

# AI時代の アプローチ

AIの使い方の  
幅を広げて  
英語力を鍛える

## 気に入った書籍を 使って自分仕様に トレーニングメニューを作る

今回のテーマ

市販の英語学習用の書籍をAIで自分仕様に、学習する方法を考えよう！

記事：藤森智世（ライター） 協力：コスモピアAI研究室

今回は、例として『ショートストーリーで覚える！ 増補版TOEIC L&Rテスト 出る語句1800+』（早川幸治著 コスモピア刊）を使い、生成AIを活用して、どのように学習を発展させることができるのか、実際にやってみましょう。

「覚える」だけで終わらず、「使える英語」へ変えるために



一般的な単語帳では、語彙は断片的に暗記するだけで終わりがちです。本書は250本の「スキット（寸劇）」というストーリー仕立てで語彙を登場させることで、単なる丸暗記ではなく文脈の中で自然に理解し、実際の会話や試験で使いこなせる力へとつなげます。さらに、無料音声&スマホ学習対応なので、移動時間やスキマ時間を活用して効率的に学習を進めることも可能です。



### 書籍×生成AIを使用する際の注意事項

書籍は著者・出版社にとって重要な知的財産です。購入した書籍であっても、生成AIの不適切な利用は、著作権侵害となるリスクがあります。十分に注意してください。

**適切な使用例** ●自分だけの学習用に、短い例文を引用してAIに質問する  
●掲載されている単語を使って、AIに新しい例文や練習問題を作らせる

**避けるべき使用例** ●AIの出力を第三者と共有する  
●入力した内容がAIの改善に使われる設定になっているときに、教材の全文や主要部分を読み込ませる

## 今回使用する ページ

### 1 意味ネットワークで 可視化する

0089-0076

Skill ◀ 5019 Words&Phrases ◀ W019 Repeating ◀ R019

019 Ayaの面接④ 今までの仕事の経験は？  
Ayaは以前の仕事内容について説明する。

Miki : Aya, can you tell me about your relevant work experience?  
Aya : At ORD Foods I worked for the manager in charge of sales in Tokyo. I was responsible for checking manuals and documents.  
Miki : Did you communicate directly with clients?  
Aya : Yes. I often contacted them by phone or e-mail. But I wasn't a salesperson.

0073 ☐ **relevant** [ˈrɛləvənt] 【形】 関連した  
relevant information 「関連した情報」や relevant experience 「関連した経験」で使えよう。  
☐ Irrelevant [ɪrɪˈlɪvənt] 【形】 無関係の

0074 ☐ **charge** [tʃɑːdʒ] 【名】 責任、料金 【動】 請求する  
be in charge of 「～を担当している」は頻出。person in charge 「担当者、責任者」も重要。お金に関する話題で使うときには名詞では「料金」、動詞では「請求する」となる。

0075 ☐ **document** [ˈdɒkjumənt] 【名】 文書  
confidential document 「機密資料」のように形容詞とともに用いられることも多い。  
コンファIDENT submit a document 文書を提出する

0076 ☐ **directly** [dɪˈrektli] 【副】 直接に  
反意語の indirectly 「間接的に」も重要。  
☐ direct [dɪˈrekt] 【形】 直接の

【訳】 Miki : Ayaさん、業務に関連した仕事の経験についてお聞かせいただけますか。  
Aya : ORD Foodsでは、東京での営業を担当している部長のもとで働いておりました。マニュアルや文書をチェックするのが私の業務でした。  
Miki : 顧客とは直接やりとりをしていましたか？  
Aya : はい、よく電話やEメールで連絡していました。でも営業部長ではありませんでした。

### 2 パラフレーズ 連続ドリル

### 3 スキット展開 学習

### 4 メタ認知対話



## 具体的な学習方法の紹介

### 1 意味ネットワークをAIで可視化する

語義や例文を読むだけでは見えづらい単語の本質的な「広がり」や「つながり」は、AIで視覚的に整理・可視化すると効率よく捉えることができます。本書で登場する語句を出発点に、関連語・派生語・コロケーションを地図のように可視化してみましょう。

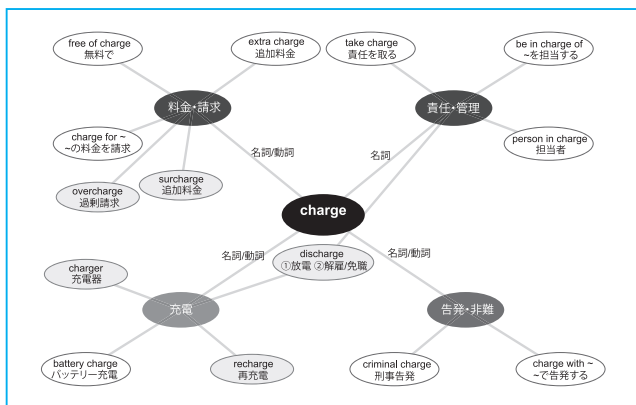
#### プロンプト

#### 「意味ネットワークのAI可視化」

- 目指す学習効果：辞書の暗記ではなく概念的な理解に基づく長期記憶を目指す
- 語法・派生語・コロケーションのネットワーク図を作成してください。
  - o charge：責任、料金、請求する
  - o be in charge of
  - o person in charge

#### Claude出力

コア概念：「charge」の根底には「何かを込める・装填する」というイメージがある。



## 2 パラフレーズ連続ドリル

同じ意味を異なるレベルで言い換える(パラフレーズ)練習をすると、文の骨格を保ちながら表現を切り替える瞬発力を磨き、どんな場面でも対応できる柔軟さが身につきます。本書のスキットを例にして、基礎・高度・カジュアルのレベル別にパラフレーズした文を生成AIに生成してもらいましょう。

### プロンプト

#### 「パラフレーズ連続ドリル」

- 目指す学習効果：同じ意味を異なる文型で瞬時に切り替える力を育てる。
- 同じ文を、①中学英語レベル、②TOEIC900レベル、③口語カジュアルレベル、の3種類でパラフレーズする。

[原文]

**Miki:** Aya, can you tell me about your relevant work experience?

**Aya:** At ORD Foods I worked for the manager in charge of sales in Tokyo. I was responsible for checking manuals and documents.

**Miki:** Did you communicate directly with clients?

**Aya:** Yes. I often contacted them by phone or e-mail. But I wasn't a salesperson.

### Claude出力

1. ステップ1: オリジナルの文の音読
2. ステップ2: ①中学英語→②TOEIC900→③カジュアルの順に連続で音読
3. ステップ3: オリジナルを見ずに、3パターンを即座に言えるか挑戦
4. ステップ4: 日本語の意味だけ見て、3パターンすべてを英語で言う

[挑戦してみましょう] 原文の最初の一文を①~③の文にすると

オリジナルの文 : Aya, can you tell me about your relevant work experience?

① Aya, please tell me about your past jobs.

② Aya, could you elaborate on your relevant professional experience?

③ Hey Aya, so what kind of work have you done before?

### 3 スキット展開学習

スキット（寸劇）は、そのまま覚えるだけでも効果的ですが、別バリエーションへ展開することで、語句の応用力が飛躍的に高まります。生成AIの補助を受けながら、同じ語を異なる場面・異なる文脈に登場させる練習を積み重ねていきましょう。

- スキットの一部のやり取りを改変（例：肯定→否定）
- 舞台設定を変更（例：「Ayaの面接」→「ホテルのチェックイン」「オンライン会議」）
- 重要語句を空欄にしたクイズ形式に変換

#### プロンプト

##### 「スキット展開学習」

- 目指す学習効果：同じ語句を別の場面でも柔軟に使えるようになる。
- 重要語句（語形変化、派生語、反対語、コロケーションを含む）を使用し、完全記述式のスキット穴埋め問題を作成。
  - 空欄のみ（ヒント・選択枝なし）
  - コロケーション全体を空欄化
  - 解答と解説は提示しない
  - 太字などの装飾なし

#### Claude出力 面接シーン

Interviewer: Can you explain the (1)\_\_\_\_\_ of your previous experience to this position?

Candidate: Certainly. At my last company, I was (2)\_\_\_\_\_ responsible for client communication. This experience has (3)\_\_\_\_\_ to your sales position.

Interviewer: I see. Were you working (4)\_\_\_\_\_ with the (5)\_\_\_\_\_ of the department?

Candidate: Yes, I (6)\_\_\_\_\_ to the department head and (7)\_\_\_\_\_ weekly reports.

(※以降の解説は右のQRコードから) 解答と解説



## 4 メタ認知対話

さらにもう一步！ メタ認知は、正答率ではなく“解き方の質”を改善するための取り組みです。従来型の個人学習では難しかったメタ認知の改善に、AIを活用して取り組んでみましょう。

- ★ 能動的な活動により、効果的に記憶に定着させる
- ★ 自分の思考プロセスを言語化し、「なんとなく」を「論理的な判断」に変える
- ★ 間違いのパターンを客観的に把握できる

### → 結果：再現性のあるスキルとして定着

例えば、**2**「パラフレーズ連続ドリル」の後に……

AIがp.113で作成した3つのレベルの文を練習した後、「なぜこの語彙が選ばれたのか」を対話を通して自分の理解として深掘りしてみましょう。

### プロンプト

オリジナルの文: Aya, can you tell me about your relevant work experience?

- ① Aya, please tell me about your past jobs.
- ② Aya, could you elaborate on your relevant professional experience?
- ③ Hey Aya, so what kind of work have you done before?

この3つの文で使われている表現の違いについて対話したい。特に relevant の使い分けを理解したい。メタ認知を通して、正答率ではなく「解き方の質」を改善することが目的。答えは提示せず、私の理解を引き出してください。

### Claudeからの応答

なるほど、これらの表現の違いを深く理解したいんですね！ まず、あなた自身がこれらの文を見て、どんな違いに気づきましたか？

直感でいいので、聞かせてください：

- 同じ場面で使えそうですか？ それとも使い分けが必要そうですか？
  - もし使い分けが必要だとしたら、何が使い分けのポイントになりそうでしょうか？
- 焦らず、今の時点での「感じ」や「予想」でかまいませんよ。

### userからのClaudeに対する応答

同じ場面でも使えそうですが、TOEIC900レベルのほうが表現がかたい気がします。

### 上記に対するClaudeからの応答

いいですね！「かたい」という感覚、大事な気づきです。

では、その感覚をもう少し掘り下げてみましょう。「かたい」と感じた理由を、文の要素から探してみてください。オリジナルと②のふたつを比べたとき、TOEIC900版を「かたく」している要素って、何が考えられますか？

ヒント：

- 動詞に注目すると？ (tell vs elaborate)
- 形容詞の組み合わせは？ (relevant work vs relevant professional)
- 助動詞は？ (can vs could)

どの要素が一番「固さ」に影響してそうですか？あるいは、複数の要素が組み合わさって固くなっている可能性もありますよね。あなたの直感で、どれが効いていそうか教えてください。

## ……AI との対話を続ける

あとは、生成 AI との対話を通して、理解を深めていきましょう。「この表現とあの表現の違いは？」「なぜここではこの前置詞を使うの？」といった、従来の学習では質問しづらかった細かな疑問にも、AI は何度でも丁寧に向き合ってくれます。このメタ認知プロセスを繰り返すことで、単なる暗記では得られない「使える英語力」が育ちます。自分の「わからない」に正直に向き合うことで、AI との対話そのものが最も効果的な学習になります。



### まとめ

質の高い書籍コンテンツを素材に AI による展開学習に取り組むことで、「深い理解」と「応用力」を効率的に身につけることができます。最初はシンプルに、**1** の意味ネットワークから始めてみましょう。慣れてきたら **2** のパラフレーズで表現の引き出しを増やし、**3** のスキット展開で実践力を磨き、**4** のメタ認知対話で理解を深化させていきましょう。今回紹介した 4 つすべてを完璧にこなす必要はありません。自分に合った方法を見つけることが大切です。好奇心を大切に、楽しみながら学習を進めてください。

### × 今日から始められる第一歩 ×

1. 最初のスキットを読む
2. 気になった単語をひとつ選ぶ
3. 「①意味ネットワーク」のプロンプトを Claude に入力してみる

小さな一歩から始めて、自分に合った学習スタイルを見つけてください！

