

VOCABULARY

一度学んだら忘れない

英単語の 覚え方

トイグルEnglish
田邊竜彦

LEXICON

科学が証明した“忘れない単語勉強法”

- ✓ a, e, i, o, u はいつも同じ音ではない
- ✓ 英単語は3つのパーツで構成されている
- ✓ 多義語には中心となるイメージがある

はじめに

英単語の勉強ほど、徒労に終わりやすいものはないかもしれません。

「この単語、見たことあるのに思い出せない」

「前日に覚えたはずなのに、翌週にはもう忘れていた」

こんな経験は、誰しもが一度は味わったことでしょう。

その原因は明らかです。

単語を“意味だけ”で覚えているからです。

たとえば、「construct = 建設する」とだけ覚えたとしましょう。

意味を日本語で丸暗記しても、その知識は表面的なものにすぎません。

でも、もしあなたが「construct は con-（共に） + struct（組み立てる）」という構造を知っていたら？

さらに、「structure（構造）」や「destruction（破壊）」といった関連語のつながりも見えていたら？

…もはやその単語は、「一対一の訳語」ではなく、あなたの中で立体的に意味を持ち始めるはずです。

この本では、「単語の仕組み」を丁寧にひもといていきます。

どれも、単語を“覚える”ためではなく、“理解する”ための視点です。

理解は記憶に変わり、記憶はやがて語感になります。

語感が育つと、知らない単語にも
「たぶん、こういう意味だろう」と
当たりがつくようになります。

そうなれば、英語の世界は一変します。

この本が、あなたにとってそんな転
換点になることを願っています。

次のページから、単語の世界を“見抜
く”旅に出かけましょう。

トイグルEnglish
田邊竜彦

第1章

スペルと発音の
ルールを知ると
単語が読める・聞ける

英語を学んでいると、「なんでこの単語はこう読まないの？」と、つい口にしたくなる瞬間があります。

たとえば know (...を知っている) は「ノウ」と読むのに、k の音は読まれません。また、aisle (通路) は「アイル」のように、s は発音されません。

一見、理不尽なスペルと音の関係に思えてしまうかもしれません。

でも実は、英語にも一定のルールや傾向があります。

むしろ、ルールを知ること
で、初見の単語の読み方が推測できたり、聞き取れるよう
になったりします。

この章では、英単語の「音」
と「綴り」の関係について、
基本的なしくみを紹介します。

英語はなぜ 読みにくいのか？

日本語は通例、ひらがなが「1文字 = 1音」として読まれます。たとえば、「こんにちは」という5文字は5つの音から成っています。

一方、英語は「1文字 = 1音」ではありません。たとえば、「cake」の中には c-a-k-e の4文字がありますが、音は /k/ + /eɪ/ + /k/ の3音です。

これはなぜかというと、英語の綴りは発音のための記号というよりも、「昔の発音」「語源」「見た目の伝統」など、いろいろな要素が折り重なってできているからです。

そのため、英語の文字と音の関係を知らないと、間違っ
て覚える原因になります。

母音ルール：a, e, i, o, u は いつも同じ音ではない

英語学習者にとって最初の関門は、母音です。

たとえば「a」は「ア」とも「エイ」とも読めます。

■ a の例

・ cat：短母音 /æ/ → 「キャット」

・ cake：長母音 /eɪ/ → 「ケイク」
同じ「a」なのに、音がまったく違います。

このような慣習を知ると、知らない単語に出会ったときも、ある程度は音を予測できるようになります。

子音ルール：

読み落とされる文字たち

英語では、書かれていても読まれない文字、いわゆるサイレント・レターも多く存在します。

■ よくあるサイレント・レターの例

- ・ k : know, knife, knee

(kは読まれない)

- ・ w : write, wrong, wrap

(wは読まれない)

- ・ b : thumb, lamb

(bは読まれない)

これは、古い発音の名残だったり、語源に由来したりするもので、完全な法則とは言えませんが、よく出てくるパターンは決まっています。

知っていれば、違和感が減ります。

読めると、 聞けるようになる

「リスニングが苦手」という人の多くは、「音を覚えること」と「意味を結びつけること」に苦勞しています。

でも、そもそもその単語の音を自分で読めなければ、耳から聞いたときに認識できるはずがありません。

逆に言えば、スペルと音のルールをある程度理解し、「見た単語を読める」ようになると、聞こえ方も変わってきます。

英語のリスニング力は、実は音読力（＝読める力）に大きく支えられています。

綴りと音の関係を 「無理なく覚える」コツ

すべてのスペルと発音ルールを丸暗記する必要はありません。

むしろ、単語を覚えるときに「なぜこの綴りでこう読むのか？」と一歩掘り下げてみる。これだけで、記憶の定着力が違ってきます。

たとえば「honest（オネスト）」という単語を覚えるとき、「冒頭のhは読まれないけど、なぜだろう？」と立ち止まってみましょう。

そうすると、その後に出てくる「hour（アウア）」や「honor（アナ）」といった単語が、“別物”ではなく“仲間”に感じられるようになります。

第2章

英単語は
「パーツの組み合わせ」
でできている

英単語を「意味と音のかたまり」としてではなく、部品に分解して考えるという視点を持つと、語彙の世界が一気に広がります。

単語というのは、見た目以上に“構造的”です。

まるでレゴブロックのように、いくつかのパーツを組み合わせてできているのです。

「construct」は 部品に分けられる

たとえば、construct（建設する）という単語。

これはただの1語ではありません。

- ・ con-（共に）
- ・ struct（組み立てる）

という2つのパーツに分解できます。

このような構造を知ると、
「construct」という語に初めて出会ったとしても、「何かを一緒に組み立てるような意味かな？」と予測できるようになります。

ここが重要です。

単語を「思い出す」のではなく、「見抜く」ことができるようになるのです。

英単語の基本構造： 3つのパーツ

つづりの長い英単語は、通例、以下の3つの要素で構成されています。

1. 接頭辞（prefix）：

意味の方向・性質を示す

2. 語幹（root）：

単語の中心的な意味

3. 接尾辞（suffix）：

品詞や意味の微調整をする

たとえば、次の単語を見てみましょう。

■ unpredictable（予測できない）

- ・ un-（否定）
- ・ predict（予測する：pre-（前もって）＋dict（言う））
- ・ -able（～できる）

この1語の中に、3～4個の意味ブロックが含まれているのが分かります。

もはやこの単語は「unpredictable = 予測できない」と丸暗記する必要はありません。

それぞれのパーツの意味をつかめば、知らない単語でも“意味の輪郭”が見えてくるのです。

見えない共通点が 「語感」を育てる

構造的に単語を見ることのメリットは、関連語とのつながりが見えることにもあります。

たとえば以下のような単語群を考えてみましょう。

- ・ construct（建設する）
- ・ structure（構造）
- ・ instruct（指導する）
- ・ destruction（破壊）
- ・ restructure（再構築する）

どれも「struct（組み立てる）」という共通の語幹を含んでいます。

接頭辞や接尾辞が変わることで、意味が変化しているにすぎません。

このように、単語は“孤立した存在”ではなく、“変形可能なファミリー”であることがわかったと、

「一つの語根を知ることで、複数の単語が理解できる」ようになります。

これが語彙力を効率的に増やす最大のコツです。

パーツに注目すると、 記憶に残りやすい

脳は、「意味のないもの」より
「意味のあるもの」のほうを記憶しやすくできています。

たとえば「構造があるもの」
「分類できるもの」は、ただのランダムな情報よりも、ずっと覚えやすいのです。

たとえば以下の2つを比較してみてください。

- ・【丸暗記】：

destruction = 破壊

- ・【構造的理解】：

destruction = de-（離す）＋
struct（組む）＋ -ion（名詞）

どちらの方が印象に残るでしょうか？

後者は“壊れた建築物のイメージ”が自然と浮かんできます。

意味の“芯”が自分の中に根を張り、単語が忘れられなくなるのです。

第3章

接頭辞と接尾辞で
語彙が一気に増える

英単語の意味をつかむうえで、特に威力を発揮するのが接頭辞（prefix）と接尾辞（suffix）です。

これらの“付属パーツ”に注意を向けるだけで、語彙の世界がまるでパノラマのように広がります。

たったひとつの単語から、派生語、関連語、対義語、反復語が次々と芋づる式に理解できるようになる。

それが、接頭辞と接尾辞を「見える化」する学び方です。

接頭辞（prefix）は 「意味の方向」を 教えてくれる

接頭辞とは、単語のはじめに
付く“意味のカギ”です。

方向、状態、反対、反復、程
度、時間——たった2～3文字
が、その単語の意味の「軸」
を決めていることが少なくあ
りません。

【例】

- ・ re-（再び）：return（戻る）、review（再確認する）、rebuild（再建する）
- ・ un-（否定）：unknown（知られていない）、unhappy（不幸な）、unfair（不公平な）
- ・ pre-（前）：preview（事前に見る）、prepare（前もって用意する）、predict（予測する）
- ・ sub-（下）：subway（地下鉄）、submarine（潜水艦）、subconscious（潜在意識）

このように、一つの接頭辞に共通する意味があることが分かります。

つまり、たとえば「restructure」という単語を知らなくても、「re（再び）」＋「structure（構造）」で「再構築する」という意味が見えてくるのです。

単語が読めて、意味の方向性も感じ取れるようになれば、暗記するより理解で記憶することができるようになります。

接尾辞（suffix）は 「品詞と機能」を 教えてくれる

一方で、単語の語尾に付くのが接尾辞です。

これが変わると、単語の品詞（名詞・動詞・形容詞・副詞）や役割がガラッと変わります。

たとえば、「create（創造する）」を軸にした変化を見てみましょう。

- ・ create（動詞）
- ・ creation（名詞）
- ・ creative（形容詞）
- ・ creatively（副詞）
- ・ creator（創造者）

語尾だけの変化ですが、意味と文法的な使い方が完全に変化しています。

このように、接尾辞には「意味の微調整」と「文法的な役割」が埋め込まれているのです。

他にもよく使われる接尾辞の例を見てみましょう。

- ・ -tion / -sion (名詞) :
action, decision
- ・ -ment (名詞) :
achievement, development
- ・ -able / -ible (形容詞) :
comfortable, possible
- ・ -ness (名詞) :
happiness, darkness
- ・ -ize (動詞) : realize, organize
- ・ -ly (副詞) : quickly, naturally

こうした接尾辞を意識するようになると、「あれ、この単語、動詞だったっけ？ 名詞だったっけ？」と迷うことが減ります。

接辞の知識は 辞書で調べられる

接頭辞や接尾辞の知識は、実は辞書を使うことで効率よく学ぶことができます。

特に、以下の3つのポイントを押さえておくと、辞書を「語彙の学びを深める道具」として最大限に活用できます。

① 見出し語の「語源」欄を見る

多くの英和辞典や英英辞典には、単語の語源（etymology）が書かれています。

ここにはその単語がどんなパーツからできているか、どこから来たかが示されており、接頭辞・接尾辞の知識が自然と身につきます。

たとえば、rebuild の語源欄には

re- (again) + build

のように構成要素が書かれています。

これを見ることで、「re- は『再び』という意味だな」と実感を持って理解できます。

② 接頭辞・接尾辞だけを調べることもできる

多くの辞書では、re- や -ness のような接辞自体が独立した見出し語として載っており、それぞれに意味や例単語が示されています。

たとえば：

re- = again; back

例: rebuild, reconsider, return

-ness

例: happiness, kindness, darkness

これらの項目を読むことで、辞書一冊がまるごと接辞学習の教材になります。

第4章

語源で単語の
“深い意味”が見える

英単語を学ぶとき、「意味を覚える」ことにはばかり目がいきがちですが、その背後にある“なぜそういう意味になるのか”という問いを持つと、学びの深さが一変します。

この章で扱うのは、語源です。語源とは、単語の“歴史的な根っこ”です。そこには、長い時間をかけて少しずつ変化してきた意味の流れがあります。

語源を知ると、英単語は単なる情報のかたまりではなく、意味のストーリーを持つ生きた言葉に見えてきます。

英単語の多くは ラテン語・ギリシャ語に ルーツがある

英語の単語の中には、「なんとなく難しく覚えてづらい」と感じるものがたくさんありますよね。

たとえば：

information（情報）

education（教育）

communication

（コミュニケーション）

こうした長めの単語は、じつはラテン語やギリシャ語という昔の言語に由来しています。

英語は「ゲルマン語」というグループの言語ですが、長い歴史の中で、ラテン語やギリシャ語からたくさんの単語を借りてきました。

だから、英語の“むずかしい単語”の多くはラテン語やギリシャ語が元になっているんです。

難しい単語の “元の形”を知ると 覚えやすくなる

たとえば、こんな単語を見て
みましょう。

telephone（電話）

→ 「tele（遠く）」 +
「phone（音）」 = 遠くの音

biology（生物学）

→ 「bio（生命）」 + 「logy
（学問）」 = 命の勉強

transport（輸送する）

→ 「trans（越えて）」＋
「port（運ぶ）」＝越えて運ぶ

このように、ひとつひとつの“パーツ”にはちゃんと意味があり、それが組み合わさって単語の意味ができています。

こうした“パーツ”の多くが、ラテン語やギリシャ語の言葉なんです。

なぜ英語に ラテン語やギリシャ語が 入ってきたの？

英語は、何百年もかけていろんな国や文化と関わってきました。

とくに、昔のヨーロッパで使われていた「ラテン語」は、教会や学問の言葉として広まりました。

「ギリシャ語」は、科学や医学、哲学の言葉として使われていました。

そのため、英語が成長していく中で、知識や学問に関する言葉をラテン語・ギリシャ語からたくさん借りたのです。

たとえば：

- ・ hospital（病院）
- ・ science（科学）
- ・ music（音楽）
- ・ theater（劇場）

これらはもともとラテン語やギリシャ語の単語から来ていて、今も世界中の言語で使われています。

はじめは 少しずつでOK！

「語源なんて難しそう…」と思うかもしれませんが、最初はよく見かけるパーツだけでOKです。

たとえば：

- ・ tele（遠く）
- ・ bio（生命）
- ・ photo（光）
- ・ auto（自分、自動）
- ・ micro（小さい）

これらの「言葉のもと」を知っているだけで、英単語がぐっと身近になります。

英語は“よその言葉”をたくさん取り入れて育ってきた言語です。

だからこそ、ラテン語やギリシャ語の知識は、英語を深く理解するカギになるのです。

第5章

意味の転換と拡張

— 言葉は生きている

英単語を覚えるとき、「意味が多すぎて覚えきれない」と感じたことはないでしょうか？

たとえば “run” という単語には、辞書で50以上の意味が載っています。

- <人が> 走る
- <選挙などに> 立候補する
- <水などが> 流れる
- <機械などが> 動く
- <道などが> 延びている
- <会社など> を経営する

もはや何が「本当の意味」なのか分からなくなりそうです。

でも、ここで大切なのは、英単語は“意味が増えていく”構造を持っているという事実です。

この章では、英語における意味の転換・拡張のルールとその背景を見ていきます。

「中心のイメージ」があり、 そこから広がっていく

多義語には、いくつかの意味があるように見えても、その中心には共通する「核」があります。

たとえば “run” の場合：

- ・ 核となる意味は 「連続して動く、流れる」 という動作的なイメージです。

そこから以下のように意味が派生しています。

- ・ 人間が走る → run（走る）
- ・ 水が流れる → run（流れる）
- ・ 機械が動く → run（作動する）
- ・ 店が動く・まわる → run
（経営する）

つまり、意味はバラバラに増えたのではなく、中心から“にじみ出るように”拡張していったのです。

これを「意味の比喩的拡張」と呼びます。

「具体」から「抽象」へ

英語では、もともと具体的だった単語が、抽象的な意味に転用されることがよくあります。

たとえば：

- ・ grasp

もともとは「手でつかむ」という意味ですが、

→ grasp the handle（取っ手をつかむ）

→ grasp the concept（概念を理解する）

→ 物理的な動作が、抽象的な知的行為に拡張されているのです。

この「具体 → 抽象」の変化は、英語の語彙に広く見られます。

- ・ see → 見る → わかる (I see.)
- ・ hold → 持つ → 保つ、維持する (hold a meeting, hold a belief)
- ・ touch → 触れる → 感動させる (The speech touched me.)

こうした変化を知っていると、「そんな意味もあるの!？」と驚くことは減ります。

むしろ、新しい意味も“予想できるもの”になるのです。

なぜ意味が増えるのか？ — 英語は“効率的”に できている

英語は、少ない語彙で多くのことを表現する言語です。

たとえば「make」や「get」などの超基本語を見れば、それは明らかです。

- ・ make a cake（作る）
- ・ make a decision（決定する）
- ・ make someone happy（～を幸せにする）
- ・ make it（うまくいく）

一語一義では足りないからこそ、語彙の意味は文脈によって柔軟に変化する必要があるのです。

だからこそ、英語の単語も固定的に覚えるより、中心イメージと“広がりの感覚”で理解する方が強いのです。

単語は 「暗記するもの」ではなく 「展開を読むもの」

run, get, take, hold, set...

こうした動詞は、辞書の意味を丸ごと覚えるのではなく、核となるイメージと展開のパターンを知ることが効果的です。

たとえば：

・ get の核 → 「手に入れる」

→ get a gift（もらう）

→ get tired（疲れの状態になる）

→ get off the bus（バスから離れる）

すべて「ある状態を得る」「変化する」という方向で統一されます。

こうしたパターン認識を持っていると、新しい表現に出会っても“応用がきく”ようになります。

つまり、覚えるのではなく、広がり方を“予測”するという姿勢が重要になるのです。

第6章

品詞の転換で
語彙が倍に増える

英語の単語には「1単語＝1品詞」というルールがあるわけではありません。

むしろ英語という言葉は、1つの単語が複数の品詞として働くことを、ごく自然なこととして受け入れています。

たとえば、「water」という単語。多くの人がまず思い浮かべるのは名詞——「水」でしょう。

でも英語では、こう使えます：

Please water the plants.（植物に水をやってください）

この文では、「water」は動詞として使われています。

語尾が変化したわけではありません。

まったく同じ形のまま、品詞が変わったのです。

この現象は「転換」と呼ばれます。

転換は英語の特徴のひとつ

転換では、名詞から動詞、形容詞から副詞へと、文脈に応じて品詞が“滑る”ように変化することがよくあります。

しかも多くの場合、語形を変えずにそのまま使われます。

以下に代表的なパターンを挙げてみましょう。

■ 名詞 → 動詞

- ・ email (名詞) →

I'll email you later.

- ・ name (名詞) →

He was named after his grandfather.

- ・ host (名詞) →

She will host the event.

■ 動詞 → 名詞

- ・ run (走る) →

I went for a run.

- ・ drive (運転する) →

Let's go for a drive.

- ・ hit (打つ) →

That song was a big hit.

■ 形容詞 → 名詞

- ・ poor (貧しい) →
the poor (貧しい人々)
- ・ young (若い) →
the young (若者たち)

■ 動詞 → 形容詞 (過去分詞・現在分詞的に)

- ・ amaze → amazing (形容詞)
- ・ bore → boring, bored

こうした品詞転換を知っていると、同じ単語の“別の顔”を見つける力がつきます。

これは、辞書に載っている意味を覚えるよりも、はるかに応用がきく知識です。

転換を見抜くコツ

「え？これって動詞だったの？」「いつのまに名詞になってる？」

そう驚くことが減るようになるには、いくつかの視点があります。

1. 文中での位置を見る

文法的に、名詞が来るべき場所に単語があれば、それは名詞です。

例：He gave me a run. → “a”
の後ろに来ている → 名詞

2. 複数の品詞を持つ単語をストックする

英語では、基本動詞・基本名詞ほど転換が多いものです。

get, run, watch, plan, show, help, love, change などは、ほぼ全員「二刀流」だと思って構いません。

3. 品詞変化の兆しを観察する

とくに動詞→形容詞の変化には“-ing”や“-ed”が使われることが多いです。

ただし、同じ形でも意味が違うので注意が必要です。

- ・ boring（退屈な）
← 主語が「退屈させる」
- ・ bored（退屈している）
← 主語が「退屈している」

品詞転換で語彙力が “倍増”する

ある単語の意味をひとつしか知らなければ、その単語が違う品詞として使われたときに戸惑います。

しかし、品詞転換を理解していれば、“知っている単語”が新しい表現に再利用されているだけだと気づけます。

- ・ Let's plan. (動詞)
- ・ a detailed plan (名詞)
- ・ a good show (名詞)
- ・ He will show us the way.
(動詞)

これにより、1つの語彙から複数の表現が派生し、語彙力が実質的に倍以上に増えていきます。

おわりに

単語は「知識」ではなく 「感覚」になる

この本では、英単語をより深く、構造的に理解する方法を紹介してきました。

- ・ スペルと音の対応を知れば、見た単語が読めるようになります。
- ・ 接頭辞や接尾辞を見抜けば、語彙が広がり、意味が推測できます。
- ・ 語源を理解すれば、抽象語や学術語の“芯”が見えてきます。
- ・ 意味の拡張・転換を知れば、多義語の広がりが怖くなります。
- ・ 品詞の変化に慣れれば、1つの単語を複数の文で使いこなせるようになります。

英単語は、暗記するものではなく、
理解してつながるものです。

無数の単語を覚えようとするよりも、「構造を見る力」「意味のパターンを見抜く目」を鍛えたほうが、
結果的に多くの語彙が“自分の言葉”として定着します。

この本が、そのような語彙力の土台
づくりの助けとなれば幸いです。

そして、これから出会う新しい単語
が、少しずつ“親しい表情”を見せて
くれるようになることを願っています。

トイグルEnglish
田邊竜彦