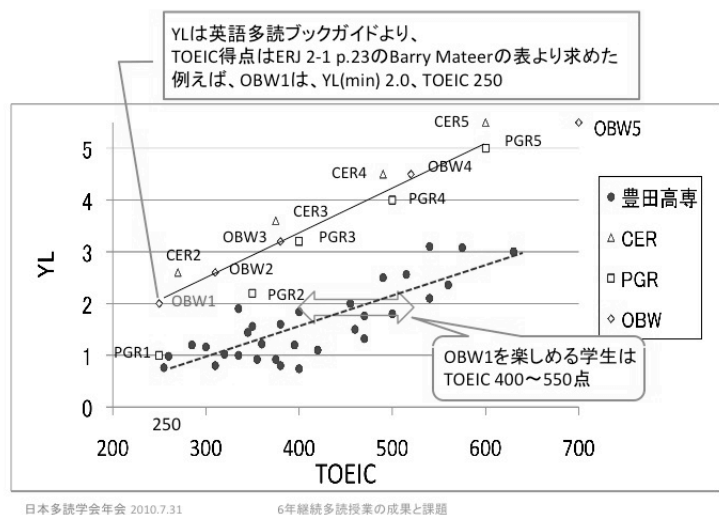


図2 TOEIC得点による英文推奨水準の違い

## Q2 英文のレベル

- 多読を始めて3年になります。GRから先になかなか進めません。一般書を楽しめるレベルまでいけたらと思っているのですが、何かアドバイス・ヒントをいただけたらと思います
- 続けるコツ。児童書からスタートしましたが、つづきません
- 絵本より少しレベルの本は読むことができます。しかし、YL1.0以上の本を読む時はストレスを感じる  
最終目標はTimeなどの高級雑誌を読むことだが、どうすれば短期間で読解力がBreakthroughするか

**A2 (英文のレベル)** YL1以上の英文は、(和訳しない)多読の読み方に慣れないと、楽に読める感覚を持ってないと思います。標準的な高専生が楽に読める英文レベルは、読書量0～30万語でYL0.1～1.0、読書量30～100万語でYL1.0～2.0、読書量100～300万語でYL2.0～3.5です(表1)。参考にいただければと思います。浜松市立図書館の蔵書で、YL0.8～1.5のGR(表2)を読んだ後に、Nate the Greatを読ん

でみてはいかがでしょう。児童書も、英文はやさしくありません。例えば、Harry Potter（第1巻がYL6.5）も、熱烈なファンなら読書量300万語で（無理して）読むことはできますが、一般には（少し背伸びして）500万語程度、楽に読むなら1,000万語程度読んでから読み始めるのがよいかと思います。Timeはかなり難しいです（YL9程度でしょうか？）。Ken Follettの大河歴史小説（一冊30万語程度）やThomas Friedmanのノンフィクション作品、Steve Jobsの伝記、数ある自己啓発本などを楽しめるようになってからの方が無難ではないかと思います。

表2 YL0.8～1.5のGR（浜松市立中央図書館）

シリーズ（略号）	YL	冊数	CD	平均語数 （万語/冊）
Foundations Reading Library Level 3～5 (FRL3～5)	0.8～1.0	18	-	0.10
Macmillan Readers Starter (MMR1)	0.8	15	13	0.07
Penguin Readers <sup>*1</sup> Easystarts (PGR0)	0.8	11	-	0.09
Oxford Bookworms Starter (OBW0)	0.9	5	-	0.15
Penguin Readers <sup>*1</sup> Level 1 (PGR1)	1.0～1.2	17	-	0.20
Macmillan Readers Beginner (MMR2, 薄い方)	1.2～1.4	12	8	0.23
Cambridge English Readers Level 1 (CER1)	1.4	4	-	0.43
Cengage Page Turners Level 1～3 (CPT1～3)	1.2～1.8	15	- <sup>*2</sup>	0.41

\*1 出版社の再編により、現在は Pearson English Readers (PER) と呼ばれていますが、ここでは旧称を使います

\*2 朗読音声データ（MP3形式）を出版社HPからダウンロードできます

### Q3 英語の本の探し方

- ・ どの様なジャンルの英文を読むのがよいか
- ・ どうやって自分のレベルにあった本を探し出したらいいですか？
- ・ 読みやすい本の見分け方を知りたいです

**A3（英語の本の探し方）** 英文和訳から卒業し物語の映像化する練習には、挿し絵をじっくり見ることが役立つので、まずは絵本から始めるのが基本です（浜松市立図書館HP「英語多読コーナー」<sup>11)</sup>の、多読シリーズ一覧、および、入門講座「図書館で英語多読をはじめよう」配布資料の100万語までのモデルコースも参考にしてください）。絵本をたっぷり楽しんだ後は、表2のGRへと進みましょう。ただし、ノン・フィクションは、より細かく理解しないと満足できないため、一般的には、フィクション（物語）よりも難しいようです。「英語多読完全ブックガイド」<sup>5)</sup>でジャンル表示がBI: Biography, GE: Geography, HE: Health, HI: History, HT: How-to Book, NF: Non-fiction, SC: Science, SO: Social Science, SP: Sports, TR: True Story の作品も、最初は避けた方がよいかもかもしれません。

同様な理由から、新聞、雑誌は、英文和訳から卒業するまで待った方が安全でしょう。日本の英字新聞は、日本の記事が中心で（背景知識が助けになるので）読みやすいとは思いますが、YL6以下ということはないでしょう。また、対訳形式のものは、つつい日本語文を読み、頭の中が英文和訳モードに戻ってしまうので、避けた方がよいでしょう。Sidney SheldonやMichael Connellyのような大衆小説を楽しめるようになってからなら、読み始めてはいかがでしょう。

### Q4 英語多読の続け方

- ・ なかなか継続できません。何かよいアイデアはないでしょうか
- ・ 年末まで続けましたが、年明けからモチベーションが下がってしまいました。なにかモチベーションを保ついい方法はないでしょうか

**A4（英語多読の続け方）** 長期継続のコツを列記します。・ **多読を生活に組み込み習慣化する**

多読は英語運用能力向上に有効な方法ですが、それでも長期継続は不可欠です（速い人でも1年間に読めるのは300万語程度でしょう）。そのためには、定期的な読書時間を生活に組み込み習慣化する工夫が必要です。第一の候補は、通勤、通学時間や、休憩時間の活用です。多読用の図書を身近に持ち、隙間の時間をむだにしないことも心がけましょう。講座や読書会に参加する第一の目的も、定期的な読書時間の確保です。

・ **英語学習と思わず、読書を楽しむ視点を持つ**

英語運用能力を高めることが目的でも、多読で効果を上げるには、英語学習との意識を薄め、読書を楽しむつもりの方が、好結果を得られます。例えば、同じ本を何度も繰り返して読むのは、内容の理解度が深まり学習効率も高くなることを期待できそうですが、退屈で楽しめなくなるとしたら逆効果です。同じ本を読むなら、とことん気に入った本以外は、内容を忘れた頃（例えば半年後）に、再読するくらいがよいでしょう（半年後に再読するのは、自らの進歩を確認する意味でも価値があります）。

・ **好みのジャンル・作家を見つける／シリーズで読む**

100万語までは、身近に選択できるだけの種類の本がないことが普通で、選り好みできませんが、多読経験が長くなるほど、英文レベルよりも、内容の好き嫌いが読みやすさの指標になってきます。相性の悪い本につき合うことなく、好きな本だけを読む方が良い結果を得られることが多いようです。また、児童書のシリーズで相性のよいものが見つかった場合は、躊躇なくそのシリーズを（飽きるまで）読んでみましょう。

・ **仲間を作り、情報・体験を交換する**

読書は個人活動ですが、仲間がいると続けやすくなります。特に好みのジャンルや作家が近い仲間との情報交換は有益です。例えば、豊田多読クラブ<sup>15)</sup>、蒲郡市図書館読書相談会<sup>16)</sup>では、多読仲間が定期的に情報交換をしています。また、SSS 掲示板<sup>12)</sup>、Tadoku フォーラム<sup>13)</sup>等の Web サイトも覗いてみてください。

・ **多読以外に英語を使う機会を作る**

日常業務で英語を使う方には不要ですが、そうでない方は、英語で話す、書く機会を作ると（たとえ年に1回というように低頻度でも）、多読に向かう意気込みが高まります。旅行、国際交流活動の他に、ネット上の活動でも英語を使ってみましょう。また、豊田多読クラブ月例会<sup>15)</sup>では、英語による3分ブックトークも行なっています。遠距離になりますが、覗いてみてくださればと思います。

・ **国際イベントに向けて**

2020年の東京オリンピックは有名ですが、2019年には、ラグビー・ワールドカップ（WC）も日本で開催されます。また、2017年7月下旬には、ロボカップ世界大会が名古屋で開かれます。このような国際イベントを機に、英語を使うことを一緒に楽しんでみるのもよいと思います。

**Q5 100万語を越えたら**

- |                 |
|-----------------|
| ・ 100万語越えた後の進め方 |
|-----------------|

**A5（100万語を越えたら）**

100万語読んだ人は、多読と並行して多聴（A6）を始めることをお勧めします。また、多読、多聴と並行してアウトプット活動（多話、多書）を（少しでよいので）始めましょう。多読だけでもTOEIC800点までは上昇しますが、その他の活動を加えた方が、楽しくもなります。読で英文読書を楽しめるとなると、次の展開として、映画やドラマ鑑賞を（吹き替え、字幕なしで）楽しむ、オーディオブックを楽し

むこともみえてきます。例えば、オーディオブックであれば、視力の低下を恐れる必要もなく、長距離便（エコノミー席）が苦痛でなくなります（楽しみになります）。

こうして、英語を読み、聞くことに抵抗がなくなってくると、例えば、ブックトーク等でも、英語を使いたくなってくるのが自然です。

#### Q6 リスニング

- ・ 多読をする時間を1日すこししかとれないので、車の中でオーディオブックを流そうかと思うのですが、おすすめの作品は？
- ・ 多聴についても伺いたい
- ・ ラジオのシンプルイングリッシュを…多読とあわせてリスニングの勉強の必要もありますか

#### A6（リスニング）

リスニング力の育成は、（英文小説を読むことに特化したい方を除き）大切です。多くの人は、英文読書時に「脳内音読」をしており、発音できない単語（固有名詞も）に出くわすと、読みにくく感じるはずですが、しかし、残念ながら、日常的に英語を使わない外国語環境では、読むよりもリスニング（多聴：テキストを見ずに、音声を一回だけ聴いて理解する）の方が難しいのです。例えば、100万語読破しYL2.8のGR（MMR3等）を楽しんで読める人なら、YL0.8のGR（PGR0）の朗読音声の多聴を楽しめると思いますが、より多読経験の少ない人の場合は、多聴よりも「聴き読み」の方が無難だと思います（下記）。最初の100万語は、多聴よりも多読を中心にしましょう。

#### 「聴き読み」とは

朗読音声を聴きながら多読をすることです（聴きながら読む）。朗読音声を途中でポーズすることなく、最初から最後まで通して聴き、そのペースに合わせてテキストを読みます。朗読音声は、あくまでペースメーカーとして利用し、内容把握はテキストでします（音声から内容を把握しようとしません）。最初は、単語レベルの発音がテキストと朗読音声でずれることが気になるかもしれませんが、気にしません。聴き読みに慣れてくると、朗読音声があった方が読みやすく感じられるようになります。そうなったら、（朗読音声なしでは）読みにくいと感じる本も、少し背伸びして聴き読みしてみましょう。

#### 聴き読みの効能

- 1) 最初の効能は、**翻訳防止**、戻り読み防止です。朗読のペースに合わせて読むので、英文を単語レベルで日本語に翻訳する従来の英文和訳から卒業しやすくなります。英文を読んでいると、どうしても和訳してしまうクセの残っている方は、ぜひ聴き読みを翻訳防止に使いましょう。
- 2) 第二の効能は、英語のリズムに慣れることです。朗読をペースメーカーとして使っているだけのつもりでも、長い時間英語の音声に触れているので、英語のリズムやイントネーション、カタカナ英語との違いに、だんだんと慣れてきます。英語音声は、音楽や雑音に近い感覚から（意味は分からないけれど）言葉であると認識できるようになり、「朗読を聴きながらの方が読みやす」くなります。

NPO 多言語多読の講座では「字幕なし多観」を試みる方が増えているようです。例えば、Tadoku フォーラム<sup>13)</sup>で紹介された Peppa Pig（右図：YouTube で視聴できる英語圏の子供向けアニメ）は、大人にも好評とのこと。



### 3. 英語多読の参考図書

読む本を選ぶのに、役に立つのは、

- 1) 「大人のための英語多読入門」 佐藤まりあ、コスモピア
- 2) 「今日から読みます 英語 100 万語」 古川昭夫&河手真理子、日本実業出版社

読書を継続するのに役に立つのは、

- 3) 「100万語多読入門」 古川昭夫、コスモピア
- 4) 「読書記録手帳」 SSS 英語学習法研究会、コスモピア
- 5) 「めざせ 1000 万語！英語多読完全ブックガイド」 古川昭夫&神田みなみ他、コスモピア

100万語多読の考え方を知るには、

- 6) 「快読100万語！ペーパーバックへの道」 酒井邦秀、ちくま学芸文庫
- 7) 「英語多読法」 古川昭夫、小学館101文庫

英語教育に興味のある方には

- 8) 「英語多読・多聴指導マニュアル」 高瀬敦子、大修館書店
- 9) 多聴多読マガジン 2014年9月号別冊「英語の多読最前線」、コスモピア

また、雑誌とインターネットサイトとして

- 10) 「多聴多読マガジン」 コスモピア（隔月刊）
- 11) 浜松市立図書館 HP「英語多読コーナー」（<http://www.lib-city-hamamatsu.jp/guide/tadoku.htm>）  
中央図書館、都田図書館、積志図書館の多読図書シリーズ一覧（語数、YL、CD 有無記載の PDF ファイル）あり
- 12) SSS 英語多読研究会 HP（<http://www.seg.co.jp/sss/>） 掲示板／書評システム
- 13) NPO 多言語多読 HP（<http://tadoku.org/>） Tadoku Forum
- 14) 「英語で多読」 HP 豊田高専の実践報告（[http://www.ee.toyota-ct.ac.jp/er\\_english.php](http://www.ee.toyota-ct.ac.jp/er_english.php)）
- 15) 豊田高専 HP「多読セミナー予定」（[http://www.toyota-ct.ac.jp/citizens/tadoku\\_schedule.html](http://www.toyota-ct.ac.jp/citizens/tadoku_schedule.html)）  
英語多読体験会／英文多読公開授業／豊田多読クラブ月例会
- 16) 蒲郡市立図書館 HP「英文多読」（<http://www.city.gamagori.lg.jp/site/toshokan/tadoku.html>）相談会案内



も参考になるとと思います。

### 4. 豊田高専では、なぜ英語多読授業を始めたの？

豊田高専（電気・電子システム工学科）は、NHK ロボコン、ロボカップ世界大会出場で知られるように創造的な技術者育成では実績がありますが、2002年頃までは英語教育で悩んでいました。社会のグローバル化で技術者にも英語が必要な時代なのに、豊田高専卒業生の英語運用能力は低く、英語への苦手意識が強かったからです。卒業生の英語運用能力を保証する必要がありました。

そんな中、2002年10月から5年生の授業で英語多読を始めたところ、「英語に対する苦手意識が消えた」、「英文が楽しく読める」と好評だったため、2004年度には6年間継続の英語多読授業（専門科目）を始めました。2008～2010年には「質の高い大学教育推進プログラム」（教育GP）にも採択され、現在では学校全体で複数年継続の英語多読授業（一般科目）も展開しています（同校図書館の多読用図書は3万6千冊。長期休暇期間以外は土曜開館し、年間9千冊の学外貸出実績があります。）。

多読授業の効果もあり、ロボカップ世界大会では、約一週間の大会期間中、学生が臆することなく、英語で審判や他国チームの学生達とコミュニケーションを取るようになってきています（詳細は14）。近年では、「英語教育：多読授業の充実」を志望理由に挙げる新入生もめずらしくありません。

\*1 略号：100万語英語多読法では、本のシリーズを示すのに、よく4文字の略号を使います。例えば、Oxford Reading Tree Stage 5 はORT5 と呼ばれます。詳しくは、参考図書4)、5)をご覧ください。

\*2 YL（読みやすさレベルの略称）：100万語英語多読法では、読みやすさを、最も易しいYL0.0から、一般のペーパーバック：YL7.0～9.0までの数値で表しています。参考図書4)、5)をご覧ください。