

# IIBC NEWSLETTER

2023年11月発行

早川 幸治さん



瀧 靖之さん



川崎 宗則さん



[ Special Feature ]

人生を豊かにする

## 大人の 英語学習

櫻井 篤さん



山越 真紀さん



くらぶち英語村

[ Special Interview ]

「できた感」が得られる  
TOEIC Bridge® L&R

[ English in My Life ]

相手の助けを借りれば20点の英語力でも  
気持ちは十分に通じ合える

[ English Frontline ]

1年間親元を離れ、英語での集団生活  
小・中学生の自立心と英語力を育む山村留学施設

**IIBC**

一般財団法人 国際ビジネスコミュニケーション協会  
The Institute for International Business Communication

人生を豊かにする

# 大人の英語学習

English Learning for Adults

「人生100年時代」が叫ばれる今、これからの人生を豊かにしていくためには、大人の学び直しが大切になってくると言われています。そのような中、英語の学び直しはどのような役割を担うことができるのでしょうか。今回の特集では、脳医学から見た英語学習のメリットや効果的な学習法について、東北大学加齢医学研究所教授の瀧靖之氏に話を伺うとともに、中高年になってから本格的に英語学習を始め、現在、全国通訳案内士として活躍されている櫻井篤氏と、キャリアアップに成功された山越真紀氏に、その実体験をお聞きしました。

## 世界観を広げ、好奇心を促す英語学習が 年を重ねても脳の成長を推進する

### 脳の健康状態を保つことが ますます大切になる現代社会

現在の日本は超高齢社会だと言われていますが、今後さらに、平均寿命や健康寿命が延伸していくと思われまます。また、私たちを取り巻く情報量は、以前と比べ驚くほど多くなっており、更新されるスピードも加速しています。このような社会においては、新たに何かを学び、実践し続けなければならない、身体の健康は当然ですが、日常生活や仕事に支障をきたす認知症のリスクを軽減しながら、脳の健康状態を保つことがますます大切になってきます。

そのためには、脳の健康に良い影響を与えられると言われている生活習慣を身につけていくことが重要で、大きく6つの項目に分けることができます。

1つ目は運動です。特に有酸素運動が良いとされ、少し息が弾む程度の早歩きなどを、週に2、3回行うだけでも有効だと言われています。

2つ目は食事で、これまでに様々な研究がなされ、現在のところ、野菜や果物、魚介類を中心とした食事が良いということが分かっています。

3つ目は、趣味や好奇心を持つことです。脳には可塑性といい、外部から新たな刺激を受けると、それに対応できるよう変化する性質があります。趣味に没頭することによって知的な好奇心が湧き、いろんなことを学ぶことで脳が変化するため、年齢を重ねても脳が成長していくのです。

4つ目はコミュニケーションです。私たちは会話をしているとき、言葉を発しているだけではなく、相手の表情や仕草、声の抑揚などから相手を理解し、適切な発話をしています。何気なくしている会話でも、感情理解や表情認知、言語理解など、様々な脳の機能を使っているのです。

5つ目が主観的幸福感で、これも脳の健康維持に関係があります。ささやかなことでも、「私は幸せだ」と感じることでストレスが軽減され、記憶をつかさどる海馬や神経細胞を活性化させると言われています。

6つ目は睡眠です。睡眠は肉体の疲れを取るだけでなく、脳の良好な状態を保ち、記憶を固定させる働きを促していると言われています。

### 脳の健康に良い影響を与える6つの生活習慣

1. 有酸素運動を行う
2. 野菜や果物、魚介類を中心とした食事をする
3. 趣味や好奇心を持つ
4. コミュニケーションする
5. 主観的幸福感を感じる
6. 睡眠をとる



### 脳の健康にとって メリットが多い英語学習

これらの生活習慣の中でも、特に私は英語を趣味にされることをお勧めしています。英語を学ぶことで、これまで入手できなかった英語での情報も得られるようになり、海外の人ともコミュニケーションできるようになるなど、世界観が広がり、新たな好奇心も湧いてきます。英語を趣味にすることは、脳の健康にとってメリットが多いのです。

英語学習で大切なのは、楽しんで行うことです。脳には、「好き、嫌い」「おもしろい、つまらない」といった情動をつかさどる扁桃体という領域があり、「好き、おもしろい」と判断すると、快感ややる気を生み出す物質が分泌され、脳を活性化するとされています。また、扁桃体が刺激されると、海馬にも影響を与えるので記憶が残りやすくなります。例えば、中高年の方であれば人生経験も豊富になっていきますので、「この国に行きたい」「字幕なしで映画を見たい」など、楽しく英語を学ぶきっかけはたくさんあるのではないのでしょうか。

一方で、私が中高年の方に英語の学び直しの話をする時、「もう若くないから」「記憶力が落ちているから」という答えがよく返ってきます。確かに年齢を重ねるに従って脳の認知機能はゆっくり低下しますが、海馬の神経細胞は、大人になってからでも学習によって増加することが分かっています。何歳になっても記憶力が向上する可能性はありますので、諦めずに、是非、英語学習を続けてほしいと思っています。

### 英語の学び直しは スモールステップで始める

中高年の方が英語の学び直しをする際、私がお勧めしたい学習法は、最初にリスニング、次にスピーキングの順で進めていくことです。これは子どもたちが言語を覚え、物事を習得していく過程と同じです。

リスニングでは、読書でいう「乱読」と「精読」のように、「乱聴」と「精聴」を繰り返すことが大切です。最初は、英語の音声を大きめに聞き、次に細かい部分までじっくりと聞きます。例えば、アメリカ英語なら、ピーナッツバターが「ピナバラ」のように聞こえることがあります。英語の話し言葉には、「T」の音が「L」に変わったり、子音が飛んだりするといったルールがあります。精聴するときは、文字を読みながら音声を聞くことで、こうしたルールも理解できるようになっていきます。

スピーキングでは、基本的に聞いた音声の真似をします。「まなぶ」は「まね(真似)ぶ」と言われるように、スポーツや楽器演奏でも、模倣の力で能力を身につけていくものです。英語学習であれば、好きな映画を見て、会話しているシーンをそのまま真似をするのも1つの方法だと思います。

また、英語学習に単語力は欠かすことができません。若い頃、単語を機械的に丸暗記した方が多いと思いますが、それよりは、何かと結びつける「連合記憶」を使った方がより効果的だと言われています。例えば、語源から連想することも1つの方法です。単語に関連した場所をイメージしたり、歌にして覚えたりするのも良いでしょう。これまでの人生経験の中にある記憶と結びつけて覚えるのが、大人ならではの効率的な学習法だと思います。

一方、学習を始めて1カ月も続かなかったという話をよく聞きますが、本来人間は、三日坊主で投げ出してしまいがちな生き物ですので、自分には忍耐力がないとか、意志が弱いなどと思う必要は全くありません。

そのような方は、スモールステップ、つまり少しずつ進めていくことをお勧めします。人間の脳には現状を維持することを快適に感じる「現状維持バイアス」という性質があり、日々の生活に新しい何かを加えようとする、排除しようとする傾向にあると言われています。この現状維持バイアスを乗り越えるために、スモール

ステップが有効なのです。例えばギターの演奏であれば、まず3小節だけの練習を続け、できるようになったらもう少し長く……ということを繰り返します。すると、個人差はありますが、数カ月でギターを弾かないと「なんだか気持ちが悪いな」と思うようになっていきます。これは、練習が習慣化して、やらないと不快に感じる、逆の現状維持バイアスがかかった状態です。例えば英単語を暗記するときは、最初から何十個も覚えようとせず、1日1、2個から始めるようにするといいでしょう。

明確な目標を立てることも大切です。例えば、「TOEIC® Testsで何点取る」といった明確な目標があると、日々の選択をする際に、無意識のうちにその目標に近づくための選択をするようになります。

また、「これができれば、こんなに良いことが待っている」というマインドセットを持てば、モチベーションも維持できます。「TOEIC Testsのスコアが上がったら昇進する」「英語を話せるようになって、海外の人と話をする」などと、目標の先にある自分の姿をイメージしながら、英語学習を楽しんでください。

繰り返しになりますが、何歳になっても記憶力は向上していき、と言われていいますので、中高年の方は是非、諦めずに英語の学び直しに取り組み、これからも豊かな人生を歩まれてください。



東北大学  
加齢医学研究所 教授  
医師・医学博士  
瀧靖之氏

## 40代半ばから英語力を伸ばし

### キャリアアップを実現

#### 転職活動を通して 英語力が有利になることを実感

私は現在、メーカーに勤務し、20以上ある海外拠点と英語でやりとりする業務を行う傍ら、英語のコーチングも行っていきます。

大学卒業後は法律関連の出版社で編集の仕事をしていましたが、会社が業績不振に陥り、37歳のときリストラに遭いました。次の就職先がなかなか決まらず、人材派遣会社へ登録に行ったとき、その際受けた英語のテストの結果を見た担当者が、「英語の点数が高いですね。TOEIC® L&Rを受けたことはありますか?」と声をかけてくれました。学生時代から英語は好きでしたが、帰国子女ではなく、留学経験もありませんでした。英語を使う仕事など考えたこともありませんでしたが、「転職活動中の今なら英語を学習する時間がとれるし、転職のとき有利になるかもしれない」と考え、すぐにTOEIC L&Rを申し込みました。試験日まで約1カ月、1日8時間の学習を続けた結果、スコアは735点。目標の700点を達成でき、嬉しくて声を上げ喜んだことを今でも覚えています。

その後の転職活動で、英語力があると有利になることを実感しました。未経験の職種であっても正社員採用を考えてくれる企業もありましたし、人材派遣の仕事でも、英語を使う業務は、他の業務と比べて時給が高いのです。実際に私自身も、派遣社員として英語を使う仕事を始めるようになりました。

現在の会社で、派遣社員として働き始めたのは2019年からです。これまでの仕事よりも英語を使用する頻度が高く、もっと英語力を身につける必要があると感じました。そこで、今度はスコア800点を目標に英語の学習を始めたのです。そのとき、私は40代半ばでした。

#### これまでの社会経験が 英語学習の効率を高める

目標を達成するためには、今までのような自己流の学習方法ではダメだと思い、コーチングを受けながらTOEIC L&Rの公式問題集を徹底的に解きました。私は長文読解が苦手だったので、読解に必要な語彙を増やすことに注力しました。効果的だったのは、英語のフレーズを聞きながらの音読です。通勤中はイヤホンで音声を読み、口だけを動かすエア音読を行いました。スマートフォンのアプリを使い、小テストと復習を繰り返したことも、実力アッ

プに役立ったと思っています。

コロナ禍も学習を続け、21年2月にTOEIC L&Rを受験。結果は940点と、予想以上の高スコアでした。その後、現在勤務している会社で、雇用形態を派遣社員から直接雇用へと切り替えていただくことができ、今に至っています。

現在の仕事をしながら学習していて気付いたことなのですが、TOEIC L&Rの問題に出てくる単語やフレーズは、私が日々行っている英語の実務でも本当によく使われています。また余談ですが、問題文に登場する上司や同僚は、愚痴も言わずいい人ばかりで、このような仕事環境が実際にあれば理想の職場だと思えるようにもなりました。

いろいろな社会経験を重ねてきた今だからこそ、TOEIC L&Rの問題にも親しみが持て、分からない単語が出てきたとしても、自分の実体験などと照らし合わせながら推測ができるため、効率よく英語力を高めることができたのかもしれない。

最近では、私の英語学習の実体験をインターネットで発信していく中で、英語を使った仕事をしたいという夢を持ちながらも、子育てや家事が忙しく、英語学習の時間がとれないという方から相談されることが多くなりました。そのような方は是非、1日のうち短時間でもいいので、英語学習を始めてください。短時間でも積み重ねていけば必ず英語力は上がり、それが労働市場での自分の価値を高めます。私のように40代半ばから本格的に英語学習を始めても、英語力を高めていくことは可能です。それは、何歳になってから始めても同じだと思いますので、決して諦めずに挑戦して、夢を実現していただきたいと考えています。

メーカー勤務  
英語コーチ  
山越 真紀氏



## 56歳で通訳を目指し

### 定年後にその夢を実現

#### 人事制度をきっかけに 英語学習を再開

学生時代は英語が苦手で、大学受験では2次試験で英語を課さない大学を選んだほどでした。大学卒業後は自動車メーカーに就職。入社して5年目に、アメリカへ長期出張することになりました。現地ではうまく英語を話すことはできませんでしたが、少しでも私の言葉が通じると嬉しくなり、英語に興味を抱くようになりました。帰国後すぐにTOEIC L&Rを受験してみたところ結果は505点。そこからは思ったほどスコアが伸びず、英語とは疎遠になってしまいました。

転職が訪れたのは、会社が新たな人事制度を導入したときです。TOEIC L&R 700点以上を管理職の条件とし、賞与の査定にも影響するというので、慌てて英語学習を再開。56歳で760点という自己最高スコアを取得しました。社内には55歳で昇進停止の規定がありましたが、私は特例措置として56歳で部長に昇進したのです。昇進理由がTOEIC L&Rの結果によるものであったのかは不明ですが、英語力がないとスタートラインにも立てないのだと痛感したことを今でも覚えています。

そのようなときに、中学校の同窓会に出席しました。すると恩師が、「あなたたちはあと5年ぐらいで還暦を迎えますが、中学生のときの夢は実現できていますか? 叶っていないのなら、今から何か始めないと後悔しますよ」と助言してくれました。そこで私は、モータースポーツに関わる仕事があったことを思い出したのです。

#### 10年、20年後を想像し 自分らしく生きる道を切り開く

恩師の言葉をきっかけに、定年後はこれまでキャリアを積み重ねてきた自動車関係と、趣味のお酒を専門とする通訳者になるかと決め、56歳で全国通訳案内士試験への挑戦を始めました。この試験では、TOEIC L&Rで一定のスコアを取得していれば外国語試験が免除されるため、それを目指して猛勉強を開始しました。

まず、英文法と英文解釈に関しては、大学入試用の参考書を何度も読み込み、TOEIC L&Rの頻出単語集を使い、分からない単語に付箋をつけて暗記し、それでも覚えられないものは単語帳に絵を描くという方法で語彙力をつけていきました。歳を重ねていることを言い訳にせず、回数を重ねれば身につけることができるという信念を持ち、起床後にオンライン英会話をやり、通勤時に車の中で英語のラジオを聞き、帰宅後にも勉強と、ほぼ英語漬けの生活を送りました。

2019年から通訳養成校に通い始め、20年に定年退職した

後は、コロナ禍だったためオンラインの通訳講座に切り替えました。講座の仲間たちと好きな動画に合わせて逐次通訳をして評価し合い、その成果を講師の前で発表するなど、アウトプットの練習にも力を入れました。22年に全国通訳案内士の1次試験に合格。一方で、カーレースの英語ガイドや、自動車メーカーで海外研修生の通訳を行う仕事も請け負うようになりました。そして、23年2月、7度目の挑戦で、念願の全国通訳案内士の最終試験合格を果たしたのです。

その後、旅程管理主任者資格を取得し、外国人旅行客のガイドとしてもデビュー。再び自動車メーカーで通訳を行うなど、現在はフリーで通訳者の仕事をしています。

振り返ると、会社員だったときは目の前の仕事をこなすのに必死で、自分が本当にやりたかったことを忘れていたのだと思います。恩師の助言により一歩立ち止まり、やりたいと思っていたけれど、「まだ行動を起こしていないことは何だろうか?」と考え、10年、20年先の自分を考えてみたことが、定年後の長い人生を自分らしく、楽しく生きるための第一歩へとつながったのだと思います。

もし、やりたいことが見付からない方がいらっしゃるのであれば、英語学習を私はお薦めします。英語力と自分の趣味や得意なことを掛け合わせれば、新たな道を開くことができると思います。年齢を重ねた分、経験も豊富なわけですから、それに英語力が加われば、オンリーワンの人材になれるのではないのでしょうか。

私自身は近い将来、自分が通訳ガイドを務めるツアーを実現していくことを目標にして、これからもさらに英語学習を続けていきたいと思っています。

全国通訳案内士  
旅程管理主任者  
櫻井 篤氏



# 「できた感」が得られる TOEIC Bridge L&R

基礎的な「英語で聞く・読む能力」を測定するTOEIC Bridge L&Rは、

TOEIC L&Rとどのような点が異なるのか――。

また、英語学習初・中級者だけでなく、英語を学び直そうとしている方においても有効な、

TOEIC Bridge L&Rを活用した学習法などについて、

これまで200社以上の企業で英語研修の講師を担当し、TOEIC Programに関する数多くの書籍の著者でもある、

株式会社ラーニングコネクションズ代表取締役の早川幸治氏に話を伺いました。

## TOEIC Bridge L&Rは 初・中級者に寄り添ったテスト

英語学習初・中級者は、まず「TOEIC L&Rのスコア500点突破を目標にするように」と言われることが多いと思います。しかし、TOEIC L&Rは、10～990点までの英語力を測定するため、問題のレベルが幅広く、難易度が高い問題に対峙すると、心が折れてしまうことがあります。

一方、TOEIC Bridge L&Rは、基礎的な英語力を身につければ、解答できる内容になっています。

しかも、リスニングのスピードはTOEIC L&Rに比べるとゆっくりで、リーディングの英文は短く基礎的な単語が多いため、英語学習初・中級者にとっては、「できた感」が得やすいテストです。「この問題は分かる、できるぞ」と実感すれば、

モチベーションアップにもつながります。自分の実力に合ったレベルから始めることで「できた感」が得られ、達成感を味わううちに「もっとできるようになりたい」という思いが湧いてくるのです。

また、日常的な題材を採り上げ、実践の場で使える英語が数多く出題されているという魅力もあります。

そのため、英語学習初・中級者だけでなく、英語を学び直そうとしている方においても、TOEIC Bridge L&Rに挑戦し、英語力を確かめてから、学習し始めることをお勧めします。

英語を学び直そうとしている方の中には、学生時代に抱いた英語への苦手意識から、「今から英語学習を始めても、身につけることは無理かもしれない……」など、ネガティブに捉えてしまう方も少なくありません。

こうした苦手意識がある方には、「これまでの人生の中で、はじめはできなかったけれど、今では普通にできていることが、たくさんあるのではないですか？」と私は問いかけるようにしています。どんなことにも手本があり、それを繰り返し学んでいくうちに身につく、その後、自分なりに工夫していくことで上達していったはずですよ。

それは英語も同じです。繰り返し学んでいけば、年齢に関係なく身につけていくことは可能ですので、是非、最初から諦めず、自分の実力にあった教材を使って、英語学習を始めてみてください。

## 英語学習で重要なのは 音声を活用すること

英語力を身につけていく過程において、英単語がなかなか覚えられない――、といった悩みをよく聞きますが、このような方は、文字主体の学習になっていることが原因だと思えます。

例えば、自分の携帯電話の番号を覚えるとき、数字を音に変えてインプットしたはずですが、そして、番号を書くたびに頭の中で音声化(アウトプット)したことで、すらすらと言えるようになったと思います。しかし「英語であなたの携帯電話の番号を教えてください」と言われると、「ゼロ、ナイン、ゼロ……」と、スムーズに出てこないかもしれません。これは、0から9までの簡単な数字であっても、携帯電話の番号の並びを英語でアウトプットした経験が不足しているからなのです。英語学習も同様に、音声を活用することが上達のカギとなるため、私は学習者に音読を勧めています。

英文の音読は、英単語を覚えるだけでなく、リーディング力やリスニング力を身につけるのにも役立ちます。まずは、TOEIC Bridge L&R公式ワークブックなどを使い、問題に出てくる文章を声に出して読んでみましょう。

リーディングであれば、例文を繰り返し音読することで、スピードが速くなり、次第に黙読のスピードも上がります。TOEIC Bridge L&Rのリーディングの文章は短いため、その英文から音読を始めていけば、読解力も自然に身につけていきます。

リスニングに関しては、例えば、苦手意識を持たれている方にリスニングの問題文を読んでいただくと、大半の方が「文章の意味は分かる」と答えます。英文を理解できているのに聞き取ることができないのは、英文の音声に慣れていないだけです。そのギャップを埋めるためには、音声を聞いて、真似してみる。音声通りに言えるようになれば、自然と聞き取れるようになります。

文法については、実際に問題を解いてみることも必要ですが、解くだけで終わらせてはいけません。正答できない問題があったとしたら、私は、それを「間違い」ではなく、「理解のズレ」だと捉えています。そのズレを修正するためには、ルールを覚えることに加えて、正答を入れた正しい英文を繰り返し音読することが効果的です。そうすることによって、文法や単語同士の自然なつながりを理解できるようになっていきます。

## 学習の継続に必要なのは、 意志ではなく、学ぶ「意味」

英語学習を継続させていくためには、意志の強さももちろん大切ですが、私は「意志」よりも「意味」の強さ、つまり、「なぜ自分が英語を学習するのか」が重要だと考えています。仕事でも、趣味のためでもいいので、なぜ英語を学びたいのか、英語を使ってどのようなことをしたいのか、できるようになりたいのかを考えてみるのです。英語を学習する意味があると感じれば、「朝食後に少しやろう」とか、「休憩時間を利用して」などと、自然に習慣化できるようになります。

また、「英語＝学習」と考えず、日常生活に英語を取り込んでみることも1つの方法です。例えば、スマートフォンの設定を英語モードに変える、Webサイトを英語設定にして買い物や体験する、ATMを使うときに言語を英語に切り替えてみたりするのです。こうして日常生活の中で英語に触れる機会が増えると、「これはTOEIC Bridge L&Rの例文にあったフレーズだ」と思うことも増えてきます。

特にTOEIC Bridge L&Rには、シンプルで汎用性が高く、様々な場面で使い回しができる英語表現がたくさん出てきます。そうした英語との出会いを楽しみながら、TOEIC Bridge L&Rを活用して、英語学習を進めていってほしいと思っています。

TOEIC Bridge L&Rの結果は、30～100点のスコアで表示されますが、90点が取れば、TOEIC L&Rで600点程度の換算となります。英語学習初・中級者の方や、学び直そうとされている方は、まず、TOEIC Bridge L&Rを受験して、自分の英語力がどの程度なのかを確かめ、英語力を身につけて自信が持てるようになってから、「TOEIC L&Rに挑戦しよう」「TOEIC Bridge® S&Wを受験してみよう」と、ステップアップしていけば、英語学習をスムーズに進めていくことができるのではないのでしょうか。

## TOEIC Bridge L&RとTOEIC L&Rのスコア比較表

TOEIC Bridge L&R	30	40	50	60	70	80	90	91～
TOEIC L&R	～120	210	265	325	400	490	605	610～

### スコア比較表をご覧ください際の注意事項

●この表は、日本においてTOEIC L&RとTOEIC Bridge L&Rの両方を受験した受験者データを基に、TOEIC Bridge L&Rスコアから、それに対応するTOEIC L&Rスコアを予測したものです。 ●【スコアレンジ】 TOEIC Bridge L&R:30～100 TOEIC L&R:10～990 ●ETSでは定期的にデータの見直しを行い、必要に応じて資料を改訂する場合があります。 ●TOEIC L&Rスコアはあくまで目安であり、TOEIC L&Rスコアとして対外的に使用することはできません。

より使いやすく

より受けやすく

2023年度よりTOEIC Bridge Testsの  
実施月と受験地が変わりました!

詳しくはこちら



# 相手の助けを借りれば 20点の英語力でも 気持ちは十分に通じ合える

## プロ野球選手 川崎 宗則さん Profile

かわさき・むねのり 1981年鹿児島県生まれ。鹿児島工業高等学校卒業後、2000年に福岡ダイエーホークス(現・福岡ソフトバンクホークス)に入団し、12年にアメリカ・メジャーリーグベースボール(MLB)のシアトル・マリナーズに移籍。トロント・ブルーージェイズ、シカゴ・カブスなどを経て、20年よりベースボール・チャレンジ・リーグ(BCリーグ)栃木ゴールデンブレーブスへ入団し、現在も現役選手として活躍中。著書に『閃きを信じて』(ぴあ)、『あきらめる』から前に進める。(KADOKAWA)など。

30歳のとき、アメリカ・メジャーリーグベースボール(MLB)のシアトル・マリナーズに移籍したプロ野球選手の川崎宗則さん。

英語が話せないにもかかわらず、通訳をつけずに人生初の海外生活を始められました。そこでたどり着いたのが、“20点の英語力があれば、相手の助けを借りながら、気持ちは十分に通じ合える”という考えだったそうです。

## イチローさんに憧れて アメリカ・メジャーリーグベースボールに移籍

僕の人生は野球抜きには語れません。小学生の頃から野球が大好きで、18歳のときドラフト指名され、2000年に福岡ダイエーホークス(現・福岡ソフトバンクホークス)に入団し



トロント・ブルーージェイズ時代の川崎宗則さん(写真提供:MLB)

ました。その翌年、憧れの存在だったイチローさんが、MLBのシアトル・マリナーズに移籍したのを知り、「そうか、日本でなくアメリカでも野球ってできるんだ」と初めて海外を意識しました。それからは、いつかイチローさんと同じチームで野球がしたいという思いをずっと持ち続け、海外FA権を獲得すると即、マリナーズへの移籍を決めました。

“メジャーリーグに挑戦”という言い方をよくしますが、僕に限って言えば挑戦という気持ちはなくて、せっかくの人生だから、知らない世界に飛び込んでいるんな経験をしたい、そして何より、イチローさんの野球を間近で見たいというのが、渡米の大きな動機でした。

30歳で人生初の海外生活。英語は全然できないけれど、通訳はつけませんでした。本来なら言語のストレスは極力減らして、野球のパフォーマンスを最優先するのがプロの姿だと思います。でも僕は、野球はもちろん一番大事ですが、外国の文化を肌で楽しめたかった。それに言葉が通じなくても、心が通じれば何とかできるという自信がありました。

とは言うものの、実際に現地生活を始めてみると、「あ

れ? やっぱり通訳が必要だったかな」と後悔したことは何回もあります。掲示板の案内がよく分からず、自分に関係ない初級者向けのミーティングに連日参加してしまったり、試合当日に1人だけ違う球場に行ってしまうたり、とにかく大失敗の連続でした。さすがに少し英語を勉強しようと、一時帰国したときには妻と2人で英会話教室に通いました。ただ、僕のレッスンは専らヒーローインタビューの受け答えの練習でしたけどね。それは後日、本番で役に立ったので結果オーライです。

## コミュニケーションはキャッチボールと同じで 相手と一緒に作りあげるもの

有り難かったのは、僕が何か困っていると、いつも必ず周りの誰かが「大丈夫か?」と声をかけてくれたことです。そこで僕がたどり着いたシンプルな答えは、「分からなければ聞けばいい!」。しかも、満点の英語を目指さなくていいんです。100点なんて取れなくても、20点の英語ができれば、後の80点は相手がカバーしてくれます。コミュニケーションはキャッチボールと同じで、自分だけではなく、相手と一緒に作りあげるものなんだと考えるようになったら、肩の力が抜けずごく楽になりました。

そもそも、どんなに英語が流ちょうでも、その人が感じの悪い人だったら、誰も関係を深めようとはしませんよね。逆に言葉が通じなくても、日頃接していて、この人いい人だなと思えば、自然と気に掛けるし、助けたくなるものです。一つひとつの小さな行動や誠実な態度の方が、実は言葉より大事なんだと思っています。

チームの仲間とは本当に仲良くなって、よく一緒に飲みにも行きました。みんなワイワイと早口で英語を話すけど、よく聞いていけば、「多分、こういうことを言っているな」というのが何となく分かるのです。それで僕も一所懸命に集中して、自分の中にある単語をかき集め、パパパッと何か言う。それは文法も正しくないし、二度と同じことは話せない僕オリジナルの即席英語です。でも、それで十分会話はできるものです。

僕たちが日本の学校で習う英語は、確かに正しい英語でしょう。ただ、音楽に例えると、それはクラシックや懐メロのようなものです。時代とともに、ロックやヒップホップといった新しい音楽が次々と生まれてきたように、英語だってどんどん進化し、日々変わっているのです。だから難しく考えるより、いっそ自分たちだけの新しい言葉を作ってしまう方がいいと思っています。僕はよく挨拶がわりに、“Hey, what’s up Sushi?” “Yeah, I’m Tuna!”なんてやっていましたが、それ



「本気で英語を話せるようになりたいければ、できるだけ早く海外に行ってほしい」と語る川崎さん

でお互い気持ちが通じ合っていました。これぞ最先端のコミュニケーションではないでしょうか。

## 英語に本気で興味があるのなら できるだけ早く海外に行った方がいい

日本とアメリカでは、野球の文化も全然違いました。日本では指導者を中心に組織としての協調性が求められますが、アメリカでは選手一人ひとりが自律していて、それぞれが考えて行動します。各自が好き勝手にやるので、正直、野球の試合では統率されにくい面もあります。ただ、野球のユニフォームを脱いだときには、その自律が必ず活きると思うのです。少なくとも僕にとっては、誰かの指示を待つよりも自分で動いて仕事を見付けていくという姿勢は、とても新鮮で勉強になりました。そんな風に自分の価値観が広がっただけでも、アメリカに行って良かったと感じています。

僕はときどき、中学校や高等学校に呼ばれて講演をします。そこでよく「どうしたら英語を話せるようになりますか」と聞かれるのですが、僕は「本気でそう思うなら、できるだけ早く海外に行きなさい」と答えています。日本にいて今の環境に満足なら、そもそも英語を身につける必要なんてないかもしれません。ただ、もし少しでも外の世界に興味があるのなら、狭い教室で悩んでいるだけではもったいないじゃないですか。

興味を持つきっかけは、「大谷選手の試合を生で見たいな」でもいいんです。チケットを買って、海外の空港に着いたときから、未知の体験の始まりです。ホテルへ行く途中で道に迷うかもしれないし、球場で隣の人から突然ハンバーガーをもらうかもしれません。人生は、予期せぬことが次々と起きるから面白いのです。そのような状況になったら、あなたは頭と五感をフル回転させ、必死に英語を話すでしょう。そのとき、完璧な英語でなくても、思いを伝えることができることに、きっと気付くはずですよ。

## 山村留学と英語教育を組み合わせ 日本文化の理解も深める

群馬県高崎市は、過疎化に伴う廃校舎を活用し、先進的な英語教育を進めています。同市が2018年に開設した「くらぶち英語村」は、子どもの自立心や協調性を育む「山村留学」と、年々ニーズが高まる「英語教育」とを組み合わせた国内英語留学施設です。生活全般を英語で行う山村留学は、全国でも初の試みとして注目されています。



公益財団法人「育てる会」  
今野 公彦氏(左)  
高崎市職員  
久保田 直之氏(右)

旧川浦小学校を改築した総木造りの寄宿舎で生活するのは、全国各地から応募があった小学4年から中学3年までの計23名。子どもたちは地域の倉渕小・中学校に転校し、1年間親元を離れます(長期休暇期間を除く)。スマートフォンやテレビのない環境で、

英語に堪能な日本人スタッフ8名、ネイティブスピーカーの外国人スタッフ8名と英語に囲まれた生活を送ることにより、実践的なコミュニケーション能力を高めるのが狙いです。

「ただ英語を話せるだけではなくて、日本人としてのアイデンティティを持った上で、世界で活躍する大人になってくれたら」と語るのは、高崎市職員の久保田直之氏。英語村ではこのコンセプトの下、英語教育のみならず、田んぼや畑での農作業に味噌作りや梅干し作りなど、自国文化の理解を深める体験活動にも力を入れています。

## 実践的なコミュニケーション能力を養う “英語での日常生活”と“独自の学習プログラム”

5時50分起床(土日は7時)で始まる子どもたちの生活は、英語にあふれた空間です。例えば朝食と夕食の席では、4~5人で囲む1テーブルに外国人スタッフ1名が付き、英語で会話を楽しみながらの食事。集団生活を送る上での連絡事項を共有する朝夜のミーティングも、日本語は使用しません。「消しゴムのかすをちゃんと捨ててください」といったアナウンスを、英語で行えるよう準備する子どもたちの姿も見られるそうです。

# English Frontline

各分野での英語に関する取り組みをご紹介します

## 1年間親元を離れ、英語での集団生活 小・中学生の自立心と英語力を育む山村留学施設

さらに英語村では、日常生活を英語で送るだけでなく、独自の学習プログラムも整備しています。その1つが「Self Study」です。毎週1~2回、外国人スタッフと1対1で30分間のセッションを行います。子どもが自分で目標を設定し、それに対して外国人スタッフが提案を行う形で、例えば「リーディングを伸ばしたい」という子であれば、一緒に英語の本を読むなどして能力向上を図ります。

「ある程度英語での生活に慣れてくると、『英語って簡単に使えるんだね』ということ子どもたちはよく言うんです。そうなるとステップアップが難しくなります。そこで、こちらが伸び幅の縮まりを感じた子には、新聞記事についてのディスカッションなどレベルの高い提案を行い、さらに力を伸ばしていくための動きかけをしています」と、当施設の運営を務める公益財団法人「育てる会」の今野公彦氏は語ります。

ほかにも週末の活動について日記をつづる「Diary Time」(週1時間)や、1日に1つ日常生活でよく使う表現を学び、簡単な劇を披露する「English of the Day」など、4技能を高める様々なプログラムが用意されているのも英語村の特徴です。

1年間の生活を通した子どもたちの変化について今野氏は、

「ネイティブスピーカーによる“英語のシャワー”を毎日浴びているので、4技能の中でも特にリスニングの飛躍的な伸びを実感しています。外国人スタッフの言葉をキャッチして、指示が出されたら動けるところまでは、元々英語学習の経験が無かった子でもみんな到達しています。『子どもの耳はずいぶん』と感じますね」と振り返ってくれました。

現在、英語村では1年間の留学となる「通年コース」に加え、1泊2日の「週末コース」や3泊4日~5泊6日の「短期コース」を設け、より多くの子どもたちに体験の機会を提供しています。



敷地内の畑を、外国人スタッフと一緒に耕す子どもたちの様子

TOPIC  
01

10月19日は「TOEICの日」2023

## 英語に触れて、英語を楽しむ企画を実施

「TOEICの日」  
2023の特設  
ページはここ  
から →



10月19日「TOEICの日」に、英語を楽しむ企画を実施しました。今年は、英語学習者を応援するオリジナルソングの制作、公式教材が抽選で当たるInstagram投稿キャンペーンなどを行い、多くの方に注目していただきました。

### 「TOEICの日」 オリジナルソングを YouTubeで公開

TikTokで100億回再生を突破したクリエイターの山口夕依さんにご協力いただき、英語学習者を応援するオリジナルソングを制作。ミュージックビデオを、10月19日にTOEIC公式YouTubeチャンネルで公開しました。



yugure / 山口夕依さん

### Instagram投稿 キャンペーン #TOEIC公式教材で勉強中

「今日の学習予定」や「おすすめの公式教材の使い方」などを、所定のハッシュタグを付けてInstagramに投稿するキャンペーンを実施。抽選で100名様に、公式教材と手のひらサイズの教材をプレゼントしました。



### バンダイより TOEIC公式教材の ミニチュア版が登場

バンダイのカプセルトイ「ガシャポン®」より、TOEIC公式教材をわずか約50mmの手のひらサイズにミニチュア化した豆ガシャ本が全国のカプセルトイ自販機にて発売されました。全ページ



(各巻128ページ)フルカラーのガシャポン®オリジナル編集版で構成。

商品名:豆ガシャ本「TOEIC®公式教材」/全4種  
発売元:株式会社バンダイ  
価格:1回 500円(税込)  
※「ガシャポン」は、株式会社バンダイの登録商標です  
※製法および文字サイズにより、一部読めない箇所がございます

TOPIC  
02

TOEIC Bridge Testsとのコラボレーション企画

## 「QuizKnockと楽しく英語を学ぼう!」を開催中

企画の  
特設ページは  
こちらから →



クイズ王の伊沢拓司さん率いる東大発の知識集団「QuizKnock」と、基礎的な英語4技能を測定する「TOEIC Bridge Tests」がこのたびコラボレーションしました。英語が苦手な人も得意な人も、きっと英語が好きになる、楽しいコンテンツを発信しています。



鶴崎 修功さん



伊沢 拓司さん



とむさん

### No.1 QuizKnockメンバー座談会

お三方が、どうやって楽しく英語を身につけ、それによりどのように世界が広がったのか——。学生だけでなく、大人も参考になるエピソードが満載です。

### No.2 #TOEIC Bridge 公式 みんなで模擬受験

QuizKnockメンバーもチャレンジした、TOEIC Bridge L&Rの試験の一部を、YouTube上で無料体験できます。この機会を是非お見逃しなく!

エントリー期間: 2024年3月18日 10:00まで  
24年3月18日 17:00まで視聴可能

模擬受験の  
エントリーは  
こちらから →



## 公平性が高いテストを提供

IIBC 調査研究室

本連載では、TOEIC Programを開発するETSが、テスト品質の維持向上のためにしている取り組みについて、お伝えしていきます。ここまで、テスト品質を構成する以下の3大要素のうち、「妥当性」と「信頼性」について解説してきましたが、今回は、「公平性」を見ていきましょう。

- 妥当性：測るべきことを、測れている
- 信頼性：テスト結果に一貫性がある
- 公平性：誰にでも公平なテストである

世界中の多様な受験者を対象とするTOEIC Programでは、テストの公平性を担保すべく、様々な取り組みを行っています。

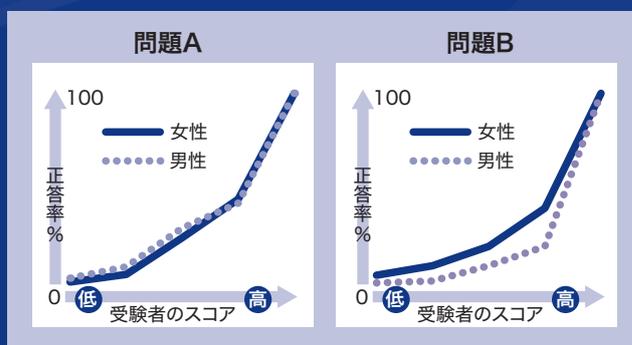
例えば、テスト問題を新たに作成するプロセスにおいては、「内容レビュー」「公平性レビュー」「センシビティレビュー」といった複数のレビューが実施され、全てのテスト問題はこれらのレビューを通過しなければなりません。レビューでは、テスト問題に以下のような要素が含まれることのないよう、テスト開発の専門家がフィルタリングをしています。

- 測定対象外の知識やスキルを必要とする要素
- 受験者集団の属性\*（人種、民族、性別、年齢、障がいなど）によって有利・不利に働く要素
- 受験者が不快に感じる要素（差別や偏見など）

全てのレビューを通過し、無事にテストフォームに組み入れられた問題は、テスト実施後、今度は統計学的に「公平性」が検証されます。TOEIC L&RやTOEIC Bridge L&Rでは、テストが実施されるたびに、ETSの心理測定学者が全ての新規問題が意図したとおりに機能したか——受験者集団の属性によって有利・不利に働く問題が発生していないか——を、

実際の受験結果データを用いた統計分析を通じて検証しています。

例えば、問題に受験者の「性別」による有利・不利を生じさせる要素が含まれているかを検証する場合には、同じテストフォームを受験した受験者を男女別に分けて、問題の正答率を比較します。以下は架空の例ですが、問題B（下記右グラフ）のように、男女間で正答率に一定の水準を超えた差が発生する可能性があります。



統計分析の結果、問題Bのスコア帯別正答率が女性に比べて男性の方が有意に低いと判断された場合、問題Bは「受験者集団の属性（ここでは「性別」）によって有利・不利に働く可能性がある」として検知され、専門家による再レビューの対象となり、公平性の観点から不適格と判断された場合には、採点の対象から除外されます。

ETSでは、テストの設計・開発といった最上流の工程はもちろん、上記のようなテスト制作・実施・採点、さらにはリサーチや関連サービスも含めた全プロセスにおいて、「公平性」を担保すべく、厳正に取り組んでいます。

\* TOEIC Programでは受験者の皆様に、性別や年齢、その他背景情報（学歴や雇用状況等）の収集にご協力いただいています。これらの情報はスコアの公平性を担保するために欠かせない統計分析や、テストおよび関連サービスの品質向上のためのリサーチ等に活用させていただいております

TOEIC L&RはTOEIC Listening & Reading Test、TOEIC Bridge L&RはTOEIC Bridge Listening & Reading Testsの略称



あなたが世界をつなぐ  
あなたと世界をつなぐ

一般財団法人 国際ビジネスコミュニケーション協会  
The Institute for International Business Communication

IIBC 公式サイト <https://www.iibc-global.org>

外部からの寄稿や発言は、必ずしも当協会の見解を表明するものではありません。

本誌は公式サイトでもご覧いただけます。

[https://www.iibc-global.org/iibc/activity/iibc\\_newsletter.html](https://www.iibc-global.org/iibc/activity/iibc_newsletter.html)



IIBC NEWSLETTER

【お問い合わせ】

広報・CSR チーム [pr@iibc-global.org](mailto:pr@iibc-global.org)