

## はじめに

**注意:**この本は「話せるようになる」ためのアウトプットトレーニングの本です。

文法や単語、イディオムなどはほとんど登場しません。

はじめまして。

数ある英会話の本の中から選んでくださり、ありがとうございます。お目に留まったということは、あなたは英語を話したいのですね。

おめでとうございます！

この本を読みはじめているということは、もう英語を話せるようになる第一歩を手に入れましたよ♪

あ、申し遅れました。英会話アウトプットトレーナーのみはるん♪ こと小西みはるです。気軽にみはるん♪ と呼んでくださいね。

私は、独自のアウトプットトレーニングを提供しています。日本一英語を教えない英語がペラペラになるメソッドなので、文法や英会話などを教える人ではありません。あくまでもアウトプットが専門です。

英語を話せない理由の80%以上はマインドなのです。私はそのマインド部分にフォーカスしました。誰もがそのマインド部分で無意識にブレーキを踏んでいるので、それを外してマインドを変えることができれば3カ月で英語を楽しみながら自分らしく話せるようになり、さらにもっと話したくなります。

少し自己紹介をさせてください。

私は、父の仕事で3歳から6年間タンザニアのダルエスサラームで過ごしました。子どもだったのですぐに覚えて妹と英語でずっと話していたので、母に家の中では英語を禁じられたほどでした。

どうして？ 日本人だからです。日本人としてのアイデンティティを守るためです。

インターナショナルスクールに通った私は、アメリカ、イギリス、オーストラリア、フランス、ドイツ、インド、イタリアなど世界中からの友達がさまざまな英語を話しているなかで育ちました。いろいろな英語があるのが普通という環境でした。

その後10歳からはベルギーのブリュッセルで5年間過ごしてフランス語を習得し、高校受験で単身帰国します。

高校は国際基督教大学高等学校（ICUHS）という東京都小金井市にある帰国子女受け入れ校で3分の2が帰国子女という環境です。ここで実は人生初めて英文法の授業を受けます。詳しいことは改めて本書内でお話しますが、一番の違和感が「窮屈さ」でした。

大学以降、友人や知人たちが英語で楽しんでいるところに私が近づくとは黙ってしまうという場面に多く遭遇します。

共通して言われるのは「みはるに聞かれるのは恥ずかしいから。間違っているのを直されちゃうし」。ですが、そもそも通じているのであればよほど意味が違って誤解されかねない限りは直さないんだけれどなあ……。

※この中に既にブレーキがふたつありますね。

**勿体ない!!**

そう思いませんか？ だって楽しそうに英語を話していたんですよ？ ちゃんと会話ができていたにもかかわらずふとなぜかブレーキをかけてしまうんですね。それが外れたらいいのにな。

私はそう思ってこの仕事を始めました。

英語は、楽しくお喋りするためのものです。小さな子どもでも話せます。

私は英語が苦手、という英語コンプレックスを日本から消し去りたいのです！ 折角学んだものがネックになる場面が多すぎると感じています。

無意識にいつも頭の片隅でモヤモヤと付きまとう「いつか英語を話せるようになりたい、でも自分には無理」というそのコンプレックスから解放されるだけでどれだけ軽やかになり人生が明るくなるのでしょうか。

この本を書いている今、実はTOKYO2020のオリンピックとパラリンピックで選手村にて選手団のアシスタントをしています。

オリンピックではカメルーン選手団（フランス語）、パラリンピックではセントビンセントおよびグレナディーン諸島（英語）の選手団に付きました。私は最初、セントビンセントおよびグレナディーン諸島の選手団が現地の言葉を話しているのだと思いましたが、一緒に担当だった方に「彼らは英語を話しているのよ。慣れるのに時間がかかるけどね」と言われて本当にびっくりしました。国ごとに進化した英語やフランス語があることを再認識し

ました。わからない言葉もたくさんあり、聞きとれるようになってちゃんと通じるようになるまで数日かかりました……。

この世界には英語、とひとくくりにはできないほどの多様性に満ちた英語があることを皆さんにも知っていてほしいと思います。

しかも、本当は皆英語を話せるんです。

え？ 自分には無理？ そんなことはないですよ。話せないと思っただけ。もっと言うと、そういう自己暗示を自らかけてしまっているんです。

そう。その自己暗示（マインドのブレーキ）を私と外していきませんか？ ご自分が今の英語力だけでも十分に話すことができることを知ってください。

この本では、学び（インプット）についてはあまり出てきません。あくまでもどうすれば話せるようになるかというアウトプットの方法をお伝えする本です。

だってインプットはもう十分ではないですか？ ご自分の中の

世界最高レベルのインプットされたものを出すだけなのです。学んだことが話せるようになるための本です。

英語の話し方指導。使える会話のフレーズ満載のテキスト。特定の決められたテーマでのシミュレーション。特にスクールに通ってそういうことに慣れている方々が多いんですよね。今でも「どんなテキストを使っていますか」と聞かれることが多いです。

なので、この本がそのテキスト(?)になればいいなと思ってそのような意味を込めて書いています。

この本を読んで「なあんだ！ 英語、話してみようかな」と思っただけいたらとてもうれしいです。

ぜひ最後までお付き合いくださいませ。