

「英借文」トレーニング

英語と日本語では発想や文の組み立て方が違います。日本語には日本語らしい言い方、英語には英語らしい言い方があるため、日本語らしい文を考えてからそれを英訳しようとする、途中で行き詰まったり不自然な文になったりします。

たとえば平日の昼間、「この時間帯は電車の本数が少ない」と言いたいとしましょう。この日本語らしい文をそのまま英訳しようとする、“The number of the trains decreases at this time of day.”といった、意味は通じるかもしれませんが不自然な英文になります。こんなときは英語らしい発想で、副詞の **less** (より少なく) を使うとすっきり表せます。

Ex) The trains come less often at this time of day.

逆にこれをそのまま日本語に訳そうとすると、「この時間帯は電車がより少ない頻度で来る」という、不自然な日本語になってしまいます。たいていの場合、「直訳すると不自然になる」ということは覚えておいたほうがいいでしょう。そして言いたいことは、完璧な日本語の文を考えてから英訳するのではなく、最初から知っている英語のフレーズを使って表現するようにします。先ほどの less を使えば、次のようなことも簡単に言えるようになります。

Ex) I'll eat out less often. (外食を減らすぞ)

Ex) I'll spend less time on my phone. (スマホをやる時間を減らすぞ)

※この less は形容詞で「より少ない」。

「英借文」とは、お手本のフレーズの一部を別の単語に入れ替えて英作文すること。英語らしい文の構造をそのまま真似することで、自然な英語を書く練習になります。まずは簡単なフレーズから英借文してみましょう。

初級編

〈英借文トレーニング1〉

I saw [映画名] today. **The ending made me cry.**

(今日[映画名]を見た。エンディングで泣いた)

物が主語になって「私に…させた」という言い方は、英語ならではの発想です。日本語なら「(私が)泣いた」と主語はあくまで「私」ですし、主語を省略してしまうことも多いですね。英語では人ではない物や事象(=無生物)を主語にすることが多々あります。まずはこの文を使って英借文してみましょう。ポイントは[物]+**made**+動詞の原形です。

〈英借文の例〉

- **The show** made me **laugh**. (その番組で笑った)
- **The novel** made me **think** about war and peace.
(その小説を読んで戦争と平和について考えさせられた)
- **The song** made me **feel** nostalgic. (その曲を聴いて懐かしくなった)

過去に起こった一回限りのことではなく、「いつものこと」を表したい場合は **made** を現在形 **make** にしましょう。主語が3人称単数の場合は **s** をつけて **makes** にします。
※ **always** はなくてもOK。

- **The ending** **<always>** makes me **cry**. (そのエンディングは(いつも)泣ける)
- **The show** **<always>** makes me **laugh**. (その番組は(いつも)笑える)
- **The novel** **<always>** makes me **think** about war and peace.
(その小説を読むと(いつも)戦争と平和について考えさせられる)
- **The song** **<always>** makes me **feel** nostalgic.
(その曲を聴くと(いつも)懐かしくなる)

または の言葉を入れ替えて英借文してみましょう。

〈英借文トレーニング2〉

動詞の原形の代わりに形容詞を入れることもできます。

The ending made me happy.

(そのエンディングを見て幸せな気持ちになった)

The ending (always) makes me happy.

(そのエンディングを見るといつも幸せな気持ちになる)

〈英借文の例〉

- **Rainy days make me sleepy.** (雨の日は眠くなる)
- **Her smile (always) makes me happy.**
(彼女の笑顔を見るといつも幸せになる)
- **The news made me sad.** (そのニュースを聞いて悲しくなった)
- **Your photos on Instagram make me hungry.**
(あなたのInstagramの写真を見るとお腹がすく)
- **Chocolate makes me happy.** (チョコレートを食べると幸せになる)

または の言葉を入れ替えて英借文してみましょう。

〈英借文トレーニング3〉

最高のものに出合ったとき、「これは今まで…した中で最高の～だ！」と言うのは日本語でも英語でも同じです。ただ、日本人学習者にはややハードルの高い「現在完了」が出てくるので、いざというときにパッと使えるように、フレーズの型をまるごと覚えてしまいましょう。

This is the best movie I've ever seen.

(これは今まで見た中で最高の映画だ)

〈英借文の例〉

- **This is the best sushi I've ever had.**
(これは今まで食べた中で最高の寿司だ)
- **This is the best game[match] I've ever watched.**
(これは今まで観戦した中で最高の試合だ)
- **This is the best temple I've ever visited.**
(これは今まで訪れた中で最高の寺だ)

日記に書く場合は、次のように具体的な行動を先に述べる 경우가多くなります。

- **I ate sushi at [店名]. It was the best sushi I've ever had.**
([店名]で寿司を食べた。今まで食べた中で最高の寿司だった)
- **I went to see a soccer game. It was the best game I've ever watched.**
(サッカーの試合を見に行った。今まで観戦した中で最高の試合だった)
- **I went to [寺院名]. It was the best temple I've ever visited.**
([寺院名]へ行った。今まで訪れた中で最高のお寺だった)

慣れてきたら、**the best** (最高の) を **the most delicious** (一番おいしい)、**the most exciting** (一番ワクワクする)、**the most beautiful** (一番美しい) など、ほかの単語に置き換えてみましょう。**the worst** (最低の) にすると正反対の意味になります。

今までで最高の経験を振り返りつつ、 または の言葉を入れ替えて英借文してみましょう。

応用編

〈Google.comでネイティブの使用例を探す〉

もっと複雑なことを書きたい場合は、オンライン辞書で単語の手がかりを得て、ネイティブの実際の用例を Google.com で検索する、という方法

がオススメです。単語ではなくフレーズをまるごと（そのままの語順で）検索したいときは半角のクォーテーションマーク“”で括ります。

たとえば、「テーブルに足の小指をぶつけた」と書きたいとします。

- ❶ オンライン辞書で手がかりとなる単語を調べます（ここでは「英辞郎」）。足の小指 = one's pinky toe
- ❷ 「my pinky toe を table にぶつけた」を調べたいのですが、動詞と前置詞が何になるかわかりません。何が入ってもいい箇所には半角のアスタリスク * を入れて、Google.com で検索します。

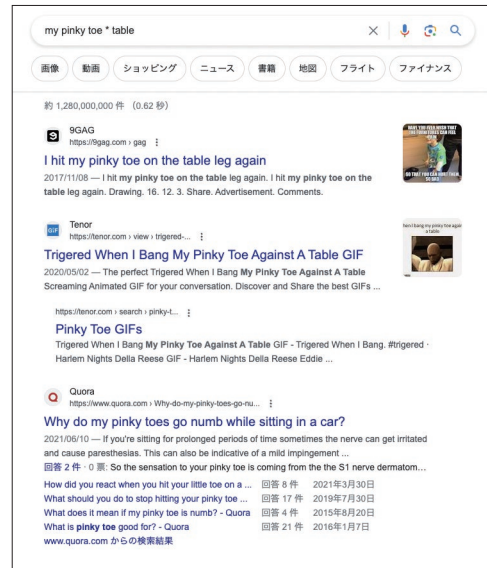
“my pinky toe * table” の検索結果は右のようになりました（2023年9月現在）。

外国では室内で靴を履いて生活するところも多いので、あまりヒットしないかなと思いきや、たくさん出てきましたね。

(注) 1番初めのページに表示されている検索結果数は概算なので、実際にはこれより少ないことが多いです。

検索結果の見出しを上から順に見ていき、参考になりそうなものをピックアップしてみました。

1. hit my pinky toe on the table
2. When I stub my pinky toe on the table
3. I ran so fast then hit my pinky toe on the table.
4. When I bang my pinky toe against a table
5. I smash my pinky toe into a coffee table leg in the middle of the night.



6. I was crying because I stubbed my pinky toe on the table leg.

前置詞はおおむね on が使われているようですが、動詞は hit と stub が多かったです。この中で、6の例文が自分の書きたい内容に近かったとしたら、それを少しカスタマイズして（あるいはそのまま）英借文するのです。

Ex) I stubbed my pinky toe on the table leg this morning.
I almost cried.

(今朝テーブルの脚に足の小指をぶつけてしまった。泣きそうになった)

さらに、今度は “I stubbed my pinky toe on” で検索してみると、足の小指をいろんな場所にぶつけた人たちの例文が見られます(笑)。

- Sorry guys, I stubbed my pinky toe on a dumbbell and I have to say goodbye.
(君たちすまん、ダンベルに足の小指をぶつけたので失礼するよ)
- I stubbed my pinky toe on the coffee table too and it hurt for months.
(私も足の小指をちゃぶ台にぶつけて何ヵ月も痛かったよ)
- I stubbed my pinky toe on a chair and I think it's broken.
(足の小指を椅子にぶつけてしまって、折れている気がする)
- I stubbed my pinky toe on a couch I had moved.
(前に移動したカウチに足の小指をぶつけてしまった)
- I stubbed my pinky toe on the vacuum cleaner the other day.
(先日足の小指を掃除機にぶつけた)

このように、ネイティブが実際に使っている英文にたくさん触れ、共感し、メモを取り、ときには見出しをクリックしてサイトを読んでみる。この過程でボキャブラリーが増え、自然な言い回しがストックされます。スキマ時間や休憩タイムにぜひお試しください。

日常の行動でよく使う動詞とその例文

() 内は動詞の過去形

| | |
|------------------|---|
| 会う | meet (met) Meet Risa. (リサに会う) |
| 見る | watch (watched) Watch "Avatar." (『アバター』を見る) |
| 読む | read (read) Read Shakespeare corpus. (シェイクスピア全集を読む) |
| 書く | write (wrote) Write a Thank-you letter. (お礼の手紙を書く) |
| 買う | buy (bought) Buy a new TV. (新しいテレビを買う) |
| 買い物に行く | go (went) shopping Go shopping for new dress. (新しいドレスを買いに行く) |
| 売る | sell (sold) Sell my old handbag. (古いハンドバッグを売る) |
| 行く | go (went) Go to the dentist. (歯医者に行く) |
| 作る | make (made) Make cake for the party. (パーティーのためにケーキを作る) |
| あげる | give (gave) Give flowers to mom. (ママに花をあげる) |
| もらう | get (got) Get DVD from Keiko. (ケイコからDVDをもらう) |
| 食べる | eat (ate) / have (had) Eat more veggies! (もっと野菜を食べる!) |
| 飲む | drink (drank) Drink with co-workers. (同僚と飲む) |
| 持っていく | take (took) Take sunscreen. (日焼け止めを持っていく) |
| (相手に) 持っていく | bring (brought) Bring wine. (ワインを持っていく) |
| 取りに行く | pick (picked) ~ up Pick the dry cleaning up . (クリーニングを取りに行く) |
| 迎えに行く | pick (picked) ~ up Pick Keiko up at Narita. (成田にケイコを迎えに行く) |
| 手伝う | help (helped) Help with cleaning. (掃除を手伝う) |
| 運ぶ | carry (carried) My boyfriend carried my suitcase for me. (彼が私のためにスーツケースを運んでくれた) |
| 集める | collect (collected) Collect photos for the (my) book. (本に使うための写真を集める) |
| 用意をする | prepare (prepared) Prepare for the meeting. (ミーティングの準備をする) |
| 選ぶ | choose (chose) / select (selected) Choose menu for the dinner party. (夜のパーティーのためにメニューを選ぶ) |
| 渡す | hand (handed) over / give (gave) Give keys to Anna. (アナに鍵を渡す) |
| 借りる(無料で) | borrow (borrowed) Borrow XYZ book from Sachi. (サチからXYZの本を借りる) |
| 借りる(有料で) | rent (rented) Rent XYZ DVD this weekend. (今週末XYZのDVDを借りる) |
| 貸す | lend (lent) Lend XYZ book to Sachi. (サチにXYZの本を貸す) |
| 返却する | return (returned) Return DVDs. (DVDを返却する) |
| 支払う | pay (paid) Pay monthly bills. (月の支払いをする) |
| 送金する | send (sent) a remittance / transfer (transferred) money Send a remittance for online purchase. (オンラインショッピングのために送金する) |
| 預金する | deposit (deposited) Deposit savings. (預金する) |
| 預金を引き出す | withdraw (withdrew) Withdraw money for trip. (旅行資金を引き出す) |
| 勉強する | study (studied) Study English. (英語を勉強する) |
| 練習する | practice (practiced) Practice tennis. (テニスの練習をする) |
| 見つける | find (found) Find a new coach. (新しいコーチを見つける) |
| 招待する | invite (invited) Invite friends to Saturday's dinner. (土曜の夕食に友人を招待する) |
| [連絡・予約など] | |
| 電話する | call (called) Call Reina. (レイナに電話する) |
| 連絡する | contact (contacted) Contact Yuji. (ユウジに連絡する) |

| | |
|-----------------------|--|
| メールする | e-mail (e-mailed) E-mail Sue. (スーにメールする) |
| メールをチェックする | check (checked) one's e-mail Check my e-mail . (メールをチェックする) |
| メールに返信する | return (returned) an e-mail Return Sue's e-mail . (スーのメールに返信する) |
| 携帯メールをする | text (texted) Text Sue about the weekend. (週末についてスーに携帯でメールする) |
| ファクスする | fax (faxed) Fax details to Kenji. (ケンジに詳細をファクスする) |
| 手紙を出す | mail (mailed) (a) letter Mail letter to mom and dad. (ママとパパに手紙を出す) |
| 送る | send (sent) Send present to Sally. (サリーにプレゼントを送る) |
| 郵送する | send (sent) by mail Send boxes by mail . (箱を郵送する) |
| (HP・ブログを) 更新する | update (updated) Update my blog. (ブログを更新する) |
| 予約する | make (made) a reservation Make a dinner reservation . (夕食の予約をする) |
| キャンセルする | cancel (canceled) Cancel hair appointment. (美容院の予約をキャンセルする) |
| 出願する | apply (applied) Apply for admission. (出願する) |
| [オフィスワーク] | |
| 働く | work (worked) Work late. (遅くまで働く) |
| コピーする | copy (copied) Copy reports before meeting. (ミーティングの前にレポートをコピーする) |
| 発注する | place (placed) an order Place an order for books. (本を発注する) |
| 計画する | plan (planned) Plan the next six months. (今後半年の計画をする) |
| 見積もる | estimate (estimated) Estimate the costs. (コストを見積もる) |
| 断る | decline (declined) Decline Hayato's dinner invitation. (ハヤトの食事の誘いを断る) |
| 企画する | plan (planned) Plan next project. (次のプロジェクトの企画をする) |
| 契約する | contract (contracted) Contract with new sports club. (新しいスポーツクラブと契約をする) |
| プレゼンをする | make (made) a presentation Make a presentation at the next meeting. (次のミーティングでプレゼンをする) |
| 計算する | calculate (calculated) Calculate the monthly budget. (月の予算を計算する) |
| 確認する | check (checked) Check the figures. (数字を確認する) |
| 調査する | investigate (investigated) Investigate the situation. (状況を調査する) |
| 仕上げる | finish (finished) Finish project. (プロジェクトを仕上げる) |
| [ハウスワーク] | |
| 掃除をする | clean (cleaned) Clean the house. (家を掃除する) |
| 洗濯をする | do (did) the laundry [washing] Do the laundry [washing] . (洗濯をする) |
| 料理をする | cook (cooked) Cook dinner. (夕食を作る) |
| お菓子を作る | make (made) sweets Make sweets for BBQ. (バーベキュー用のお菓子を作る) |
| 片付けをする | clean (cleaned) up Clean up my cupboard. (食器棚の片付けをする) |
| 衣替えをする | change (changed) clothes for the new season Time to change my clothes for the summer season! (夏に向けて衣替えをしなきゃ!) |
| 布団を干す | air (aired) out the futon Air out the futon . (布団を干す) |
| 修理する | fix (fixed) Fix the bike tire. (バイクのタイヤを直す) |
| ゴミを捨てる | put (put) out garbage Put out the garbage . (ゴミを捨てる) |
| 縫い物をする | sew (sewed) Sew on my shirt button. (シャツのボタンを縫う) |
| 模様替えをする | rearrange (rearranged) my room / rearrange the furniture Rearrange the furniture in the living room. (リビングの家具の模様替えをする) |
| [ポジティブな行動のために] | |
| 始める | start (started) Started tea ceremony lessons! (お茶の稽古を始めた!) |
| 楽しむ | have (had) fun / enjoy (enjoyed) Enjoyed the weekend. (週末を楽しんだ) |

| | |
|-----------------|---|
| 選ぶ | choose (chose) Choose to be happy! (幸せを選ぼう！) |
| 望む | hope (hoped) I hope I get the job! (あの職に就けるといいな) |
| 想像する | imagine (imagined) Imagine a great future for me. (素晴らしい自分の未来を想像する) |
| 作る | create (created) Create a new blog article. (新しいブログの記事を作る) |
| 学ぶ | learn (learned) Learning is fun! (学ぶことは楽しい！) |
| 用意する | prepare (prepared) Prepare for camp next week. (来週のキャンプの用意をする) |
| 笑う | laugh (laughed) Laughed a lot with friends. (友だちとたくさん笑った) |
| 話す | talk (talked) Talked to mom about my new job. (新しい仕事についてママと話した) |
| 考える | think (thought) Think things through. (物事を考え抜く) |
| 挑戦する | challenge (challenged) / try (tried) Going to try a marathon! (マラソンに挑戦する！) |
| ほめる | praise (praised) Praised my kids. (子どもを褒めた) |
| 【健康のために】 | |
| 歩く | walk (walked) Walk 20 minutes each day. (毎日20分歩く) |
| 散歩する | take (took) a walk Took a walk in the park. (公園を散歩した) |
| 走る | run (ran) Ran for 30 minutes after work. (仕事の後30分走った) |
| マラソン/レースに参加する | take (took) part in a marathon / take part in a race Planning to take part in a marathon this year! (今年はマラソンに参加する！) |
| 泳ぐ | swim (swam) Swam 500m in the gym pool. (ジムのプールで500メートル泳いだ) |
| 歌う | sing (sang) Sang at karaoke! (カラオケで歌った！) |
| 体操をする | do (did) gymnastics Did gymnastics at the gym! (ジムで体操をした！) |
| ストレッチをする | stretch (stretched) Stretch every morning. (毎朝ストレッチをする) |
| ヨガを習う | learn (learned) yoga / take (took) yoga lesson [class] Took a yoga class last week. (先週ヨガを習った) |
| 筋トレをする | do (did) weight training I'm going to start weight training! (筋トレを始める予定！) |
| エアロビクスをする | do (did) aerobics Do aerobics using my DVD. (DVDを使ってエアロビクスをする) |
| ジムに行く | go (went) to the gym Go to the gym twice a week. (1週間に2回ジムに行く) |
| ダイエットを始める | go (went) on a diet Need to go on a diet before summer... (夏前にダイエットを始めなきゃ……) |
| 体重を減らす | lose (lost) weight I want to lose weight. (やせたい) |
| タバコをやめる | quit (quit) smoking I'm going to quit smoking. (タバコをやめるつもり) |
| 瞑想をする | practice (practiced) meditation I try to practice meditation each day. (毎日瞑想をするようにしている) |
| サプリメントを飲む | take (took) supplements Remember to take supplements! (サプリメントを飲むのを忘れないように！) |
| 薬を飲む | take (took) medicine Have to take medicine after each meal. (毎食後薬を飲まねばならない) |
| マッサージをする | massage (massaged) I massaged my boyfriend's neck. (彼氏の首をマッサージした) |
| マッサージに行く | go (went) to see a masseur / go to a masseur Went to see a masseur. (マッサージに行った) |
| 病院に行く | go (went) to a hospital Go to the hospital for my yearly check up. (毎年の定期検診のために病院に行く) |
| ゆっくり寝る | sleep (slept) in I'm definitely sleeping in on Sunday! (日曜は絶対にゆっくり寝ている) |
| 何もしない | vegetate (vegetated) I need time just to vegetate! (何もしない時間が必要！) |

場所・時・人を示す言葉とその例文

| | | |
|-------------|------------|---|
| 【場所】 | ～で〈地名〉 | in in Shibuya (渋谷で) |
| | ～で〈駅名〉 | at at Shibuya Station (渋谷駅で) |
| | ～で〈地点〉 | at at Shibuya station central exit (渋谷駅中央改札口で) at the entrance of the IBC building (IBCビルの入り口で) |
| | ～前で〈目印〉 | in front of in front of Hachiko (ハチ公前で) |
| | ～で〈店・建物〉 | at at IBC café (IBCカフェで) at Atsuko's place (アツコの家で) |
| | ～で〈階〉 | on/at on the 5th floor (5階で) |
| | ～から…まで〈駅名〉 | from ~ to ... from Tokyo to Hamamatsu (東京から浜松まで) |
| | ～に〈地名〉 | to to Omote-sando (表参道に) |
| | ～に〈店・建物〉 | to to Omote-sando Hills (表参道ヒルズに) |
| 【時】 | ～に〈日〉 | on on 18th / on the 18th (18日に) |
| | ～に〈曜日〉 | on on Wed. (水曜日に) |
| | ～に〈時間〉 | at at 2:00 p.m. / at 2pm / at 2 (午後2時に) |
| | ～までに〈日時〉 | by by next Mon. (来週の月曜までに) |
| | 発〈時間〉 | departure 17:06 departure (17:06発) |
| | 着〈時間〉 | arrival/ETA (Estimated Time of Arrival) 19:00 arrival/ETA 19:00 (19:00着) |
| | ごろ〈時間〉 | around around 11:00 a.m. (午前11時ごろ) |
| 【人】 | ～と〈人〉 | with with Kaori (カオリと) with friends from ~ group [club] (～サークルの仲間と) |