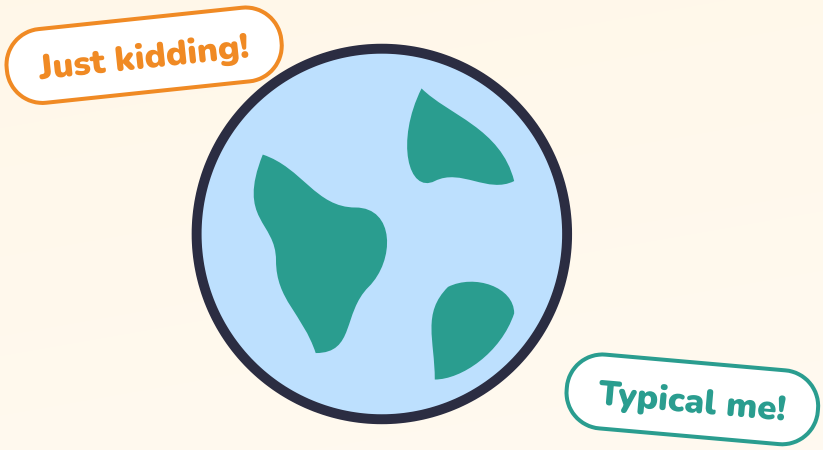
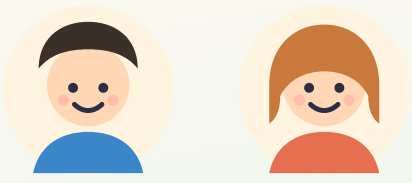
Season 8 | No.76



ユーモアと軽い冗談

軽い冗談で、会話をなごやかにする



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

ユーモアとは 3
ユーモアの基本フレーズ 4〜8
場を和ませる・気をつける 9〜12
例文とミニ会話 13〜14
会話でユーモアを使う 15〜16
練習問題 17〜19
自分のユーモアと復習 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

ユーモアの英語

軽い冗談は、会話をなごませる魔法のスパイスです。

英語の雑談には、ちょっとした**ユーモア**がよく登場します。まじめな話の合間に軽い冗談をはさむだけで、場の空気がやわらぎ、相手との距離もぐっと近づきます。このタイトルでは、無理に「おもしろいことを言おう」とするのではなく、**軽く笑いを誘うひとこと**や、冗談への上手な反応の仕方を学びます。



ユーモアが役立つ場面

- 初対面の緊張をほぐす
- 失敗をやわらげる
- 場を明るくする
- 相手と親しくなる

無理をせず、自分に合った軽さで大丈夫です。

ポイント

- ユーモアは、上手な話術よりも**リラックスした気持ち**から生まれます。
- 笑わせようとがんばりすぎると、かえって不自然になることがあります。

やってみよう

1. 最近、思わず笑ってしまった会話やひとことを思い出して書こう。

ワンポイント 英語の軽い冗談は、聞き手も一緒に笑える**やさしいもの**が基本です。相手を傷つける冗談は避けましょう。

書いて覚えよう

Lesson 2

軽い冗談(Just kidding)

冗談だと伝える、便利なひとこと。

Just kidding!
ジャスト キディング
なーんてね！冗談だよ

I'm just joking.
アイム ジャスト ジョウキング
冗談だよ

I'm only teasing.
アイム オンリー ティーズィング
からかっただけだよ



Ken
You ate my lunch again?
また私のお昼食べたの？

Emma
Just kidding! It's still in the fridge.
冗談だよ！ちゃんと冷蔵庫にあるよ。





Ken
Phew, you got me!
ふう、ひっかかった！

ポイント

- **Just kidding!** をつけ忘れると、本気の発言と誤解されることがあります。
- 冗談のあとは、明るい表情や声で伝えると誤解を防げます。

やってみよう

1. 「冗談だよ」を2通りで書こう。 _____

_____

書いて覚えよう

Lesson 3

笑いを誘う

大げさな言い方で、軽く笑いを誘ってみよう。

I could eat a horse!
アイ クッド イート ア ホース
お腹ペコペコだよ

It took forever.
イット トゥック フォーエヴァー
永遠に感じるくらい時間がかかった

I'm dying of laughter.
アイム ダイイング オブ ラーフター
笑い死にしそう

Emma
How was the meeting?
会議どうだった？



Ken
It took forever! I thought I'd fall asleep.
永遠に感じたよ！寝るかと思った。

Emma
Haha, that bad?
はは、そんなにひどかったの？



ポイント

- わざと大げさに言う言い方は、英語の軽い冗談の定番です。
- 本当のことのように真顔で言うと、より効果的です。

やってみよう

1. 「お腹ペコペコだよ」を大げさな言い方で書こう。＿＿＿＿＿＿＿＿

書いて覚えよう

Lesson 4

言葉遊び

ことばの音や意味で遊ぶ、軽いジョーク。

言葉遊びの例

Time flies when you're having fun.（楽しいときは時間がたつのが早い）は、決まり文句としてよく使われる言い回しです。

同じ音のちがう単語を並べて遊ぶ**ダジャレ**も、軽い場では喜ばれます。例：**What do you call a bear with no teeth? A gummy bear!**

ダジャレは「くだらないほどいい」とされ、うけなくても笑って流すのが英語圏の楽しみ方です。



Ken
Why did the bicycle fall over?
自転車はなぜ倒れたと思う？

Emma
I don't know, why?
わからない、なんで？





Ken
Because it was two-tired!
疲れすぎてたからさ！

Emma
Ha! That's terrible... in a good way.
はは！ひどいけど…いい意味でね。



ポイント

- このダジャレは**too tired**（疲れた）と**two-tired**（2つのタイヤ）のような、音の似たことばを利用しています。
- うまく決まらなくても、笑って楽しめば十分です。

やってみよう

1. 知っている英語のダジャレやおもしろい言い回しがあれば書こう。

書いて覚えよう

Lesson 5

リアクション(That's funny!)

冗談を聞いたときの、自然な反応を覚えよう。

That's funny!
ザッツ ファニー
それおもしろい！

You're hilarious.
ユア ヒラリアス
きみ、めっちゃおもしろいね

Haha, good one!
ハハ グッド ワン
はは、いいね！

Emma
I told my cat a joke. He didn't laugh, but he did look unimpressed.
猫に冗談を言ったの。笑わなかったけど、呆れた顔はしてた。



Ken
Haha, good one!
はは、いいね！

ポイント

- That's funny! は、笑い声と一緒に言うとより自然です。
- hilarious は funny よりも強く「めちゃくちゃおもしろい」というニュアンスです。

やってみよう

1. 友だちの冗談に、明るくリアクションしよう。＿＿＿＿＿＿＿＿

書いて覚えよう

Lesson 6

自虐ネタ

自分のことを軽く笑いにする、上手な使い方。

I'm terrible at directions.
アイム テリブル アット ディレクションズ
方向おんちなんだ

Typical me!
ティピカル ミー
いかにも自分らしい！

Classic me, right?
クラシック ミー ライト
これぞ自分、でしょ？



Ken
I got lost again on the way here.
また来る途中で迷っちゃった。

Emma
Really?
本当に？





Ken
Yeah, typical me. I'm terrible at directions.
うん、いかにも自分らしいよね。方向おんちなんだ。

ポイント

- 自分の失敗を軽く笑いにすると、相手も気持ちよく笑えます。
- 言いすぎると自信のなさに聞こえるので、明るいトーンが大切です。

やってみよう

1. 自分の「あるある失敗」を、軽く笑いにして書こう。

書いて覚えよう

Lesson 7

場を和ませる

気まずい空気を、ひとことでやわらげよう。

Well, this is awkward.
ウェル ディス イズ オークワード
うわ、気まずいね

Let's laugh it off.
レッツ ラーフ イット オフ
笑って流しちゃおう



Ken
Oops, I called you by the wrong name!
あ、名前まちがえちゃった！

Emma
Haha, well, this is awkward. Let's laugh it off.
はは、うわ、気まずいね。笑って流しちゃおう。





Ken
Deal!
決まり！

ポイント

- 気まずさを認めることばを言うだけで、その場の空気がふっとやわらぎます。
- 深刻にならず、軽く受け流す姿勢が場を明るくします。

やってみよう

1. 何かをまちがえてしまったとき、場をなごませる一言を書こう。

_____

書いて覚えよう

Lesson 8

冗談の返し

冗談には、冗談で軽く返してみよう。

Very funny.
ヴェリー ファニー
はいはい、おもしろいね

Nice try!
ナイス トライ
おしい、がんばったね！

Oh, come on!
オウ カムオン
もう、勘弁してよ



Emma
You didn't study at all, did you?
全然勉強してないでしょ？



Ken
Me? Never!
ぼくが？まさか！



Emma
Very funny.
はいはい、おもしろいね。



Ken
OK, fine, a little.
わかったよ、少しだけね。

ポイント

- Very funny. は、皮肉っぽく軽く返すときの定番フレーズです。
- 強く言うと本気の怒りに聞こえるので、笑いながら言いましょう。

やってみよう

1. からかわれたときの、軽い返しを1つ書こう。＿＿＿＿＿＿＿＿

書いて覚えよう

Lesson 9

やりすぎ注意

ユーモアには、気をつけるべき境界線もあります。

気をつけたいポイント

初対面の相手や、あまり知らない人には**からかう系のジョーク**は避けましょう。まずは軽い自虐や大げさな言い方から始めるのが安全です。
相手の見た目や、変えられないことについての冗談は、たとえ軽いつもりでも避けましょう。

相手が笑っていなければ、すぐに Sorry, that was a bad joke. と切り替える柔軟さも大切です。



Ken
Sorry, that was a bad joke. I didn't mean to upset you.
ごめん、変な冗談だったね。傷つけるつもりじゃなかったんだ。

Emma
It's OK, I know you were just joking.
だいじょうぶ、冗談だってわかってるよ。



ポイント

- ユーモアは相手との関係が近づいてから、少しずつ増やしていくのが安心です。
- 冗談がすべった、と気づいたら、すぐに謝る素直さが信頼につながります。

やってみよう

1. 「ごめん、変な冗談だったね」を英語で書こう。 _____

書いて覚えよう

Lesson 10

文化差に注意

笑いのツボは、国や人によってちがいます。

気づいておきたいこと

同じ冗談でも、国や文化、その人の育った環境によって、おもしろく感じるかどうかは変わります。ある文化圏で好まれる自虐ネタが、別の文化圏ではあまり使われないこともあります。
相手の反応が薄いときは無理に説明しようとせず、**Never mind!** と軽く流すのも1つの方法です。

「うける・うけない」は文化の差であって、あなたのユーモアのセンスが悪いわけではありません。

Emma
I made a joke in class, but nobody laughed.
授業で冗談を言ったのに、だれも笑わなかったの。



Ken
Don't worry, maybe it just didn't translate well.
気にしないで、うまく伝わらなかっただけかもよ。

Emma
Yeah, never mind!
うん、気にしないでおく！



ポイント

- 冗談が伝わらなくても、気にしすぎる必要はありません。
- **Never mind!**（気にしないで）は、冗談がすべったときの便利な切り替えことばです。

やってみよう

1. 冗談が伝わらなかったときの、軽い切り替えのひとこと。＿＿＿＿＿＿＿＿

書いて覚えよう

Lesson 11-12

例文を見る・置きかえ練習

ユーモアの型を、自分の言い方に置きかえよう。

場面	ユーモアの表現
冗談だと伝える	Just kidding! / I'm only teasing.
大げさに言う	I could eat a horse! / It took forever.
自虐で笑わせる	I'm terrible at... / Typical me!
冗談に返す	Very funny. / Nice try!

ポイント

- 自分がよく失敗することや、よく言われることを当てはめると、自然な自虐ネタが作れます。

やってみよう

1. 自分の「あるある」を、Typical me! を使って1文書こう。 _____

書いて覚えよう

Lesson 13

ユーモアミニ会話

ここまでの表現を全部使った会話を読んでみよう。



Emma
I tried to cook pasta and burned it. Again.
パスタを作ろうとして、焦がしちゃった。また。



Ken
Again? That's so you!
また？いかにもきみらしいね！



Emma
Ha, very funny. But seriously, I'm terrible at cooking.
はは、おもしろいね。でも本当に料理が苦手なの。



Ken
Well, at least the smoke alarm gets some exercise.
まあ、火災報知器はいい運動になってるね。



Emma
Haha, oh no! Let's laugh it off and order pizza.
はは、もう！笑って流してピザを頼もう。

ポイント

- 自虐・冗談の返し・大げさな言い方が組み合わさっています。どの文がどのユーモアか、色分けしてみましょう。

書いて覚えよう

一般社団法人文化芸術支援協会｜ユーモアと軽い冗談　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 14

軽くツッコむ

相手の冗談に、軽くツッコミを入れてみよう。

Come on!
カムオン
もう、なに言ってるの！

You wish!
ユー ウィッシュ
そうだったらいいのにね

As if!
アズ イフ
まさかね！



Ken
I could win a marathon tomorrow, easy.
明日マラソンで優勝できる自信あるよ、楽勝。

Emma
You wish! You get tired after one flight of stairs.
そうだったらいいのにね！階段1階分で疲れるくせに。





Ken
Ha, fair point.
はは、たしかにその通り。

ポイント

- 軽いツッコミは、相手のオーバーな発言に対して使うと自然です。
- 強すぎない、笑いながらのトーンが大切です。

やってみよう

1. 大げさなことを言う友だちに、軽くツッコんでみよう。 _____

書いて覚えよう

Lesson 15

笑顔で話す

ことばだけでなく、表情や声でユーモアを伝えよう。

伝わるユーモアの2つのコツ

1. **笑顔** — 同じことばでも、表情ひとつで冗談だと伝わりやすくなります。
2. **声のトーン** — 明るく軽い声で言うと、からかいではなく親しみに聞こえます。

無表情で言うと、本気の発言と誤解されることがあるので注意しましょう。

Emma
You're late again! (with a smile)
また遅刻だね！（笑いながら）





Ken
Haha, sorry! Traffic, as always.
はは、ごめん！いつもの渋滞で。

ポイント

- ことばの意味だけでなく、**表情とセットで**伝わるのがユーモアです。
- 文字だけのメッセージでは、絵文字や(laughs)のような表現で明るさを補いましょう。

やってみよう

1. 「また遅刻だね！」を、冗談っぽく明るいトーンで言ってみよう。

書いて覚えよう

Lesson 16

ユーモアクイズ

自然なユーモアの返し方を選んでみよう。

1. 自然なのはどちら？　番号に○をつけよう

1. 自分の失敗を笑いにするとき

   ① I'm useless.　② I'm terrible at directions, typical me!

2. 冗談を言ったあと

   ① Just kidding!　② I mean it.

3. からかわれて軽く返すとき

   ① Very funny.　② That's not funny at all.

2. 正しいほうに○をつけよう

1. 冗談だと伝えるとき →（ Just kidding! ／ I'm serious. ）
2. からかわれて軽く返すとき →（ Very funny. ／ Stop it now. ）

ワンポイント　迷ったら「相手も一緒に笑えるか」で選びましょう。

書いて覚えよう

Lesson 17

穴うめ練習

空らんをうめて、ユーモアのある会話を完成させよう。

A I can't find my glasses anywhere.

B Aren't they on your head?

A Oh! Just _____ .

B You're _____ at finding things.

A _____ me, right?

B Very _____ . Let's _____ it off.

ポイント

- ヒント：冗談・自虐・あるある・ツッコミ・切り替え、の順で入ります。

書いて覚えよう

Lesson 18

ロールプレイ(冗談)

軽い冗談を言い合う会話に挑戦しよう。

ロールカード

A：自分の「あるある失敗」を1つ話し、軽く自虐ネタにする。

B：軽くツッコみ、最後に自分の失敗談も1つ話す。

2分たったら役を交代します。笑顔と明るい声を忘れずに。



Ken

I locked myself out of my house yesterday.

昨日、家に鍵をかけたまま閉め出されちゃった。

Emma

Again? You wish you had a spare key!

また？合鍵があればよかったのにね！





Ken

Ha, you're right. Typical me.

はは、その通り。いかにも自分らしいよ。

やってみよう

1. B の役で使う、軽いツッコミの表現を3つ書いておこう。

書いて覚えよう

Lesson 19

自分の冗談を言う

自分らしい軽いユーモアを、1つ作ってみよう。

あるある	I'm always _____ .
自虐	Typical me, right?
大げさに言う	I could _____ !
冗談だと伝える	Just kidding!
笑って締める	Anyway, let's laugh it off.

Ken の例

I'm always losing my umbrella. Typical me, right? I could open my own lost-and-found shop! Just kidding! Anyway, let's laugh it off.

ポイント

- 完ぺきなジョークを目指さなくて大丈夫。**自分らしい小さな失敗談**が、いちばん自然なユーモアになります。

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 20

復習：ユーモアの表現

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

Just kidding!	ア. いかにも自分らしい！
Typical me!	イ. 笑って流しちゃおう
Very funny.	ウ. そうだったらいいのにね
You wish!	エ. はいはい、おもしろいね
Let's laugh it off.	オ. 冗談だよ

2. こんなとき、英語で何と言う？

1. 冗談だったと伝えるとき _____
2. からかわれて軽く返すとき _____
3. 気まずい空気を笑って流すとき _____

書いて覚えよう

Lesson
21-22

総合練習・発音を練習する

ユーモア表現を英作文し、明るい声で言ってみよう。

1. 総合練習　英語にしよう

1. 料理が苦手なんだ、いかにも自分らしいよね！ _____
2. はいはい、おもしろいね。 _____

Just kidding!
ジャスト キディング
語尾を軽く上げる

Typical me!
ティピカル ミー
me を明るく強く

Very funny.
ヴェリー ファニー
少しゆっくり、にやりと

ポイント

- ユーモアの一言は、平坦な声より**抑揚をつけて**言うと伝わりやすくなります。

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

耳で聞いたユーモア表現を、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 笑いながら話されると聞き取りにくいこともあります。まずはゆっくりの音源で慣れましょう。

書いて覚えよう

一般社団法人文化芸術支援協会｜ユーモアと軽い冗談　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 25-26

単語カードで覚える・フレーズを暗唱する

ユーモア表現を、カードで持ち歩こう。

冗談を言う

- ☐ **Just kidding!**
  冗談だよ
- ☐ **I'm only teasing.**
  からかっただけだよ

笑いを誘う

- ☐ **I could eat a horse!**
  お腹ペコペコだよ
- ☐ **It took forever.**
  永遠に感じた

自虐・あるある

- ☐ **Typical me!**
  いかにも自分らしい！
- ☐ **I'm terrible at...**
  ～が苦手なんだ

返す・切り替える

- ☐ **Very funny.**
  はいはい、おもしろいね
- ☐ **Let's laugh it off.**
  笑って流そう

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

Lesson 27-28

ペアで練習する・声に出して読む

相手と、自分の声で、ユーモアの感覚をつかもう。

ペア練習：あるあるを言い合おう

A が自分の「あるある失敗」を1つ話し、B が軽くツッコみます。3つ話したら役を交代しましょう。
スタート例：**I always forget my umbrella.**

音読しよう

Ken: I tried to make coffee this morning and forgot to add the water. Emma: Ha, typical you! Ken: I know, I know. Very funny. Emma: Well, at least the coffee smelled great. Ken: Let's laugh it off and get some real coffee.

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

 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
29-30

応用ミニ会話①②

ちがう場面でも、ユーモアのコツは同じです。



Ken
How was your presentation?
プレゼンどうだった？



Emma
I could hear my own heartbeat the whole time.
ずっと自分の心臓の音が聞こえてたよ。



Ken
Haha, that nervous?
はは、そんなに緊張してたの？



Emma
Very funny, but yes, exactly that nervous.
はいはい、おもしろいね。でも本当にそのくらい緊張してた。



Emma
Did you finish packing for the trip?
旅行の荷造り終わった？



Ken
Almost. I'm terrible at packing light.
もう少し。荷物を減らすのが苦手なんだ。



Emma
Typical! You'll bring three suitcases for two days.
いかにも！2日間なのにスーツケース3つ持っていくつもりでしょ。



Ken
You know me too well.
よくわかってるね。

やってみよう

1. ①② の会話で、ユーモアの表現に線を引こう。

書いて覚えよう

Lesson 31

実生活で使ってみる

身近な場面で、軽いユーモアを1つ使ってみよう。

失敗したとき

真剣になりすぎず、Typical me! と軽く笑いに変える

雑談のとき

少し大げさな言い方で、話に軽さを足す

冗談を言われたとき

Very funny. と、笑顔で軽く返す

今日1日を振り返って、あるあるを3つ書こう

① I'm always losing my keys. ② I could eat a whole pizza right now! ③ Typical me, I was late again.

ポイント

- 最初は1つの軽いひとことから始めれば十分です。

書いて覚えよう

Lesson 32

ミニテスト

ユーモア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. Just _____ ! I didn't mean it.
2. [[_____]] me, I lost my phone again.
3. Very [[_____]]. But seriously, stop it.

2. 冗談を言われたときの返事を書こう

1. You must be a superhero, you're always saving the day! _____

書いて覚えよう

Lesson 33

前回の復習とつなげる

前回の「あいまいに伝える」と組み合わせよう。

あいまいに伝える

前回

kind of
なんか〜

I guess so.
そうかも

ユーモア

今回

Typical me!
いかにも自分らしい！

Just kidding!
冗談だよ

自分の「あるある失敗」を、あいまい表現とユーモアの両方を使って言おう

1. _____

ユーモアチャレンジ　ミッションカード

MISSION 1
Just kidding! を使って、軽い冗談を言う

MISSION 2
自分のあるある失敗を、Typical me! で笑いに変える

MISSION 3
だれかの冗談に Very funny. と返す

MISSION 4
気まずい空気を Let's laugh it off. で和ませる

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

ユーモアチャレンジ

明日の会話から、軽いユーモアを1つ使ってみよう。

今日から

自分の失敗を Typical me! で笑いに変える

今週中に

だれかの冗談に Very funny. と返す

次の雑談で

大げさな言い方で、話に軽さを足す

こたえ

L2 Just kidding! ／ I'm just joking.

L3 I could eat a horse! ／ It took forever.

L4 （例）Time flies when you're having fun.

L5 That's funny! ／ You're hilarious.

L6 I'm terrible at directions. ／ Typical me!

L7 Well, this is awkward. ／ Let's laugh it off.

L8 Very funny. ／ Nice try!

L14 Come on! ／ You wish!

L16 1. ② ／ ① ／ ①　2. Just kidding! ／ Very funny.

L17 kidding ／ terrible ／ Typical ／ funny ／ laugh

L20 Just kidding!→オ Typical me!→ア Very funny.→エ You wish!→ウ Let's laugh it off.→イ　2. Just kidding! ／ Very funny. ／ Let's laugh it off.

L21-22 1.（例）I'm terrible at cooking, typical me! ／ Very funny.

L23-24 I'm terrible at directions. ／ Just kidding! ／ Let's laugh it off.

L32 1. kidding ／ Typical ／ funny　2.（例）Very funny, but I actually agree with you.

L33 （例）Maybe I'm just terrible at directions... kind of a running joke.

書いて覚えよう

ユーモアと軽い冗談（Season 8 ｜ No.76）
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。