



STEP 3 「音の壁」を確認 10分

- STEP 2 で書き取った英文を、下のスクリプトと照らし合わせて確認してください。間違えた箇所にはスクリプトに下線を引いておきましょう。
- スクリプトを見ながら音声を通して聞いて、1. で下線を引いた箇所を確認します。
- 右ページの「音の捉え方」を読んで、音声変化について理解を深めましょう。

STEP 4 「意味の壁」を確認 10分

- スクリプトと右ページの訳を見て、内容を把握します。意味が分からなかった箇所については、スクリプトと訳の両方を四角で囲みましょう。
- p. 028 の「語句解説」を読んで、語句について理解を深めましょう。



15

I am a Zumba fitness instructor. I love Zumba fitness. If you are not familiar with it, just look for signs at your local gym or studio, and you will find that this is a craze that's sweeping the whole world. [01]

I got into Zumba because I, at one point, uh, about seven years ago, did not feel good. I didn't have good self-confidence. I did not feel good about my body. I did not have a lot of energy. I wasn't as happy a person as I had been previously in my life, and so I was looking for some sort of fitness, um, outlet, routine, that would make me happy. And I'd always loved dancing salsa. I had had Cuban girlfriends when I lived in southwestern Florida for many years. And so, I happened to find a Zumba class one day. So I went to my first Zumba class and loved it. Not only did I love the music, but I loved that I could do it. There was such great energy in the room that I thought, "OK. I've found it. I've found my thing." [05]



16

And I became friends with a couple of instructors and really liked them. And over time, over a good year or so, we became friends outside of class as well. And at the time, they did not have enough Zumba teachers. So they kept begging me, "Oh, you have to go get certified." So I did. So I went to a one-day training. That's all it takes — it's very easy to become a Zumba instructor. And I, you know, I learned a lot. [15]

And so then, within a week, I think, I probably taught my first class. There's a lot of planning that goes into executing a good class — a good class for the students. Because that might be the one hour of their day or, gosh, maybe their week, that someone is going to make them feel good about themselves. It's absolutely not about me; it's about the people there. [20]

音の捉え方

内容をイメージするためには背景知識の強化を



全体的にゆっくりと、区切りながら話してくれています。後半になると若干スピードが上がるものの、耳が付いていけないほどではありません。つまり、「音の壁」はそれほど高くありません。

今回のトピックは、スポーツクラブのスタジオプログラムによく参加する方にとっては、そこそこなじみのある話題だと思いますが、そうでない場合は内容がつかみにくかったかもしれません。リスニングには背景知識も必要です。具体的なイメージをつかむためには、YouTubeなどの動画サイトでズンバがどんなものか調べてみるのも有効です。

スピードはゆっくりでも……

さて、スピードはゆっくりとは言っても、その場で考えながら話しているため、いろいろな情報が途中で挿入されています。4～5行目の ... because I, at one

point, uh, about seven years ago, did not feel good. などがいい例ですね。また、6～7行目の as happy a person as といった比較表現は、構文が頭にきちんと入っていないと、瞬時に理解するのは難しいでしょう。

音声面では、13行目の There was such great energy 辺りは、「be動詞の発音はあまり強調されない」という基本ルールが身に付いているかどうかを試される箇所です。また、go get certified (19行目) の go get が1つの動詞のように発音されている点や、all it takes (19～20行目) の all と it がつながっている点など、細かい音声変化が起きている箇所もあります。そのあたりもシャドーイング、音読トレーニングを通して再現していきましょう。

訳 私はズンバ・エクササイズのインストラクターです。私はズンバ・エクササイズが大好きです。ズンバを知らないという人は、近所のジムやフィットネススタジオで掲示を探してみてください、そうすれば、これが世界中を席巻している大流行だと分かります。

私がズンバに興味を持った理由は、ある時、7年ぐらい前ですが、調子が悪かったからです。自分自身に対するしっかりとした自信を持つことができませんでした。体の調子も良くありませんでした。あまり元気が出ませんでした。それまでの人生でそうであったような楽天的な人間ではなくなってしまったので、自分を幸せにしてくれるような、何かのエクササイズを、はけ口を、日課を探していました。それに、サルサを踊るのが前から好きでした。フロリダの南西部に長年、住んでいた時にキューバ出身の女友達がいたのです。そうして、ある日たまたまズンバのクラスを見つけました。それで初めてズンバのクラスに行って、大好きになったのです。音楽が気に入っただけでなく、自分にもできる、というのが気に入りました。部屋にエネルギーがとてもみなぎっていたので、「よし。見つけた。自分にぴったりのものを見つけたわ」と思いました。

そして何人かのインストラクターと友達になって、彼らのことがすごく好きになりました。それから徐々に、1年かそこらがたつうちに、クラスの外でも付き合い合う友達になりました。そのころ、ズンバの講師が不足していました。それで彼らは私に「ねえ、資格を取りなさいよ」と頼み続けていたんです。だから私はそうしました。そういうわけで1日の研修を受けました。必要なのはそれだけです——ズンバのインストラクターになるのはとても簡単なんです。そして、たくさんのことを覚えました。

それから1週間もたたないうちに、たぶん最初のクラスを教えたと思います。いいレッスンをするにはたくさん準備が必要です——生徒たちのためにいいレッスンをするには。だってそれは、彼らにとって1日のうちの、もしかして1週間のうちの、自分に自信を持たせてもらえる1時間かもしれないのですから。大事なのは、私ではまったくなくて、そこに来ている人たちのことです。