

## 自習方法「多読 (Extensive Reading)」について

よく上達する言語学習者は自律的学習ができる人が多いです。そして継続的な自律学習に必要な一つのことは「面白さ」です。自律的に継続して楽しく・面白く言語学習する有効な方法の一つは「多読」だとされています。この資料を通して多読の定義や方法、そして弘前大学が提供している資源について知ることができます。

### 1. 多読とは

「多読」と「精読」を対としてとらえるとわかりやすいでしょう。

精読	多読
<ul style="list-style-type: none"><li>・ ゆっくり読む</li><li>・ 辞書をひく</li><li>・ 完璧な理解を目指す</li><li>・ 難易度の高い文章を選ぶ</li><li>・ (学習者のレベルに合わせて) 短めの文章を選ぶ</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>・ 早く読む</li><li>・ 辞書をあまりひかない</li><li>・ 話の筋がわかるぐらいの理解を目指す</li><li>・ 読みやすい、面白そうな文章を選ぶ</li><li>・ (学習者のレベルに合わせて) 長めの文章、あるいはたくさんの短い文章を選ぶ</li></ul>

要するに、精読では集中的に難しい英語を学習することに対して、多読ではとにかくたくさんの語を英語で読むことです。両方が言語学習に大いに貢献できますが、今回は多読のみに集中して紹介します。多読を続けると以下のような効果を望めます。

- ・ 読む速度が上がる — たくさん英語を読んでいるうちに早く内容を理解できるようになる。定期的に、自分の読む速さ wpm (word per minute すなわち 1 分間に読める語数) 記録すると良い。
- ・ 語彙が増える — 基本的に、わからない単語を飛ばしますが、わからない単語を何度も見ているうちに①意味を推測する力が身につく、あるいは②覚える価値があることがわかり、それだけを調べることがある。
- ・ モチベーションが上がる — 個人的に興味がある本を選択することが自主性につながり動機付けになる。また、記録を残すことで振り返るができ、冊数や語数の可視化によって達成感を味わえる。
- ・ Tolerance of ambiguity を育成する — Tolerance of ambiguity とは曖昧さを我慢できる力、つまり読んでいる内容が 100%わからなくても読み続ける (勉強し続ける) ことができる力である。言語学習研究によると Tolerance of ambiguity が強い学習者がより成功するとされている。

### 2. 多読の方法

基本的に四つのルールを覚えれば多読ができます：

- ① 読んでいる間は辞書に頼らないこと

② わからない単語を飛ばすこと

③ 100%の理解を目指さないこと（大体の意味が分かっているだけでOK）

④ つまらなくなったら、あるいは難しく感じたときは新しい本に替えること

4つのルールといっても①～③は大体同じことを言っているというように解釈できます。

④に関しては、多読用書籍は薄い新書くらいの大きさが多く、一度に3～4冊を借りてその中の最も読み甲斐あるものを見つけるまで替えながら読んでよいです。また、最初は一度に難易度の違う本を選んで自分に合っているレベルを試すこともできます。

多読の目標は100万語を読むことだとされています。古川昭夫の研究を踏まえてSSS（Start with Simple Stories）多読法が開発されています。その方法によると、

“In our method, learners start with picture books with a few words on a page. Many learners who start with simple stories can read a large number of books without difficulty, and they can reach the goal of reading one million words in six months to two years. Since elementary school students in English spoken countries read one million words on average per year, and most of the learners in Japan who achieved one million words do so by reading English novels as a hobby, we set the first goal of extensive reading as reading one million words in English” ([SSS Extensive Reading Method](#))

つまり、SSS多読法では、簡単な絵本から出発し、苦なくたくさんの冊数を読んでいきます。趣味として小説を読む学習者こそが目標の100万語を2年以内に達成できます。なぜ絵本から始まるかという点、絵が言語の理解（語彙の推測、場面の雰囲気）を支えるからであり、「子供向けだから」というわけではありません。

また、100万語を目指して多読を行う際、総語数を記録することが大事です。弘前大学のEnglish Loungeの多読書籍には総語数も記載されていますので、Reading Log（多読のための語数記録用紙）に読んだ書籍の語数を記録し、自分の学習を可視化しましょう。書籍の難易度や総語数を知りたい場合は、表紙に書いてある情報を参照するか、[SSS Reading Levels and Wordcounts](#) で探すことができます。

### 3. 多読用書籍の選択方法について

[立田と小野寺](#)によると、5分間でレベル測定ができます。選んだ本を5分間の多読行います。5分経ったら、読んだ語数を数えて次の対策をします：

600語未満の場合 — より簡単な本を選ぶ

600～800語 — 選んだ本を読み続ける

800語以上 — より難易度の高い本を選ぶ

簡単そうですが、どのように本の難易度がわかるのでしょうか。

多読用書籍を出版する会社がいろいろあり、そしてそれぞれの出版社や学会が自分なりのレベル測定方法を作っています。例えば、[Lexile Measure](#)、[Yomiyasusa Level](#)、[Kyoto Scale](#)、[CEFR Levels](#) などがあり、学習者が困惑する恐れがあります。その中CEFR Levels

と Yomiyasusa Level だけを気にしてください。

CEFR Levels はヨーロッパの標準として開発された、A1, A2, B1, B2, C1, C2 と表記されます。各レベルは幅が広く、対応する語彙リストもありませんので CEFR のみに頼るのが足りないかもしれません。一方で、教養英語科目で使用されている教科書は裏表紙に目標の CEFR Level が必ず書いてあり、まず自分の教科書レベルを参照して CEFR で多読用書籍を探す方法があります。

また、数字で表記される Yomiyasusa Level のメリットは、研究者が日本人学習者の意見を参考にして定められたレベルなので、より日本人英語学習者の視点を重視していることです。皆さんの「読みやすさ」により近い指標ということができます。ちなみに弘前大学の English Lounge では、出版社を問わず、ほとんどの書籍に CEFR Level および Yomiyasusa Level が記されており、自分に合ったレベルの本を探しやすくしています。

#### 4. 弘前大学で提供される多読用書籍

弘前大学は附属図書館 1 階にあるグローバルスクエアと総合教育棟 2 階にある English Lounge から多読用書籍を借りることができます。また、附属図書館の[ホームページ](#)より eBook（電子ブック）のコレクション（EBSCOhost, Infobase, Science Direct など）アクセスできます。実際手に取って試してみるのを勧めますが、参考用に以下に一部のシリーズとその特徴を紹介します。

- ・ Oxford Bookworms 古典文学が読みやすく書き換えられたものが多い
- ・ Heinemann 古典文学が読みやすく書き換えられたものが多い
- ・ Penguin Readers ノンフィクション、映画の小説化、絵本やコミックブックが多い
- ・ Ladder Series 最後に日本語の用語集があり、日本関連のものもある
- ・ National Geographic 雑誌のような作りで写真が多く、文化・科学のテーマが多い
- ・ Magic Tree House 子供の英語母語話者向けのシリーズですが、読みやすく楽しい
- ・ Collins English Readers 音源の CD もついている
- ・「ディズニーの英語」 音源の CD もついている。馴染みある内容が親しみやすい
- ・ Reading & Training 予習・復習の教材がついている
- ・ Drama シェイクスピアなどの演劇を題材にしている