



CHALLENGE

英語苦手な方へ (TOEIC 400点台から)

2021/7/28

Version 0.7

Hiroaki Takahashi

はじめに

- この資料を書くか、少し迷いましたが、これを読んでもくれる皆さんが、何か行動を起こすきっかけになればいいな—と思い、恥を覚悟で筆を進める事にしました(笑)
- これを読んでいるという事は、読み手の皆さんは、恐らく英語が『苦手』『嫌い』という方かと思います。
- しかし、表紙をめくったという事は、皆さん恐らく『苦手だけど、嫌いだけど、上手になりたい・上手くならないといけない』と思われているのではないのでしょうか？
- 私も、皆さんと同じでしたし、今も苦手です。でも、1歩踏み出して、且つ継続する事で、少しずつですが、向上をする物である事が私も実体験し・理解できました。
- 後述では、そんな体験を独断と偏見満載ですが書いてみようと思います。
- 皆さんの、1歩踏み出す足が、少しでも軽くなることを祈りながら・・・(乱筆乱筆お許しください)

話題が、ポンポン色々と飛ぶので、お許しを～(^^)/



目次

◦はじめに

◦みなさん、どのタイプですか？

◦試行錯誤の経験例

超ビギナー編（自分の場合）

◦参考

現在、試している事今まで試した事など

自分試したことなどを主に記載します。他の方のご経験もお聞きして参考にしていきましょう

皆さんのどのタイプですか？

社内の英語のコミュニケーション

困ってない^^

すでに、ご自身の言語スキルを伸ばすための、学習方法を自分なりにお持ちだと思えます（例：習うより慣れろなどなど）。この資料は読む必要ないので、眺めるくらいで～^^/そして、高橋以外の皆さんのTIPSなども聞いてみましょう～

困っている。。。。

英語勉強チャレンジするけど、いつも挫折する。

英語勉強必要と思うけど、英語嫌い。

必要そうなのは、なんとなく分かるけど、勉強する気合いが湧かない。

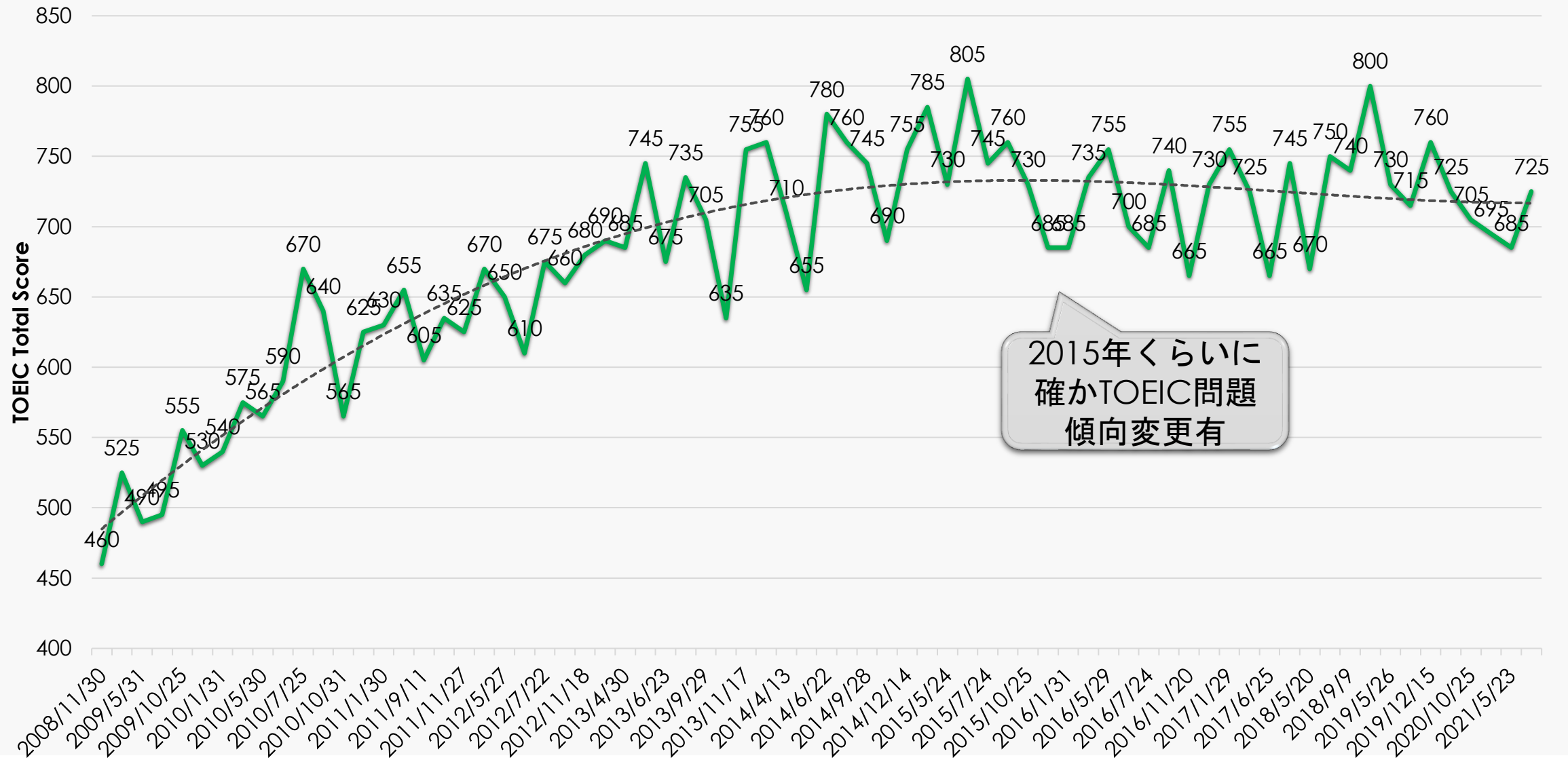
英語の勉強継続中で、ゆっくりではあるけど、少しずつ上達中。

スライド5からご参照ください。

番外編をご覧になってから、スライド5をご覧ください。

“参考”スライドを、ご覧ください。自己学習のヒントがあるかもです♪

いきなりTOEICスコア推移



グラフ見て皆さんどう感じました？

- TOEICが、その人の英語力を測る指標として、良否については、議論があることは承知していますが、敢えて、自分の記録を見てもらいました。
- 2008年からある事をきっかけ（後述）に、できる限り毎回受験をしてきました。
- 400点台から始まり、最高点は805点。（最近頭打ち(笑)）

皆さんはどう思ったでしょうか？

- 始めた当時の自分は、600点・700点なんかは、夢のまた夢と思っていました。500点後半にいつか行ければいいなーって思っていました。



例えば、こんな事浮かんだかな？

- こんなに期間かかったのかー
- 高橋さん才能ないよな～。400点？
- 毎回受験して、何か意味あるの？
- こいつこれでよく外資のマネージャやってんなー。
- TOEIC点数取ったって意味ないんじゃない？

2つの事実

最初のグラフと自分の経験から以下をお伝えします。

1. 英語苦手・嫌いの自分でも、ある程度のTOEICの点数レベルまでいける。
 - 到達スピードは個人差があるが、必ずTOEICの点数は上げられる。
2. 現在720～750点ぐらいのレベルですが、会社の電話会議で、恐らく理解度は60～70%ぐらい。
 - 実務では、恥ずかしく・シンドイ場面は多々あるけど、400～500点前半の時は会議をどうやって休むか？しか考えてなかったですが、それに比べれば、現在大意しか分からないけど、天国。

少しでも自分が、将来楽しく仕事できるように、何か始めてみませんか？



英語できない人の気持ちが痛いほど分かる自分が、自分の経験を皆さんの参考に後述していきます(^^)/

当時よく自分が質問したこと

- 皆さん、上手な人達や先輩達に、こんな事をよく聞いていませんか？

『どうやったら英語できるようになる？』

当時、自分も色々な人に沢山聞きました。

そして、沢山のHow To 本も読んでみました。

好きな映画を字幕なし
で、繰り返し見たら？
いい感じになったよー

英語しかしゃべれない
友達や彼女作ったら？

追い込まれれば、何と
かなるさー（海外出張
など勇気を出して！）

NHKのラジオ講座
よかったよー

英語耳の練習もい
いんじゃない？

習うより慣れろ
だよー。

とりあえず、街
の英会話学校
行ってみたら？

スピードラーニング(笑)

こんな、色々なアドバイスを、いただいていませんか？
どれも、成功体験者のアドバイスは、きっと事実で本当です！！

ここで重要なのは、それぞれの過去の成功者が、
**どの時点で、どの自身のレベルの時（どんな課題がある時）に、
これらの取り込みがして、効果がでたか？という事だと思えます♪**

自分がたどり着いた当たり前の事

- 答えは1つではなく、**それぞれの人によって手法は異なる**。しかし、答えは必ずある。
 - 何故なら、個々人の現在の実力レベル・課題は異なり、それに合うようなものでないと効果がでない。
 - 自分の課題に合うものを探すために、現状分析後、**色々な手法を試す試行錯誤が必要**である、という事です (Note) 。
- 継続するための、**習慣化が絶対必要**である。
 - グラフ見ていただきましたが、苦手・嫌いの方は、そう簡単に短期間で上達しません。(才能があり短期で上達するのであれば、この資料を見る前に、上達しているでしょう(笑))
 - **試行錯誤を続けられる、“継続力と習慣化”が必ず必要**です。

Note:この“試行錯誤”は、自分の同期で、苦手な状態から、自分よりずっと早期に、すごい上達した友人も同じことを言っていたので、きっとほんとです！

試行錯誤の経験例

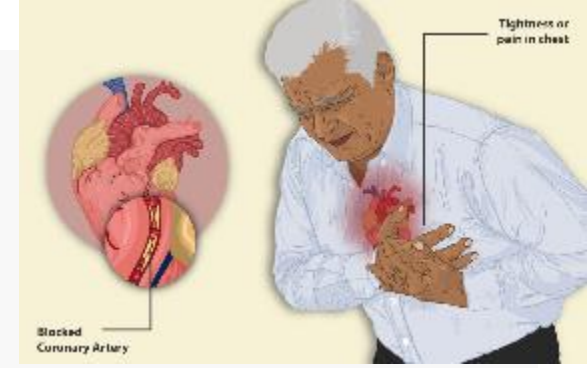
超ビギナー編
(自分の場合)

英語苦手なビギナーに、 “習うより慣れろ” だけでは辛い。。

- 自分の場合ですが、最初安易に、NOVAの駅前留学に行きました。理由は、簡単で“習うより慣れろ”を信じて、100回チケットを(当時高額な物)、ボーナスをほとんど使って、買った記憶があります。
- 最初は、外人と時間が楽しく過ごすことが出来ました。しかし、何かちっとも上達している気がしないし、会社電話会議を聴いても、前より理解度が増す気が全くありませんでした。
- 加えて、メールなども読むのがシンドイのは、変わらず。。。
- 結果、仕事もかなり忙しくなり、それを言い訳に、そのうち足が遠のいていきました。。。



その後ストレス性狭心症発症 ～英語勉強再開のきっかけ～



- 会社で夜仕事していると、胸が苦しくなりました。
- 色々と検査を長い時間をかけて、行った結果、診断は“ストレス性狭心症”と。。
- めちゃ不規則・長時間勤務で、且つ客先プレッシャも強い状況で、長年仕事を行ってきました。自分は、ストレスを意識下に抑圧して、身体症状として先に表面化し自律神経が乱れる状態になっていたようです。
- そこで、仕事の内容を会社の上司の配慮もあり、TASKの変更をしていただき、自分でも自身のストレスの要因を振り返り、いくつか**ストレス軽減対策**に乗り出しました。
 - 例：会社のメールを土日に見ない、アウトドアスポーツを始めてみる、意識的に短期の旅行も増やすなどなど。
- 会社内でもストレス要因（先行要因）を考え、その1つが英語会議や、US・インドのエンジニアとのコミュニケーションであったと考えました。**当時は、英語の会議があると思うと、気分は朝からブルーで、とにかく出たくない・休みたいなーと思ったりしていました。**
 - **本気で、ストレス対策の為に、英語苦手・嫌いを、少なくとも“嫌い”を無くそうと思いました。**
 - そこで、TOEIC・英語を趣味にしようと考えました。
 - 会社でやらなければいけない物⇒**楽しくやる個人的な趣味にしていこう！**と、自分の認知をかえていこうと思いました。

脱線：当時の自分の思考循環

- 。ここ1年くらい英語とは別に、メンタルヘルス分野の勉強をしています。少し脱線しますが、今振り返ると、こんな思考・行動の悪循環だったと思います。



将来英語できないと、きっと困るので、勉強しなきゃ

仕事忙しいし、効率的に、楽に上達したい

とりあえず、外人と話せる英会話いってみよう

仕事忙しいし、いつでも、フリーで予約できる英会話行ってみよう。

外人とレッスンしている時には楽しい

しかし、楽しいが上達が感じられない。

会社でも、英語の会議でも相変わらず聞き取れない・分かったふりは辛い・・・

辛いけど、がんばっていかないと・・・予約しなきゃ。

やっぱり英語自分は、勉強してもダメかな・・・苦手意識増・・・辛い。

始めてみる物の効果が感じられず、この悪循環を繰り返し、続かない。

仕事が更に忙しくなる。

英会話の予約を取る気力がなく、中断。。**罪悪感。**



現状分析（当時）

- 今までの悪循環をそのまま、根性論で再度挑戦するのは、恐らく無理で、且つ再度罪悪感に陥りストレス増となるので、“なぜ、外人と話す英会話だけでは、自分は上達できないか？”を冷静に考えてみました。
- 当時のTOEICスコアは、400点台で、且つ学生時代も英語がいつも足を引っ張っていた自分でしたので、以下のような感じかと、自己分析しました。

✓ **グラマー（英文法）の理解不足・勉強不足**

✓ **圧倒的な語彙力不足**



- この状態では、いくら映画を見ても・リスニングのCDを聴いても、呪文を聴いているような形で、脳の中で全くつながらず、理解ができていませんでした。

- **つまり、近道・効率の良い方法は、当時の自分には向かないと、腹をくくり、基礎中の基礎から英語の勉強を遠回りしても良いので、進めてみようかと決めました。**

現実どうやっていくか？ 色々試行錯誤してみることに・・・

今までの悪循環に陥らない為に、いくつか？自身でも以下のような工夫をしてみました。

- 仕事を言い訳に行かなくなる。いつでも予約できると思うと、予約しないなどの懸念。。自主学習をする根性もないし、続いた事がない。
⇒仕事を言い訳にしないように、**土曜日の16時に毎週行くレッスンに通う**事にしました。
- 当時の自分では、英語で外人講師に、自身の分からない事を質問ができず放置していた。。
⇒**日本人講師の方で、且つ質問を遠慮なく**できるように、やや高いが依頼。
⇒自身のレベルに合わせて、**マンツーマンで基礎**を教えてくれる方に依頼。
⇒苦手エリアや、上達度を把握してもらう為に、**毎回同じ講師の方に固定して**依頼。
⇒レッスンは40-50分なので、**宿題を出して**もらって、自主学習も併用できるように依頼。
- 上達度合が感じられなく、不安。。
⇒英会話（聞き・理解し・話す）で、上達実感ができるまでには長期間かかるので**Small Goal**を検討。
⇒とりあえず、TOEICの点数向上を目標にすることにした（500点・600点）

なぜ“TOEIC”？

いろんな選択肢があったと思いますが、
このTOEICを短期目標：Small Goalの指標にしました。
英検なども良いと思いますが、以下の理由で、自分は選択しました。



- 。日本の社会で認知されており、有名。つまり**高スコアは、履歴書にも書ける**。
- 。頻繁に試験が行われており、**受験しやすい**。（当時は年間8回だったかな）
- 。対策本・参考書・過去問も大量にあり、勉強のネタに困らない。
- 。英語初心者の対策本・つまり**基礎の基礎も体系的に学べる教材が沢山あり**。
- 。TOEIC L&R(リスニング・リーディング)を目標とするが、現状の実力では、**まず聴ける・読めるができる事が、実務的にも先決で、今の自分には十分**。
- 。TOEICは語彙が、一般ビジネス中心で偏っているが、自分はまずはそのレベルの語彙力がないので、幅広い知識の習得は必要ないと考えた。
- 。TOEIC対策本を読むと、結構、英語の実力以外に、戦略的な視点で書かれている所があり、ひょっとしたら、楽しいかもしれない。

実際始めてみました♪

○ GEOSマンツーマンレッスン

- 近所の英会話教室を複数まわって、自分の悩みとTOEIC対策をしたい事をお話した。（近所にしないと遠いを言い訳にしそうなので(笑)）
- 一番親身になってくれて、雰囲気良かった所で、日本人講師の方をお願いをしました。
- **土曜日16時に、毎週固定枠**をお願いをしました。他の予定は、この予定を避けて入れるなどしていきました。最初、大丈夫かな？って思ったけど、意外と固定で決まっているといけるということが分かりました(^^)/
- また、日本人の講師が、**かわいい方で、親切で、分かりやすく、褒め上手で、毎週行くのが楽しみ**になってきました。（完全趣味の世界ですが、この“楽しく取り組む”は、続ける・習慣化するのにはほんと大事です(^^)/）
- 復習と翌週までの宿題は、平日は仕事忙しくて、絶対やらない自信があったので(笑)、土曜日の講座が終わって、自宅に戻る途中の、喫茶店や漫喫で終わらせました。
- 特に、超基本的な文法の他に、品詞を理解して**反復練習**をしたのは、自分にとって非常に良かったです（恥ずかしいけれど、副詞なんかは、ほんと分かっていなかったし、使っていなかった。。）

○ TOEIC基本語彙の強化

- いろんなやり方があると思いますが、自分は**“キクタン”**をやっていました。今は、アプリもスマホであるので、発音聴きながら、綴りみながら、例文を聴きながらやっていくのが良かったなー。キクタンは、TOEICスコア毎にシリーズでているので、自分はお気に入りでした。（**これも反復練習の1つ**）

試験を沢山受け始めました

○ TOEIC試験

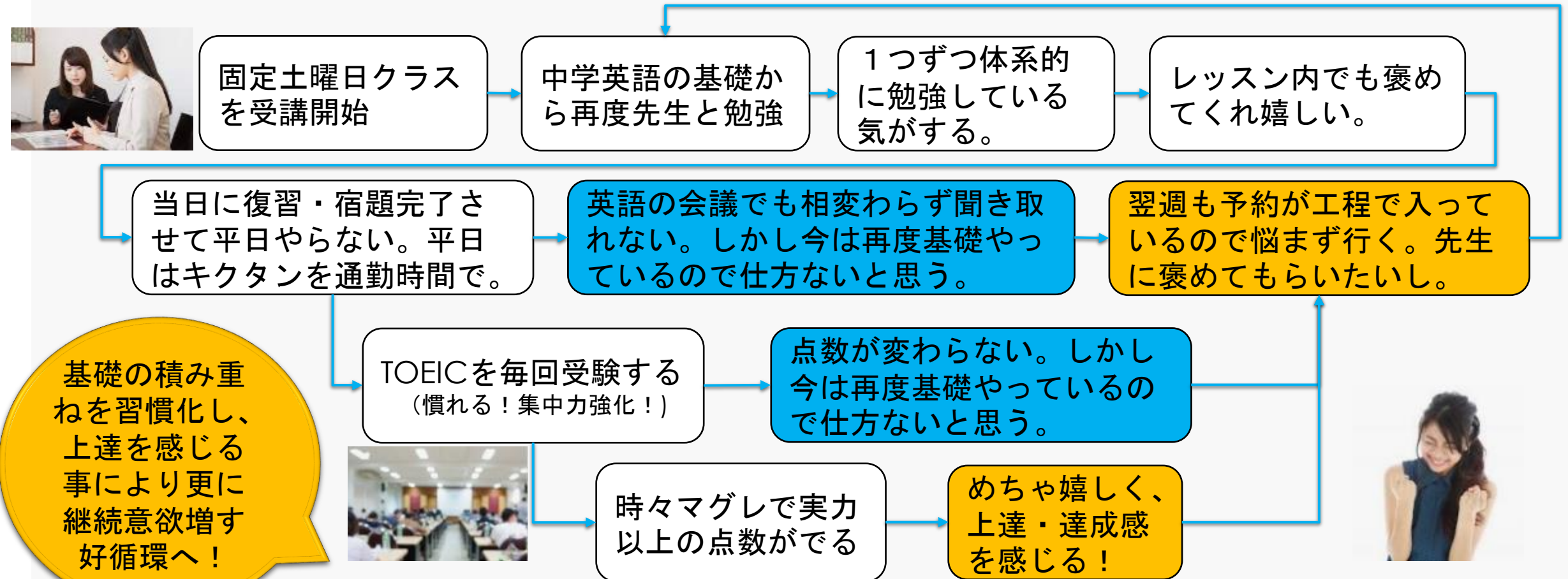
- 最初は、あの膨大な問題数に慣れるのと、2時間の集中力を養う為に、できる限り多く受験しました。
- 基礎の勉強中なので、点数には最初は現れないのは分かっていましたが、How To本に書いてある効率的に解くやり方などを、読んで1つ1つ実践をしていきました。
- 実際、何回も受けると、緊張がほぼなくなります。加えて、時々マグレで、実力以上の点数が出る時があります。これが、実は単純にめちゃ嬉しくて、意外と自身のモチベーションになります！
- おまけ：意外と行ったことない大学や場所での試験などがあり、ちょっと毎回楽しみになっていたりしました。青学や東大や女子大などなど～。

基本的な戦略例：

- 基本的には、設問から読む～（リスニングも、リーディングパートも）
 - 苦手な種類の文は飛ばしてしまう（自分はイタリック調のArticleなど）
 - 品詞問題がでたら、チャンス！意味は考えないで、形で入れちゃう。
 - Part2は、間違え探しで、2つに絞る。
- などなど、戦略本にはテクニックいっぱいです♪

再び脱線：その後の自分の思考循環

- 固定TOEICレッスンを始め、TOEICをじゃんじゃん受けるようになってこの悪循環思考パターンは怎么样了でしょうか？



脱線の脱線：これはどういうこと？

- 最近メンタルヘルスの勉強する中で、この変化は、どうして、どうやって起こったのか？少しずつ、自己分析が振り返ってできるようになってきました。
- 3日坊主の悪循環を抜ける為に、この循環（システムという）に、変化を自身で与えていました。
- この時に、“無理やり、毎週土曜日TOEICレッスンに行く”という“システムのパターン変更”を行いました。加えて、練習の為に、TOEICを毎回受けるという、変化も入れました。
- この結果、無理やり英語の勉強を続ける事で、しばらくすると、小さな変化（TOEIC点数の上昇）が発生して、これを脳がモチベーションと感じて、好循環が始まりました。
- この変化の手法を心理療法の中で、システムズアプローチという物で、心理の葛藤を抱えた方の短期療法で使われるそうです。
- また、自然に苦手・嫌いという認知を、“TOEICを趣味にしよう”と周りにも公言する事で、徐々に自身の行動も変わってきたのかもしれない。（行動した結果で成果がでて、逆に認知が変わってきたのかもしれませんが、ちょっとこのあたりアヤフヤです(笑)

このように、皆さんも、悪循環に心理的にはまっていて、勉強が継続できないなどの状況に陥っているようであれば、試行錯誤でOKなので、パターン変更を何回も試すことで、好循環にはいっていく可能性があると思います(^^)／

何が大事？

自分の話ばかりしてしまいましたが、同じような400点台で、抜け出せない人に何が必要か？サマリーします
(独断と偏見)

○ 継続して勉強できるような習慣化の模索 (試行錯誤)

- 苦手・嫌いな物を勉強するのは、普通続きません。
- 自分は生活の中に、固定クラスという形で取り入れていきました。この工夫ができるか？が一番大事です。

○ 基礎を再度徹底的に！

- 400点台近くの方は、中学・高校と英語をちゃんと勉強していません (自分そうでした。.)。
- 過去は変えられないので、割り切り、基礎から勉強しましょう。この資料読んでいるという事は、今までも効率的な方法を試して、皆さんも挫折しているのでは？ 基礎勉強を怠ってきた自分と、建設的直面化しましょう。
- 今まで自主学习 (参考書など) で、失敗している人は、基礎を身につけるまでは、自力は諦め人を頼りましょう。

反復練習も
ごく大事♪

○ 少しずつの上達を感じ続けられる事を模索 (試行錯誤)

- これもすごく大事です。人間褒められることが、継続するには、必要です。友人・上司・ご家族・講座の先生誰でも良いです。
- 自分の経験からは、自分自身で褒められて、且つ友人にも自慢できる、TOEICは我々初心者にお勧めです。

ここまでの“まとめ”

- 将来の為に、英語やんなきゃーって、思っているけど、仕事・家庭を言い訳にできていない“高橋みたいな方”を想定して、ここままで書いてきました。
- 出来ない自分が言うのもなんですが、英語を使う会社で仕事を今後もお仕事していくのであれば、絶対英語できた方が良いです。
- ドキュメント読むのも、R&Dの人と仕事するのにも、海外の人と仕事するのにも、できるようになると、すごくストレス少なく楽でしょう。そして、何より皆さんの将来の可能性が広がっていきます(^^)/
- 現状のやらない・やれない悪循環を、少しの勇気を出して、変化を加えてみましょう。
- 変化は1回では上手くいかないかもしれませんが、試行錯誤で沢山試す事で、何か自分に合った物が、必ず、見つかるはずですよ(^^)/

皆さんの試行錯誤 (Challenge)の旅を自分も応援します！

習慣化できる手法を試していきましょう♪

悩んだら、1人ではなく、一緒に周りの人と悩んでみましょう～。

皆さん自身の今のレベル・課題に合うかは、ご自身で試してみるしかありませんので、色々とあるんだなーと見ていただければと思います(^^)／

参考

現在、試している事

今まで試した事

などを抜粋して、参考にご紹介します

英会話学校 (対面式) TOEIC対策



- 色々メジャーな学校当時まわって、お話を聴いて、GEOSにしました。
- 決め手は、
 - 近さ：自分で天候などを言い訳にしない
 - 親切そう：先生がやさしそうで、親切そうで、かわいい（ちょっと不純な動機(笑)）
 - マンツーマンで日本人：超基本的な質問を沢山すると想定して（実際そうでした）
 - 価格：ベルリッツなども実績があり良さそうでしたが、個人で実施するのには高かった。。GEOSが当時は、リーズナブルと想着て、申し込みました。
- 当時は、GEOSのTOEIC専用講座のテキストなどもなかったので、先生が各種テキストをテーマ毎にコピーしてきた物を数枚宿題になって、翌週に答え合わせをしながら、解説をしてもらう感じでした。
- また、語彙力も必要なので、毎回レッスンの中でも、**反復練習をする感じ**。この時に、発音も一緒に指摘してもらいながら、進めていきました。加えて、リスニング試験もCDを聴きながら、実施していきました。
- その後、GEOSはつぶれてしまっていて、NOVAと合併し、他の先生になりました。現在も小林先生と、今でも毎週土曜日にTOEIC講座をしてもらっています。
- グループレッスンとは異なり、自分がじっくりこなかった所を質問できるのは、やはり良かったです。また、いつも同じ先生である事は、自分の弱点をよく知っているのが、非常に良かったんだな一と思っています。

どんな学校を選ぶか？というより、自分のレベルにあった指導をしてくれる方に出会い、長くお付き合いできるか？の方が重要だったんだな一と、今は思います。

TIPS：沢山のオンライン講座

- 前ページのように、自分は、敢えて対面式のTOEIC講座を申し込みました。
 - しかし、時代が進み・且つコロナの影響もあって、かなりオンライン講座も充実してきました。
 - ほとんどのコースで、オンラインでも、無料お試しレッスンがあると思います。
 - 片っ端から、無料で受けて、自分に合いそうな物を見つけてみるのも良いかと思います。
 - オンラインだと、通学の手間がないので、夜や朝などの自分の1日のルーチンに入れやすい時間などに入れられるのが、すごく大きなメリットだと思います。
- 自分オンライン講座やっていないので、超初心者系でどれがいいか？分かりませんが、受けられた方の感想なども今後お聞きしたいですよね♪



キクタン

- このシリーズ大好きです。
- 自分は、最初書籍版をやってましたが、今はスマホのアプリ版があるので、そちらをやっています。
- スマホ版は、チャンツだっけな？っていう、軽快な音楽に合わせて、英語⇒日本語⇒英語⇒日本語と、流れて、通勤途中によくやりました。
- クイズもついているので、繰り返し脳に刻み込んでいくのに良いです（**反復練習**）。
- TOEICのScoreに合わせて、初歩的な物から、800点を目指すものまで、色々あるので、良い気がしています。
- 早目に自分の現在のスコアの物を終わらせて、1つだけ高いレベルのをやっていくのが、お勧めです♪

キクタン TOEIC® L&Rテスト SCORE 500

一杉武史 編著

キクタンとは…

聞いて覚える英単語

ロングセラーには理由がある!

- ① 「英→日→英」のチャンツで手軽に学べる
- ② 時間・分量を選べる5つのモードで無理なく学習を継続できる

シリーズ
500万部
突破!

「聞く」+「書く」で
必須448語をマスター!

*本書は2014年刊行「改訂版キクタン TOEIC® TEST SCORE 500」に音声DLを追加した新装版です。見出し語、フレーズ、センテンスに変更はありません。

無料アプリ
音声DLと再生が
スマホでできる!



TOEIC TEST PART 2

1日5分集中レッスン

- TOEIC始めて、しばらくしてから、偶然本屋さんで買った本です。
- 当時、特にチンプンカンプンだったPart 2の短文3択問題に、慣れたいと思って買ってみました。
- 誰かにあげちゃって、手元にないですが、コツやPart2で出てくる質問のパターンがまとめられていて、CDを聴きながら、耳慣れできるので、お勧めです。
- 音源がまだスマホに入っているのですが、今でもTOEIC会場いく途中に思い出しながら、時々聞いています。
- 単語も少し増えてきて、Part2を頑張りたくなってきたら、是非～。



TOEIC TEST Part2 1日5分集中レッスン 単行本 - 2009/12/19
成重 寿 (著), 栗島 千鶴子 (著)
★★★★☆ - 8回の評価

TOEICのPart 2(応答問題)は、話すスピードも速く、英会話に慣れていない日本人は苦手とする人が多い。本書はPart 2のみに焦点を絞り、TOEICに典型的な「会話パターン」を身につけながら、十分な解答練習ができる1冊である。出題されるすべての会話パターンが登場するので、Part 2の苦手意識も払拭できる。

全体は20のレッスンで構成されていて、毎日8問ずつ解いていく。レッスン1~10は基礎編、レッスン11~20は応用編。各レッスンでは「解法のテクニック」も紹介。全部で20のテクニックが身につく。最後に模擬テストで学習の成果をチェックできる。その他、Part 2によく出るオフィス英単語のコラムや、英・発音の対策コラムなども収録。

毎日5分程度の短時間でできるので、忙しいビジネスパーソンが「すきま時間」を利用して学習するのにぴったりだ。

[5つの特徴]
1 1日たった5分! すきま時間で学習できる
2 Part 2(応答問題)に焦点を絞って徹底特訓
3 頻出の会話パターンがしっかり身につく
4 20の解法テクニックで正解を選ぶコツがわかる
5 CDの反復リスニングで、聞き取りの精度が向上する

もっと少なく読む
不正確な製品情報を報告。

本の長さ	言語	出版社	発売日	ISBN-10	ISBN-13
184ページ	日本語	ジェイ・リサーチ出版	2009/12/19	4863920016	978-4863920019

TORAEI英語最速理論 英字紙が2日で読める英語特訓

- この講座実際に受けてみました。いい値段しますが、確かに沢山の発見もありました！
- 英語文章の構造を、短時間で見分けられる手法を教えてください。
- そして、この2日間は、知恵熱出るくらい、課題を自分で解きますので、良いと思います。
- これは更に更に継続をしていけば、自分の力になります。しかし、自分は、この継続ができませんでした。
- ただし、今後の財産にはなりました。
- TOEIC500点以上の方と書いてありますが、もう少し上の方が良いと感じました。

FYI: これも無料セミナーあります。

また、文法怪しい人用の中学文法講座コースもあり、こちらも自分やってみました。

短期英語リーディング講座で実績日本一 TORAEI

英文読解成功率 **98%** ビジネス英語特有のコンマや前置詞など
わずか5%の英文法ルールを覚えて
3色ボールペンで文章を整理するだけで

ウォール・ストリート・ジャーナル

洋書/英字新聞 **WSJ**
The JAPAN Times を

たった2日で **スラスラ読める** ようになる!

ビジネス英語を読めなかった2214人が
たった2日で英字新聞・洋書を読めるようになった!

TORAEI式英語リーディング集中特訓
12大特典・全額返金保証付き



<http://torael.com/master/>

TOEIC S&W

- Speaking & Writingも受験したことがあります。PCを使つての試験ですので、L&Rほどは気軽に受けるというわけにはいきませんが、2回ほどやってみました。
- これも実は、対策用の参考書もあり、セオリーの答え方や、ビジネスEメールの書き方も学べて、良い経験になりました。
- 点数は以下のような形で、継続して練習する事が自分できずに、2017年以降受けていませんが、どこかで受けてもいいかなーと思っています。
 - 1st examination result @ P01 2016
Speaking 90 / Writing 140
 - 2nd examination result @ P12 2016
Speaking 90 / Writing 160
- 基礎力をある程度つけてからが学ぶのが良いと思います。

TOEIC® Speaking & Writing Tests シミュレーション

試験当日の朝
注意事項の印刷(インストラクション)
受付を済ませる
テストを受験する座席へ
テスト前の準備
録音テスト

7 スピーキングテストの受験方法

ライティングテストの受験方法
テスト結果の確認方法
公式認定証の見方と活用方法

パソコン上で音声を読み込んで練習してください。

スピーキングテストの受験方法

サンプル問題と解答のコツ

前のステップ

次のステップ

いつか、やってみたいなー

- 結構、Web見ていると、“1週間英語漬け”みたいな、ブートキャンプみたいなありません？
社会人1週間は無理ですが、週末だけの合宿的な物に出てみたいなーって思ったりしています。
 - なんか単純に楽しそう・・・(辛そうだけど(笑))
- TOEICでも会社のメール・ドキュメントでも、まだまだ長い文はきついです。。これを早く読めるようになりたいと思っています。速読教室など、再度チャレンジしたいと思っています。。もし、良い所知っている人がいれば、教えてもらえれば嬉しいです♪



夢



2つあります。

- いつか、会社で英語の会議で、議長ができるようになればなー(^^)/
- もう1つは、英語圏の友達ができ、ファミリーディナーなんか呼んでもらって、一緒に楽しくバカ話ができるようになればなー(^^)/

皆さんも、一緒に楽しく充実した物にする為に、今から準備を一緒にしていきませんか？
今が、試行錯誤の旅に、1歩踏み出す時です(^^)/





将来の自分に投資しよう

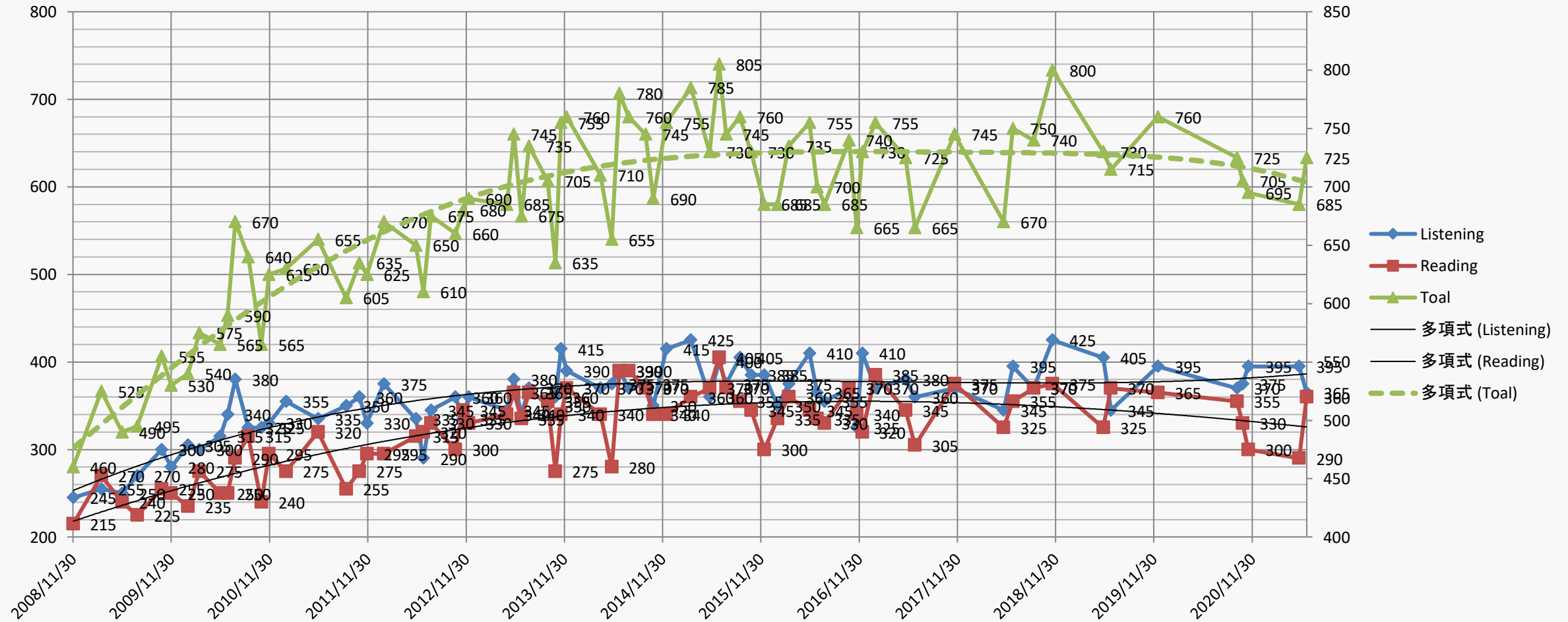
より楽しい・充実した仕事を生涯を通してしていくために、**目の前の案件/課題だけでなく、将来の自分への投資をしていきませんか？**外資系企業では、英語もあなたの武器の1つとなるはずです。

皆さんが、自分のようにストレス過多の生活ではなく、**もっと可能性を沢山広げられるような充実した人生として欲しい**と、真に思っています(^^)／

Back Up Slide

Total Score + Listening / Reading

語彙力・グラマー向上で、両方向上少しずつしてきた。



自分の今の習慣化（例）

プライベートの趣味・食事・飲み会や、ご家族サポートなどもあるので、中々勉強時間とるの大変と思います。
 ポイントは、**ご家族にも理解を得て、習慣化できる時間を作る事**と思います。

Weekly calendar						
	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
6:00 AM						
7:00 AM	ランメソッド・スカイプ英会話（25分）					
8:00 AM	通勤 with キクタン					
9:00 AM	<div style="border: 1px solid gray; padding: 10px; text-align: center;"> <h2>会社の仕事</h2> </div>					
10:00 AM						
11:00 AM						
Noon						
1:00 PM						
2:00 PM						
3:00 PM						
4:00 PM						
5:00 PM						
6:00 PM						
7:00 PM	通勤 + 読書					
8:00 PM						
9:00 PM						
10:00 PM	Beer Time (^^)/		BARのお仕事			

天気よければ
ランニング♪

TOEIC講座
復習・宿題

比較的、やってみると、夜はビールも飲みたいし、仕事の時間もまちまちなどで習慣化難しかったです。

朝に時間とる事と、土曜日に入れる事で、自分は習慣化できました。

EOF