0▶1歳代

愛情たっぷり！
ママとパパからえいごで
語りかけ

ネンネの頃から、つかまり立ち、ヨチヨチ歩きまで
成長の変化が著しいこの時期、たとえ言葉を話さなくても
ママやパパの愛情あふれる語りかけをしっかり受け止め、
自分の気持ちや欲求も赤ちゃんなりに表現しています。
体や表情、片言の言葉を使って
親とのコミュニケーションを楽しみながら
しっかりと自分の中に蓄積しているのが０～１歳代なのです。

監修
いはら・かおり
井原 香織
1970年新潟県生まれ。慶應義塾大学総合政策学部卒業。朝日ネット勤務を経て、出産を機に専業主婦に。2001年3月に出産した長男をえいごと日本語で子育て。HP「英語で子育て」を立ち上げ、セミナーやえいご子育てのサークルも主宰。著書に『井原さんちの英語で子育て』（学研）。
http://www.ne.jp/asahi/eigo/kosodate/

監修
サイモン・まさか・ダウンズ
サイモン 真坂 ダウンズ
1966年イギリス生まれ。発達心理学博士。サンディエゴ大学卒業後、1992年来日しえいご教育に携わる。2002年筑波大学大学院心理学研究科博士号取得。研究テーマはバイリンガル教育・イマージョン教育。バイリンガル教育を目指した子どもえいご教室「サイモンベア」校長。
http://www.simonbear.org/

えいご子育ては、シンプルなフレーズで語りかけることから

えいごを子どもに触れさせる手段として、最近注目を集めているのが「語りかけ」。ママやパパが日常会話をえいごで語りかける方法です。家庭で親が中心となって行うため、やり方はさまざまですが、えいごがペラペラでなければできないに違いないと思ってはいませんか？　中学生レベルのえいごで語りかけを実践し、「英語で子育て」サイトを運営する井原香織さんによると、「最初は私自身も、日本で生まれ育ち、バイリンガルでもない自分たち夫婦が、えいごの語りかけをしながら子育てをするなんて絶対無理だと思っていました。でも、実際やってみると、意外と慣れてしまうものです。もうすぐ4歳になる息子は、今では日常会話なら問題なくえいごでコミュニケーションできるようになりました。日本語とも上手に使い分けていますね」といいます。

井原さんが提案する方法は、日常の決まりきった簡単なフレーズはえいごで、感情を表現したり、複雑な文章は日本語で、と使い分けるもの。えいごで語りかけるのは、「いい天気だね」「おむつを替えましょう」などの日常よく使う表現のみ。暗記さえすれば使える1フレーズなので、親のえいご力をあまり心配しないで継続できます。「何より大切なのは、えいごに振り回されすぎないこと。愛情を表現したり、一緒に考えたり、説明するなど、何かをきちんと子どもに伝えるようなシチュエーションでは、母国語である日本語を使った自由なコミュニケーションに優るものはありませんよね」。

また、シンプルなフレーズだけとはいえ、毎日少しずつ実践していくことで、子どもだけでなく親も一緒にえいごの基礎力をつけていくことができるはずです。

0～1歳からの語りかけは親も子も抵抗なく始めやすい

井原さん自身、生まれた直後からお子さんへのえいご語りかけをスタートしています。語りかけは0歳、1歳のうちから始めたほうがいいのでしょうか？　「語りかけは必ず小さいうちから始めなければ効果がないということはないと思います。その子の年齢や成長に合わせたやり方は絶対にあるはず。ただ、えいごを単なる外国語ではなく、一生何らかの形で付き合っていく身近な言葉と考えているのなら、早くから始めてみるのもいいのでは？と思います」。

0～1歳代は、親も子もえいごの語りかけをあまり抵抗を感じることなく始めやすいという点も大きなメリットです。「特に赤ちゃんのうちは、家の中で過ごすことが多いので、ママにとっては言語[illegible]え、食事やおむつ替えなど決まりきった表現を語りかけるパターンがほとんどです。その点では、親の負担が少なくて、スタートしやすいのでは？」。

一方で、目に見える子どもの反応がわかりにくく、効果が実感しにくい時期なのも確かです。「わが家も1歳に近づくころまでは、えいごを理解しているのかどうか、[illegible]すぐに見えなくても、あせらなくて大丈夫だと思いますよ」。本当にえいごが通じているのか、不安になるときもあるかもしれませんが、子どもの頭はしっかりと語りかけられた言葉をインプットしているのです。この時期にインプットしたことが、そこから先の子どもがえいごを理解する力へとつながっていくはずなのです。

語りかけココがPOINT

- ●会話をすべてえいごにしようと思わない。
- ●親がえいごで語りかけることを照れない。
- ●発音のうまい下手は気にしすぎない。
- ●最初から欲張らず、表現のターゲットを絞る。
- ●地道に長く続けるためにも自分のペースを大事に。

表現集や語りかけサイトを上手に利用して、使うフレーズをマスター

ところで、いざ語りかけを始めたいと思ったときは、一体、何から始めればいいのでしょうか？

「まずは、『このフレーズはえいごで言う』と決めて、それだけは必ずえいごで語りかける習慣をつけること。どのフレーズから始めるかは、語りかけの表現集の本やサイトを参考にしてみるといいですね。特にサイトは、方法論や悩み相談など、さまざまな情報交換ができるのでオススメです」

また、語りかけに慣れてくると、いろいろなフレーズにトライしたくなるものですが、まずは表現集の本を1冊丸暗記することを優先してみましょう。自分でシチュエーションに合わせたフレーズを作文するようになるのは、それからでも遅くありません。

「語りかけは一時的にやるだけでは、意味がありません。無理をして挫折するよりも、できることから少しずつ長期的に継続することがポイント。小学校卒業まではさまざまな形で親がサポートしながら、子どものえいご力を育てるつもりで始めましょう。それぞれの家庭に合った方法を見つけて、長い目で取り組んでください」

○いい語りかけの例

1 タイミングよく語りかける。

氷をさわったときに、「It's cold！（冷たい！）」、蝶を見たときに「Look at the butterfly！（見て！チョウチョよ！）」というように、目で見たり実体験したこととえいごの言葉がうまく結びつくように語りかけてあげましょう。教室でイラストを見ながら英単語を覚えるのとは違う、リアルなえいご体験ができます。

2 シンプルなフレーズでも感情を込めて言う。

「Good boy！（いい子ね）」、「It's good！（おいしー！）」など、シンプルなフレーズでも、できるだけ感情を込めて言うようにしましょう。最初は恥ずかしいかもしれませんが、感情が伴う会話を心がけることが大切。愛情あふれるまなざしと一緒に、気持ちを伝えましょう。

×悪い語りかけの例

1 えいごを話さなくてはと思うあまり、無口になる。

えいごのプレッシャーを感じるあまり、親子の会話が少なくなっては、本末転倒。まずは親子で十分なコミュニケーションがとれることが一番です。日本語もふんだんに使いながら、えいごで表現できることはえいごにしてみる、というリラックスしたスタイルで、少しずつ続けていくことで、子どものえいごの基礎力が育っていくのです。

2 月に1、2回だけ、思い出したようにえいごを使う。

たまにしか使わないと、子どもにしっかりインプットできないばかりか、親自身がえいごを口にすることへの違和感をいつまでもひきずってしまいがちです。使うと決めたフレーズは、積極的に自分から機会を見つけて何度も使うことで、いつのまにか意識しなくても自然と口に出てくるようになるものです。

3 一つの文に日本語とえいごを交ぜる。

えいごで語りかけを続けていくと、ついつい「Wash hands したの？」「Park行く？」など、一つの文章の中にえいごと日本語を交ぜて会話をするパターンに陥りがちです。でも、子どもにはどちらの言葉も正しい表現で身につけさせたいもの。日本語の文章は日本語で、えいごの文章はえいごできちんと完結させて教えるように心がけましょう。

サイモン先生＆
井原さんに教わる

ネイティブが使う表現集50

はじめての語りかけ

「語りかけを始めたい！」と考えているママのために、
初心者が取り入れやすい表現集を集めてみました。
どのフレーズもネイティブが日常で使う言葉ばかり。
さっそく、毎日の生活の中に使ってみましょう！

※（　）の発音は軽くかすかに。太字は強く発音します。

IN THE MORNING
朝

1	モーニン	Morning!	おはよう！	もちろんGood Morning.でもいいのですが、実はMorning!と言うだけでも、とても自然な表現です。
2	アユ アウェイク	Are you awake?	目が覚めた？	awakeは目が覚めている状態。赤ちゃんがお布団で目を開けたときやさしく言ってあげてください。
3	アユ スティル スリーピー	Are you still sleepy?	まだ眠いの？	ここでのstillは、「まだ、なお」という意味。なかなかすっきり起きられないときなどに使ってみましょう。
4	ライセン シャーイン	Rise and shine!	さあ、元気に起きて！	少し古いのですが、小さな子どもにはよく使われる表現。「起きてシャキッとしてね」というニュアンスです。

GOING OUT
お出かけ

5	<ドゥ> ユワナ ゴウアウ	<Do> You want to go out?	お外行く？	日本語の「～する？」のニュアンスはえいごではDo you want to～?。最初のDoやDo youは会話では省略を。
6	レッミーヘルプユー	Let me help you.	手伝ってあげるね。	日本語では「ママが～してあげる」と言いますが、えいごではLet me～「私に～させて」を子どもによく使います。
7	レッミー プッチュー イニュ ストゥローラー	Let me put you in your stroller.	ベビーカーに乗せてあげるね。	抱っこしてベビーカーに座らせる感じ。「ベビーカー」はアメリカえいごでstroller、イギリスえいごはpram。
8	イッツァ ナイスデイ イズニッ	It's a nice day, isn't it?	いいお天気ね。	後ろにisn't it?がつく付加疑問文で、すごくいいお天気のときは、lovelyやbeautifulを使ってみましょう。
9	イッツ ファン イズニッ	It's fun, isn't it?	楽しいね～。	これも付加疑問です。「楽しい」はfun。Are you having fun?「楽しんでる？」という使い方もできます。
10	ユーハヴァ ブーブー	You have a boo-boo.	ケガしちゃったね。	boo-booは切り傷や擦り傷など、ちょっとしたケガに使う子ども向けの表現。覚えておくと便利ですね。
11	タイムトゥー ゴー ホーム	Time to go home.	おうちに帰る時間よ。	「うちに帰る」はgo home。It'sとTime toをつけると「～する時間よ」という意味。ここではIt'sは省略を。

CHANGING DIAPERS
おむつ替え

12	オーユアウェッ	Oh, you're wet!	あら、おむつ濡れちゃったね！	「おむつ」はアメリカえいごでdiaper、イギリスえいごでnappy。もちろんYour diaper〔nappy〕is wet!でもOK。
13	レッチェインジュー	Let's change you.	おむつ替えようね。	ここでも主語はyour diaperではなくyouで。もちろん、Let's change your diaper.もマスターしたいですね。
14	スティンキー	Stinky!	くさ～い！	ちょっとおどけた感じで。大げさにYou're stinky!なら、「○○ちゃん、くっちゃ～い！」といった雰囲気に。
15	オール フィニッシュトゥ	All finished.	はい、おしまい！	finishではなく、必ずedがつく（過去分詞）ことに注意して。All done.「おしまい」も同じ意味です。
16	フィール ベタ	Feel better?	気持ちいい？	Does it feel better?の最初を省略。「さっきよりよくなった」というニュアンスで、betterを使います。

PLAYING
遊び

17	ワットゥユワナ プレイ ウィズ	What do you want to play with?	何で遊びたい？	必ずwithをつけて。Do you want to play with your bear?「クマちゃんで遊ぶ？」なども使える表現です。
18	ウェアズ ユァ　トーイ	Where's your ____(toy)?	～(おもちゃ)はどこかな？	Where'sは、Where isの短縮形。子どもと一緒に探し物ゲームをする感覚で遊ぶときにも使えますね。
19	プレイ ヒア オーケィ	Play here, OK?	ここで遊んでね。	最後にOK?をつけると「いい？」と確認している感じがでます。やさしくOK?とつけてみましょうね。
20	<ドゥ> ユワナ スィーア ヴィディオゥ	<Do> You want to see a video?	ビデオ見る？	別の言い方としては、want to watch a videoでもOK。ビデオデッキはVCR（ヴィースィーアー）と言います。
21	レッツ リーダブック	Let's read a book!	本を読もうね。	絵本はbookでOK。bookをstoryと言い換えても自然です。子どもがわくわくするような感じで言ってみて。
22	レッツ プッチュア トーイズアウェイ	Let's put your toys away.	おもちゃを片づけようね。	「片づける」はput awayで表せます。Let's clean up.やLet's tidy up.も同じくお片づけを誘うフレーズです。

※このページの読みガナは[illegible]さん監修によるものです。

WARNINGS
注意

23	ヘイ	Hey!	ちょっと！	危ないことやいけないことをやめさせるときに、パッと簡単に使えるフレーズ。初心者には使いやすいですね。
24	ドンドゥー ダッ	Don't do that!	だめよ！	直訳すると「それをしないで」。いけないことをしようとしているときや、している最中によく使われます。
25	ビー ケアフォゥ	Be careful!	気をつけてね！	今にも頭をぶつけそうなときなどに「危ない！　気をつけて！」と言うときは、Watch out!を使います。
26	ダッツァ ノウノウ	That's a no-no.	それはダメダメよ！	いけないことを教えるときによく使う子ども向けの表現です。かわいい感じで注意してあげましょう。
27	ペインフォゥ	Painful!	痛いよ！	包丁や火など、触るとケガをしそうなものを教えるときは、このような表現で教えてあげましょう。
28	ストップ スクリーミン	Stop screaming!	キーキー叫ばないで！	子どもが大声でキーキーと叫んでいるときに注意する表現。Stopと～ingを組み合わせて使います。

GETTING DRESSED
着替え

29	レッチェインジュァ クロウズ	Let's change your clothes.	着替えようね。	洋服から別の洋服に着替える感じはこれ。お風呂上りにパジャマを着るときは、Let's put your pajamas on.など。
30	カモヴァ ヒア	Come over here.	こっちにいらっしゃい。	Come here.でもOKですが、overがつくと「こちらに、こっちのほうに」というニュアンスが出てソフトな印象に。
31	ビー スティル	Be still.	じっとしてて。	stillはここでは「動かない、じっとした」という意味。Hold still.という表現もできます。
32	プッチュァ アーム／レッグ スルー	Put your arm/leg through.	うで／足を通して。	「通す」はthrough。赤ちゃんの着替えを手伝ってあげるときは、Let'sをつけてあげるといいでしょう。
33	レッツ バトゥニダップ	Let's button it up.	ボタンをとめようね。	これもお母さんが手伝ってあげるイメージの表現。「ボタンを外す」は、unbuttonで表現できます。

MEAL TIME (MILK)
ミルクの時間

34	<ドゥ> ユワン サミルク	<Do> You want some milk?	ミルク飲む？	ミルクを子どもに言うときは、おっぱいや粉ミルク、牛乳、どれでも全部一緒で、milkと言うのが一番自然です。
35	ワン セカン	One second.	ちょっと待ってね。	secondは「秒」。one secondは「一秒」です。Wait a second.やJust a second.もよく使われます。
36	ヒアユーアー	Here you are.	はい、どうぞ。	何かをあげるとき、手渡すときの定番表現。Here you go.というカジュアルな言い方もあります。
37	ドンバイ	Don't bite!	かまないで	biteはガブッと「噛む」。食事で食べ物をよく噛む感じはchew。「よく噛んでね」はChew it well.です。
38	ノーモァ	No more?	もういいの？	「これ以上はいらないの？」というニュアンスです。おっぱいを飲んで満足げな赤ちゃんにやさしく聞いてみて。
39	<ドゥ> ユニトゥ バープ	<Do> You need to burp?	げっぷ出る？	burpは「げっぷをする」という動詞にも、「げっぷ」という名詞にも。What a big burp!は「大きなげっぷね！」。

BATHTIME
お風呂

40	レッツ テイカ バース	Let's take a bath!	お風呂に入ろう！	take a bathはフレーズごと覚えて。take a shower「シャワーを浴びる」、take a walk「散歩する」も。
41	レッツ テイコフ ユァ クロウズ	Let's take off your clothes.	お洋服、脱ごうね。	「着る」はput on「脱ぐ」はtake off。洋服のほかに、帽子や靴を脱ぐときも同じくtake offを使います。
42	レッツ ウォッシュ ヘア	Let's wash your hair.	頭を洗おうね。	日本語では「頭」ですが、Let's wash your head.はちょっと変な感じ。この表現が一番自然です。
43	<ドゥ> ユワナ ゲリン／ゲラウ	<Do> You want to get in/out?	湯船に入る？　出る？	湯船への出入り、お風呂場への出入りのどちらでも使えます。DoやDo youは、会話では省略してもOKです。
44	<イズィッ> トゥー ハッ／トゥー コウル	<Is it> Too hot/cold?	あつすぎる？　ぬるすぎる？	「ぬるい」はごくシンプルにcoldと言ってしまいましょう。難しく考えすぎずに、わかりやすく考えて！
45	レッツ ドゥライオフ	Let's dry off.	体を拭こうね。	このoffは水滴が拭き取れてきれいになるイメージです。「よく拭こうね」と言うならLet's dry off well.を。
46	フィール グーッ	Feel good?	気持ちいい？	Does it feel good?の最初の部分を省略。お風呂につかって、思わずこんなふうに言うとネイティブみたい。

AT NIGHT
夜

47	レッツゲッ レディ フォ ベーッ	Let's get ready for bed.	おねんねの準備しようね。	このセリフを言ってから、パジャマに着替えたり、歯磨きやおむつ替えなどの寝る支度を始めましょう。
48	シャライ リーデュア ストーリー	Shall I read you a story?	絵本読んであげようか？	ときにはShall I～?など、いつもと違う表現にもチャレンジして、語彙やフレーズの数を増やしてください。
49	アユ ナイセン ワーム	Are you nice and warm?	寒くない？	nice andがあると「いい感じで」や「気持ちよく」という感じが出ます。お布団に入った赤ちゃんに。
50	スリープ タイ	Sleep tight.	ぐっすり眠ってね。	Good night.やI love you.のほかにSweet dreams.「いい夢を見てね」などが、おやすみの定番表現です。