LA 通信

第 648 回：その日記、英語で書いてみない？（MK）

「英語をもっと話せるようになりたい！」と思っている人は、きっと少なくないでしょう。英語を身につけるには、日常生活に英語を取り入れるとよい、とよく言われます。英語の音楽を聴いたり、映画を観たり、英語を話す人と会話したり。方法はいろいろありますが、今回おすすめしたいのは英語で日記を書くことです。

私は高校２年生の時、オーストラリアに留学したことをきっかけに英語で日記を書き始め、最近まで続けていました。（今はフランス語を勉強しているので、日記はフランス語で書いています。）続けてきたからこそ、日記を書くことのよさを実感しています。

おすすめする理由の一つは、実際の会話で使える表現が身につくことです。留学先で友達やホストファミリーと話すとき、話題になるのは今日あった出来事や自分の気持ち、考えていることなど身近な日常の話が中心です。難しい単語をたくさん知っていることも大切ですが、まずは自分の生活について伝えられることが会話の第一歩になります。

例えば、「今日は習い事の茶道教室に行きました」と英語でスラスラ書けますか？案外、日本語で簡単に言えることが英語になるとどう表現したら良いか悩んでしまうことがあります。ですが週に一度の習い事なら、次の週にも同じような表現を使う機会があります。繰り返し書くうちに、少しずつ自分の言葉になっていくはずです。いつかホストファミリーに「何か習い事をしているの？」と聞かれたときも、すっと答えられるかもしれません。自分の日常を題材にするからこそ、学んだ表現を実際に使う場面を想像しやすいのです。

もう一つ、日記には、自分のペースで英語と向き合えるというよさもあります。日記は寝る前に書く人も多いのではないでしょうか。睡眠は記憶の定着に関わっているため、寝る前に学んだことを振り返るのも良い習慣です。私自身、寝る直前に英語で日記を書いた日はそうでない日よりも英語の夢を見ることが多くありました。もちろんそれだけで学習効果を説明できるわけではありませんが、英語が少しずつ自分の日常に溶け込んでいくような感覚がありました。

日記だからといって毎日きちんとした文章を書く必要はありません。その日にあったことを順番に書くだけでもいいし、うれしかったことや悩んでいることを書いてもいい。好きな図書館に行った日にはその図書館を好きになったきっかけを振り返って書いてみるのも素敵です。過去を思い出したり、未来について考えたりしながら自由に書いてみてください。話題が広がれば使う単語や表現も自然と広がっていきます。うまく書けない日は短い一文だけ書いたり、忘れてしまったら次の日に前の日の分も書いても良いです。

そもそも日記を書く習慣がない人は、いつもの英語学習の一部を日記に置き換えてみてもよいかもしれません。私自身、日記を続けるなかで、英語だけでなくフランス語でも日常の出来事や自分の気持ちを少しずつ表現できるようになりました。

英語を使う場面は授業や資格試験だけではありません。新しい友達と出会ったり、異なる文化を持つ人と交流したりするときに

LA 通信

第 648 回：その日記、英語で書いてみない？（MK）

も、自分のことを自分の言葉で伝えることが必要です。そのためにも、まずは今日あったことを一つ英語で書いてみませんか？