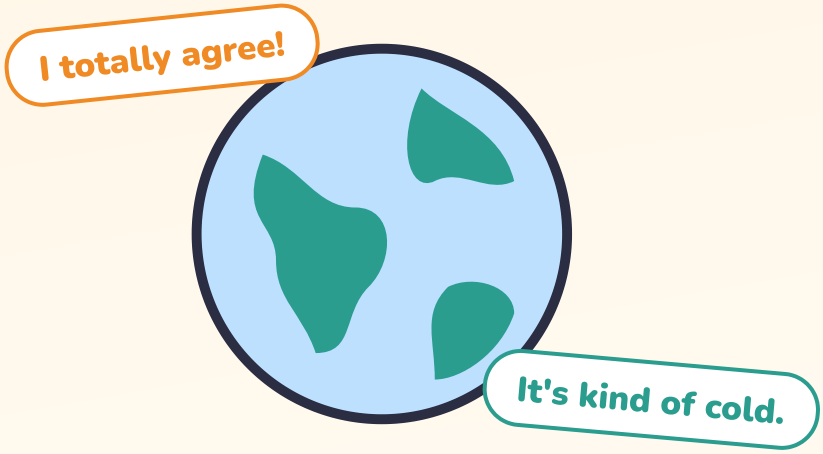
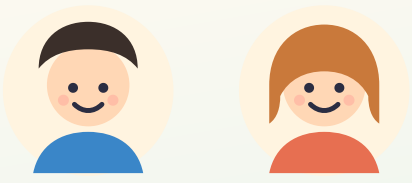
Season 8 | No.74



強調とニュアンス

気持ちの強さまで、ことばで伝え分ける



全30ページ | 無料教材

一般社団法人文化芸術支援協会

この教材の使い方

1 声に出して読む
英語は、口に出した回数だけ身につきます。キーフレーズは3回ずつ声に出しましょう。

2 カタカナはヒント
読み方のカタカナは目安です。できれば音声や動画で本物の発音も聞いてみましょう。

3 「やってみよう」は書いて話す
答えは30ページにあります。まちがえても大丈夫。まちがいは上達の近道です。



Ken（ケン）
日本の中学生。英語で友だちをつくりたい。



Emma（エマ）
カナダから来た留学生。日本語を勉強中。

もくじ

強調とは 3〜4
強める・確かめる 5〜6
弱める・強める 7〜8
声と表現の強さ 9〜12
例文とミニ会話 13〜14
強弱をつける・やわらげる 15〜16
練習問題 17〜19
自分の言葉と復習 20〜21
発音・聞き取り・暗唱 22〜25
応用と実践 26〜28
まとめ 29〜30

Lesson 1

強調の英語

同じ文でも、ひとことで気持ちの強さが変わります。

It's good. と It's **really** good. では、伝わる気持ちの大きさがちがいます。英語では、**強める語・弱める語・声の強さ**で細かなニュアンスを伝えます。
このタイトルでは、気持ちを強める・やわらげる表現を使い分け、自分の感じたことを**ちょうどいい温度**で伝える力をつけます。



ニュアンスを決める3つの道具

強める really / so / definitely　**弱める** a little / kind of　**声** 強く言う単語を選ぶ

強すぎても弱すぎても、本当の気持ちとずれてしまいます。場面に合った強さを選ぶのがポイントです。

ポイント

- 英語は日本語より、**気持ちをはっきりことばにする**傾向があります。
- 反対に、相手を気づかって弱めることばもたくさんあります。

やってみよう

1. 最近「すごく〜だった」と感じたことを日本語で1つ書こう。

書いて覚えよう

Lesson 2

really/so/very

3つの強めことばの、響きのちがいを知ろう。

very

落ち着いた・書きことば寄り

It's very useful.
とても便利です

Thank you very much.
どうもありがとう

really / so

会話的・気持ちがこもる

It's really good.
本当においしい

I'm so happy!
すごくうれしい！



Emma
How's the ramen?
ラーメンどう？



Ken
It's so good! The soup is really rich.
すっごくおいしい！スープが本当にこってりしてる。

ポイント

- amazing や perfect のような**もともと強い形容詞**に very はつけません。really amazing は自然です。
- so のあとに名詞だけを続けることはできません。（× so day → ◎ such a day）

やってみよう

1. (　)に so / really / very を入れよう。

I'm _____ excited!（気持ちをこめて）　It's _____ amazing.　Thank you _____ much.

書いて覚えよう

Lesson 3

本当に(actually)

actually で、意外な本音や事実を伝えよう。

Actually, ...

アクチュアリー

実はね

意外なことを言う前に

I actually liked it.

アイ アクチュアリー ライクト イット

意外と気に入ったよ

Emma
You speak English so well. Have you lived abroad?
英語上手だね。海外に住んでたの？



Ken
Actually, I've never been abroad.
実は、海外に行ったことがないんだ。

Emma
Really? That's impressive!
本当？すごいね！



ポイント

- actually は「本当に」より、**相手の予想とちがうこと**を言うときの「実は」に近い語です。
- 相手の思いこみをやんわり正すときにも使えます。（Actually, it's Thursday.）

やってみよう

1. 「実は、私は辛いものが苦手なんだ」を英語にしよう。＿＿＿＿＿＿＿＿

ワンポイント actually を「現在」の意味で使うのはまちがいです。「今は」は **currently** や **now** で表します。

書いて覚えよう

Lesson 4

絶対(definitely)

definitely で、迷いのない気持ちを伝えよう。

Definitely!
デフィニトリー
絶対そう！／もちろん！

I'll definitely come.
アイル デフィニトリー カム
絶対行くよ

Definitely not.
デフィニトリー ナット
絶対ちがう／絶対いや



Ken
Are you coming to the school festival?
文化祭、来る？

Emma
Definitely! I'll definitely try your class's crepes.
もちろん！あなたのクラスのクレープ、絶対食べるね。



ポイント

- 答えるときは Definitely! のひとことで、Yes. よりずっと強い気持ちが伝わります。
- Absolutely! も同じくらい強い「もちろん！」です。

やってみよう

1. Do you want to go again? に「絶対行きたい！」の気持ちで一語で答えよう。 _____
2. Would you eat bugs? に「絶対いや」 _____

書いて覚えよう

一般社団法人文化芸術支援協会｜強調とニュアンス　個人の学習目的に限り利用できます（商用利用・再配布禁止）

Lesson 5

少し(a little/kind of)

a little や kind of で、気持ちを控えめに伝えよう。

a little
ア リトル
少し

a bit
ア ビット
ちょっと
a little より会話的

kind of
カインダ
なんか〜／ちょっと



Emma
Are you OK? You look tired.
大丈夫？疲れてるみたい。



Ken
I'm kind of sleepy. I stayed up a little late.
なんか眠くて。ちょっと夜ふかししちゃった。

ポイント

- kind of は会話で「カインダ」とつなげて発音し、**あいまいでやわらかい**響きになります。
- 文句や不満も a little をつけると、角が立ちにくくなります。

やってみよう

1. 「少し寒いね」＿＿＿＿＿＿＿＿
2. 「なんか疲れてる」（kind of）＿＿＿＿＿＿＿＿

書いて覚えよう

一般社団法人文化芸術支援協会｜強調とニュアンス　個人の学習目的に限り利用できます（商用利用・再配布禁止）

Lesson 6

とても〜(such a ...)

such a で、名詞ごと強調しよう。

such a ＋ 形容詞 ＋ 名詞

so ＋ 形容詞

The day was so nice.
その日はすごくよかった

such a ＋ 形容詞 ＋ 名詞

It was such a nice day.
すごくいい日だった

Emma
Thanks for helping me with my homework.
宿題手伝ってくれてありがとう。





Ken
No problem. You're such a hard worker.
いいよ。きみは本当にがんばり屋だね。

ポイント

- 数えられない名詞や複数形には a をつけません。（such good friends / such nice weather）

やってみよう

1. 「すごくいい日だった」を such a で。＿＿＿＿＿＿＿＿
2. 「彼女は本当に親切な人だ」＿＿＿＿＿＿＿＿

書いて覚えよう

Lesson 7

声の強弱

強く言う単語を変えると、伝わる意味が変わります。

強く言う単語	伝わる意味
I didn't eat your cake.	食べたのは私じゃない
I **didn't** eat your cake.	食べてないってば
I didn't eat **your** cake.	あなたのじゃなく別のを食べた
I didn't eat your **cake.**	ケーキじゃなく別のものを食べた

ポイント

- 英語では、**いちばん伝えたい単語**を強く・長く・高く言います。
- 日本語の「〜は」「〜が」の使い分けを、英語は声の強弱で表すことが多いです。

やってみよう

1. 表の4文を、太字の単語を強く意識して読み分けよう。
2. I like **this** one. と **I** like this one. を読み、意味のちがいを書こう。

書いて覚えよう

Lesson 8

大げさに言う

大げさな表現で、会話に遊び心を足そう。

I'm starving.
アイム スターヴィング
おなかぺこぺこ
直訳は「飢え死にしそう」

It took forever.
イット トゥック フォーエヴァー
めちゃくちゃ時間がかかった

This bag weighs a ton.
ディス バッグ ウェイズ ア タン
このかばん、めちゃくちゃ重い

I'm dying to see it.
アイム ダイイング トゥ スィー イット
見たくてたまらない



Ken
Sorry I'm late. The line at the post office took forever.
遅れてごめん。郵便局の列がめちゃくちゃ長くて。

Emma
That's OK. But I'm starving. Let's eat!
いいよ。でもおなかぺこぺこ。食べよう！



ポイント

- どれも本当の意味ではなく、**気持ちの大きさ**を表すための言い方です。
- 友だちとの気軽な会話で使い、仕事の報告などでは使わないのが無難です。

やってみよう

1. 宿題に3時間かかった気持ちを、大げさに言おう。＿＿＿＿＿＿＿＿

書いて覚えよう

Lesson 9

控えめに言う

否定をやわらげて、ていねいに気持ちを伝えよう。

ストレート

きつく聞こえることも

It's bad.
よくない

I hate it.
大きらい

控えめ

やわらかく伝わる

It's not very good.
あまりよくないかな

I'm not a big fan of it.
あまり好きじゃないんだ



Emma
What do you think of my new hairstyle?
新しい髪型どう？



Ken
It looks nice! I'm not a big fan of the color, though.
似合ってるよ！色はちょっと好みじゃないけどね。

ポイント

- **not very ＋ いい意味の語**にすると、同じ否定でもぐっとやわらぎます。
- ほめる → 控えめに意見、の順にすると角が立ちません。

やってみよう

1. It's boring. を控えめに言いかえよう。＿＿＿＿＿＿＿＿

ワンポイント It's not bad. は、言い方しだいで「なかなかいい」というほめことばにもなります。

書いて覚えよう

Lesson 10

気持ちの強さ

好き・きらいの強さを、6段階で言い分けよう。

★★★	I absolutely love it.	心の底から大好き
★★	I really like it.	すごく好き
★	I like it.	好き
—	It's OK.	まあまあ
▽	I'm not a big fan of it.	あまり好きじゃない
▼	I can't stand it.	がまんできないほどきらい



Ken
Do you like natto?
納豆は好き？

Emma
Honestly, I can't stand the smell. But I really like tofu!
正直、においがだめなの。でも豆腐はすごく好き！



やってみよう

1. 好きな食べ物ときらいな食べ物を、表の強さを選んで言おう。＿＿＿＿＿＿＿＿

書いて覚えよう

Lesson 11-12

例文を見る・置きかえ練習

強弱をつけた例文をまねして、自分の文に置きかえよう。

強さ	例文
強める	**The view was absolutely beautiful.**
強める	**It was such a long day.**
弱める	**The test was a little difficult.**
弱める	**I'm kind of nervous about the trip.**

ポイント

- beautiful・long day・difficult・the trip を入れかえれば、自分の文になります。

やってみよう

1. absolutely を使って、心に残った景色や食べ物を書こう。＿＿＿＿＿＿＿＿
2. kind of を使って、今の気分を書こう。＿＿＿＿＿＿＿＿

書いて覚えよう

Lesson 13

ニュアンスミニ会話

強める・弱めるを使い分けた会話を読んでみよう。



Emma
How was the concert last night?
昨日のコンサートどうだった？



Ken
It was absolutely amazing! The band was so good.
最高だったよ！バンドがすごくよくて。



Emma
Was it crowded?
混んでた？



Ken
A little. Actually, it took forever to get home.
ちょっとね。実は、帰るのにめちゃくちゃ時間がかかったんだ。



Emma
Are you tired today?
今日は疲れてる？



Ken
Kind of. But it was such a great night.
なんとなくね。でも本当に最高の夜だった。



Emma
I'm definitely going next time!
次は絶対行く！

ポイント

- 強める語・弱める語・大げさな表現が、気持ちに合わせて入っています。それぞれに線を引いてみましょう。

書いて覚えよう

Lesson 14

強弱をつける

pretty / really / totally で、強さに段階をつけよう。

pretty good
プリティ グッド
けっこういい
やや強め

really good
リアリー グッド
本当にいい
強め

totally amazing
トウタリー アメイズィング
最高にすごい
いちばん強い



Emma
How was your English test?
英語のテストどうだった？



Ken
Pretty good, I think. The listening part was totally easy.
けっこうよかったと思う。リスニングは完全に簡単だった。

ポイント

- pretty は「かわいい」ではなく、**けっこう・かなり**の意味の副詞です。
- totally は会話でよく使う「完全に・まったく」。I totally agree. も定番です。

やってみよう

1. ( )に pretty か totally を入れよう。

今日は「けっこう」寒い：It's _____ cold today.　「完全に」同意：I _____ agree.

書いて覚えよう

Lesson 15

やわらげる

指摘や反対を、相手を傷つけずに伝えよう。

It's a bit too ...
イッツ ア ビット トゥー
ちょっと〜すぎるかな

I'm not sure that's a good idea.
アイム ノット シュア ザッツ ア グッド アイディーア
それはどうかな

Maybe we could ...
メイビー ウィ クッド
〜してもいいかも



Emma
Let's walk to the museum!
美術館まで歩こうよ！



Ken
Hmm, it's a bit too far. Maybe we could take the bus?
うーん、ちょっと遠すぎるかな。バスで行くのはどう？

ポイント

- No! や That's wrong. と言い切る代わりに、**a bit / maybe / I'm not sure** でクッションを入れます。
- 反対のあとに**代わりの案**をそえると、前向きな印象になります。

やってみよう

1. 友だちの料理が少ししょっぱい。やわらげて伝えよう。 _____

書いて覚えよう

Lesson 16

強調クイズ

場面に合う強さを選んでみよう。

1. 正しいほうに○をつけよう

1. It was (so ／ such) a fun trip.
2. This cake is (very ／ really) amazing.
3. 友だちに遠慮して：It's (a little ／ totally) expensive.

2. 気持ちが強い順に番号をならべよう

1. ① I really like it.　② It's OK.　③ I absolutely love it.　→ _____

ワンポイント very と really で迷ったら、会話では really を選べば、たいてい自然です。

書いて覚えよう

Lesson 17

穴うめ練習

空らんをうめて、ニュアンスのある会話を完成させよう。

A Do you want to go to the beach this weekend?

B _____ ! I love the beach.

A Great. It'll be _____ a nice change.

B But it's _____ far from here, right?

A Not really. It's _____ only thirty minutes by train.

B Oh, that's _____ close. Let's go!

ポイント

- ヒント：もちろん！・とても・少し・実は・けっこう、の順に入ります。
- 書けたら A・B に分かれて、強める語を強く読みましょう。

書いて覚えよう

Lesson 18

ロールプレイ(感情表現)

同じ出来事を、ちがう強さで話してみよう。

ロールカード

A：最近行った場所や食べたものについて、**強める表現**を2つ以上使って話す。

B：聞いたあと、同じ話題について**やわらげる表現**を使って自分の感想を言う。

2分たったら役を交代します。



Emma

The new café was absolutely wonderful. The cake was so soft!

新しいカフェ、最高だったよ。ケーキがすごくふわふわで！



Ken

I went there, too. It was pretty good, but a bit too expensive for me.

ぼくも行ったよ。けっこうよかったけど、ぼくにはちょっと高すぎたかな。

やってみよう

1. A の役で話すことを、強める語を入れて書いておこう。

書いて覚えよう

Lesson 19

自分の言葉に強弱

型にそって、強弱のある感想を作ろう。

話題	Last week, I _____ .
強める	It was absolutely _____ .
くわしく	The _____ was so _____ .
弱める	But it was a little _____ .
しめ	I'll definitely _____ .

Ken の例

Last week, I went to an aquarium. It was absolutely beautiful. The dolphin show was so exciting. But it was a little crowded. I'll definitely go again.

ポイント

- 強めるところと弱めるところがあると、感想に**本当らしさ**が出ます。
- 書けたら、強める語を強く読む練習をしましょう。

書いて覚えよう

Lesson 20

復習：強調の表現

ここまでの表現をチェックしよう。

1. 英語と日本語を線でむすぼう

Actually, ...	●	● ア. がまんできないほどきらい
kind of	●	● イ. けっこういい
It took forever.	●	● ウ. なんか〜
I can't stand it.	●	● エ. めちゃくちゃ時間がかかった
pretty good	●	● オ. 実はね

2. こんなとき、英語で何と言う？

1. さそわれて「もちろん！」と強く答える _____
2. 「あまり好きじゃないんだ」と控えめに言う _____
3. 「おなかぺこぺこ」と大げさに言う _____

書いて覚えよう

Lesson 21-22

総合練習・発音を練習する

強弱のある文を作り、声でも強さを表そう。

1. 総合練習　英語にしよう

1. 本当にわくわくする試合だった。（such）＿＿＿＿＿＿＿＿
2. 実は、少し緊張してるんだ。＿＿＿＿＿＿＿＿

It's **so good!**
イッツ ソーー グッド
so を長く高く

I **totally agree.**
アイ トウタリー アグリー
totally を強く

It's **kind of cold.**
イッツ カインダ コウルド
kind of は弱く短く

ポイント

- 強める語は**長く・高く**、弱める語は**短く・軽く**言うと、ことばと声がそろいます。

やってみよう

1. 上の3つを、それぞれ3回ずつ声に出して言おう。

書いて覚えよう

Lesson
23-24

リスニング・ディクテーション

耳で聞いた英語を、書き取ってみよう。

やり方

家族や友だちに、最終ページの答え（L23-24）の文を1文ずつ読んでもらいます。スマホの読み上げ機能を使ってもかまいません。
1回目は聞くだけ、2回目で書き取り、3回目で見直します。

聞こえた文を書こう

1.

2.

3.

ワンポイント 強く読まれた単語から先にメモすると、文の骨組みがつかみやすくなります。

書いて覚えよう

Lesson 25-26

単語カードで覚える・フレーズを暗唱する

強弱のフレーズを、カードで持ち歩こう。

強める

- ☐ **really / so**
  本当に／すごく
- ☐ **such a ...**
  とても〜な
- ☐ **absolutely**
  心の底から
- ☐ **totally**
  完全に

確かめる・本音

- ☐ **Actually, ...**
  実はね
- ☐ **Definitely!**
  もちろん！
- ☐ **Definitely not.**
  絶対いや

弱める

- ☐ **a little / a bit**
  少し
- ☐ **kind of**
  なんか〜
- ☐ **pretty**
  けっこう
- ☐ **It's a bit too ...**
  ちょっと〜すぎる

大げさ・控えめ

- ☐ **I'm starving.**
  おなかぺこぺこ
- ☐ **It took forever.**
  すごく時間がかかった
- ☐ **I'm not a big fan of ...**
  あまり好きじゃない

ワンポイント 暗唱は、日本語を見て英語を言う→英語を見ずに言う、の2段階で。1日1グループずつ進めましょう。

書いて覚えよう

 個人の学習目的に限り利用できます（商用利用・再配布禁止）

Lesson 27-28

ペアで練習する・声に出して読む

ペアと音読で、強弱のある話し方を身につけよう。

ペア練習：強さ当てゲーム

A は It's good. を、強め・ふつう・弱めのどれかの気持ちで言います。B はどの強さかを当てます。
慣れたら、I like it. や It's cold. でも試しましょう。

音読しよう

Last Sunday, I climbed a mountain with my family. It was such a long hike, and my legs were totally exhausted. But the view from the top was absolutely beautiful. Actually, I'm a little sad it's over. I'll definitely go again next year.

やってみよう

1. 音読文を3回読み、3回目は時間を計ろう。 _____ 秒

書いて覚えよう

Lesson
29-30

応用ミニ会話①②

ほめる場面と断る場面で、強弱を使い分けよう。



Ken
I made this bookshelf myself.
この本棚、自分で作ったんだ。

Emma
No way! It's absolutely beautiful. You're such a skilled person.
うそ！本当にきれい。すごく器用なんだね。



Emma
Do you want to watch a horror movie tonight?
今夜ホラー映画見ない？





Ken
Hmm, I'm not a big fan of horror. Maybe we could watch a comedy?
うーん、ホラーはあまり得意じゃなくて。コメディはどう？

Emma
Sure. That sounds pretty fun, too.
いいよ。それもけっこう楽しそう。



やってみよう

1. ①② の会話で、強める語に○、弱める語に△をつけよう。

書いて覚えよう

Lesson 31

実生活で使ってみる

身近な場面で、気持ちの強さを伝え分けよう。

ほめるとき

Good. の代わりに absolutely beautiful などで気持ちをこめる

断るとき

I'm not a big fan of ... で控えめに伝える

感想を書くとき

SNSや日記の英語に such a を1回使う

今日の出来事を、強弱をつけて3文で

① I had such a busy day today. ② The math class was a little hard. ③ But lunch was really good!

ポイント

- 強める文と弱める文を1つずつ入れると、話にメリハリが出ます。

書いて覚えよう

Lesson 32

ミニテスト

強調の表現が身についたか、確かめよう。

1. 空らんに1語を入れよう

1. You're _____ a good cook!
2. _____, I've never seen snow.（実は）
3. It's a _____ expensive.（少し）

2. 英語にしよう

1. それ、見たくてたまらない。 _____
2. 完全に同意するよ。 _____

書いて覚えよう

Lesson 33

前回の復習とつなげる

前回の「言いかえと言い直し」と組み合わせよう。

言いかえ

前回

I mean, ...
つまりね

It's like ...
〜みたいな

強調

今回

It's so good.
すごくいい

It's kind of ...
なんか〜

I mean と強める語を使って、好きなものを紹介しよう

1. _____

ニュアンスチャレンジ　ミッションカード

MISSION 1
such a を使って、だれかをほめる

MISSION 2
Definitely! で、さそいに答える

MISSION 3
a bit too ... で、やんわり意見を言う

MISSION 4
強く言う単語を意識して、1文を3通りに読む

できたミッションに✓をつけよう：　☐1　☐2　☐3　☐4

書いて覚えよう

Lesson 34

ニュアンスチャレンジ

気持ちに合った強さで、英語を話そう。

今日から

Good. だけで終わらず really / so をつける

今週中に

反対するときは a bit や maybe でクッションを入れる

次の会話で

いちばん伝えたい単語を強く言ってみる

こたえ

L2 so ／ really ／ very

L4 Definitely! ／ Definitely not.

L5 It's a little cold. ／ I'm kind of tired.

L6 It was such a nice day. ／ She's such a kind person.

L14 pretty ／ totally

L16 1. such ／ really ／ a little　2. ③→①→②

L17 Definitely ／ such ／ a little ／ actually ／ pretty

L20 Actually, ...→オ kind of→ウ It took forever.→エ I can't stand it.→ア pretty good→イ　2. Definitely! ／ I'm not a big fan of it. ／ I'm starving.

L21-22 1. It was such an exciting game. ／ Actually, I'm a little nervous.

L23-24 It was such a long day. ／ I'll definitely call you. ／ It's a bit too spicy.

L32 1. such ／ Actually ／ little　2. I'm dying to see it. ／ I totally agree.

書いて覚えよう

強調とニュアンス（Season 8 ｜ No.74）
発行：一般社団法人文化芸術支援協会
この教材の著作権は一般社団法人文化芸術支援協会に帰属します。個人の学習および家庭内での利用に限り、閲覧・保存・印刷ができます。
有料の講座・塾・研修での使用、販売・再配布、改変しての公開、生成AIへの入力などの商用利用は禁止しています。
くわしくは当協会ウェブサイトの「ウェブサイト利用規約」をご覧ください。