

スピーチのすべて

【スピーチとは】

スピーチとは、

自分のメッセージをオーディエンスに伝えること。

自分だけの自己満足でも、ジャッジに媚びることでもない。

その中で納得感や感動を与えられるスピーチがよいスピーチ。

具体的にすると、Informativeでありながら Persuasive なスピーチ。新情報があり斬新でありながら、客観性があり説得力のあるスピーチ。

評論文や卒論とは違って聴き手の感情に訴えなければならぬし、日記や感想文とは違って相手を説得するようなリーズニングやデータ、客観的な視点が必要。

スピーチを書こうと思ったときに理解しておく便利な書き方が PREP(AREA)と PHCS。

P point 主張 (一般論)

R reason 理由 (具体)

E example 例 (具体)

P point 主張 (一般論)

P problem 問題

H harm 害

C cause 原因

S solution 解決への道筋

特に PREP はスピーチの最小単位。いたるところで必要になる。結論を先に言う為に便利な方法。結論を先にいうこと。これを C C F (Conclusion Comes First) という。

PREP はパラグラフライティングを意識するときも、QA で答えるときも必要になる。

一番基本の PREP をもとにオープン大会に出場しているスピーカーは他にもいろんな要素を入れて自分たちのメッセージが伝わりやすくなるように工夫している。100 以上のオープン大会のスピーチを読んで思ったのは、よいスピーチは次に紹介する 10 の要素が入っているということ。

【スピーチに役立つ10の要素】

PREPで書くときは

- ①イントロ
- ②ワイユー
- ③シーシズ
- ④ネセ
- ⑤リーズン
- ⑥エグザンプル
- ⑦ポイント
- ⑧ハウ
- ⑨メリット
- ⑩アイディアル

PHCSで書くときは

- ①イントロ
- ②ワイユー
- ③シーシズ
- ④ネセ
- ⑤ハーム
- ⑥コース
- ⑦ソリューション
- ⑧ハウ
- ⑨メリット
- ⑩アイディアル

①～⑧までは全てシーシズから派生する。シーシズを導くのはイントロでワイユーはシーシズの前段階。それ以降のハウまではシーシズから他の全ての要素が抽出される。途中で⑤が④に修飾してしまっていないか？等の注意をする。

⑧～⑩まではハウから抽出される。ハウに対してのメリットやアイディアルシチュエーションを明示する。

【タイトル】

タイトルを決めるのは一番難しい作業。最終的に出来上がったスピーチの内容から、そのスピーチを要約するような一言をタイトルにする。タイトルはレトリックを使って、美しく、わかりやすくしなければならない。スピーチが終わったときに誰誰さんの～ってというタイトルのスピーチ知って

る？みたいな感じで使ってもらえることを想定する。800語全てをオーディエンスは覚えることができなくても、タイトルさへ思い出せれば、どういう内容のスピーチだったかを思い出してくれる。タイトルを一番かっこよくネーミングしてあげる。何度も変わるかもしれない。だからタイトルはスピーチの最初にあって最後に決まる部分。

【イントロ】

イントロは具体例。

PEやGEを使う。イントロの役割はアテンションゲッティングなので対比や比喩、音の重なり等のレトリックを使って煌びやかにしていく。矛盾(コントラバナーシー)を意識する。本当はこうなってなければならぬよね！？でもできていない。だから今日はその問題を解決するためにこのスピーチをします！という流れになる。告白(コンフェス)を意識する。ある日女の子は普段のように大好きな音楽を口ずさんでいつも通りの電車に乗り込みました。でもその日彼女は…。その女の子、実は私のことなんです。みたいに実は私でしたー！系のイントロもよくあるよね！パロディーを意識する。マッチ売りの少女ってお話知っていますか？？凍える寒さの中、マッチを売るんだけど売れなくて、自分で火を付けて暖かい状況を想像することで暖を取るというお話です。でもこれがもし現実起こっていることだったとしたら！？とってスピーチが始まるとか。他にも本当にたくさんやり方がある。アゴラとかに行ってオープンスピーカーがどんなイントロを書いているのかを徹底的に勉強しよう！イントロとコンクルは合わせるようにすると一貫性(Coherency)がでる。イントロでできなかったことがコンクルでできるようになったー！ってなったら楽しい。

【ワイユー】

ワイユーはなぜあなたにしかこのスピーチができないか？を明確にする場所。

スピーチにしやすいからとか、このトピックは今話題だからオープンで勝てそうとか思って作っていないかをはかるところ。今話題だからとかじゃなくて、自分が心の底から伝えたい内容なのか。世の中の話題についていくのではなくて、話題はスピーチをやることで自分で作り出す。みんなの興味関心を掻き立てる。巻き込む。

だからワイユーにはオリジナリティが現れる。

そのオリジナリティを引き出すために、ワイユーでは自分が何を強く思って、何を強く感じて、何を強く学んだのか等の気づきをイントロから抽出する。

【シーシズ】

シーシズではクロノロジカルオーダーに気を付けて時間軸に沿って伝えることで伝わりやすい工夫をする。こんな問題が起きているので(過去)、今日はこういうことの大切さについて話します。(現在)、スピーチを聴き終わった後、みんなにはこうなっていてほしい(未来)。シーシズの未来のところプチアイディアルシチュエーションを示してあげる。全体像がこのシーシズを通してわかることで、そのスピーチの概要やある程度の進みたい方向性を完結に示してあげることができる。そうすることでオーディエンスが全体像を把握した状態でその後の内容を聴くことができる。最終的に

そのスピーチで到達させたい具体的な状況や目標をスピーチの前半でさらっとしておくことが大切。シーズはワイユーを完結にまとめて、これからどういう流れでこのスピーチが進んでいくのかの大枠を明記しておくパート。PREPでいうところのPに同じ。PHCSでいうところのPに同じ。

【ネセシティー】

ネセシティーは最近注目されてきた新しい要素。Why Now ということでもある。なぜそのスピーチをオーディエンスは今聴かなければならないのか？なぜ他の山積する問題の中で、特出してその課題に今この時に取り組まなければならないのか？というや緊急性や必要性を述べるパート。他のスピーカーのトピックの方が大事なんじゃないか？と思われてしまうオーディエンスの気持ちを絶つ。自分のスピーチに対して最優先に行動してもらおうようにオーディエンスを引き込むパート。そのためにはターゲットを考える。まず目の前にいるオーディエンスは誰なのか？対象を知らないと、対象に響くような言い方や言葉は紡げない。ESSの場合、オーディエンスは日本人であり日本社会に住んでいる人であり、大学生でかつ英語が好きな人たち。ターゲットを考えたらうで、その人たちに必要なことなんだよ。と言ってあげることでオーディエンスとそのスピーチに関連性を持たせることができる。私はこのスピーチに関連しているんだ！と思えることで自分ごととして捉えてくれるからやらなきゃ！という気持ちになる。そうさせる。データセンテンス等を入れて緊急性を出してもよい。

【ハーム】

ハームではプロブレムの害がどれだけあるかを明示する。プロブレムを具体化するもの。データセンテンス等を入れて誰に被害が及んでいるのか、どのくらい深刻なのかを明示する。ハームでの注意点はハームがオーディエンスが一番聴いてて疲れるパートであるということ。重たい話ばかりでは疲れてしまうし、説明口調すぎるスピーチは聴いていて飽きてしまう。データセンテンス等は頭を使う部分なのでハームのパラグラフは長くしすぎない。問題を具体的に説明することは大切なことだけど、長すぎるとスピーチではなくて論文になってしまう特徴がある。スピーチの自分の意志を伝えるというよりはデータや一般的な事象を伝えることで客観性を与えるパート。デリバリーも高い声でスピード感を持って完結に駆け抜けていくイメージ。

【コース】

コースはスピーチの中で最も大切な要素の一つ。そしてジャッジさんが評価をするポイントの一つ。その問題のコースをどこに置くかにオリジナリティが表れる部分だから。例えば自殺やLGBT、性の問題など2010年から2020年あたりまでで多くあったスピーチのトピックだけど、同じトピックを選んだ場合でもそれぞれが指摘したコースはそれぞれ違う。それはそれぞれが歩んできた人生が違うのでそれぞれの考え方で至った結論も違うから。それを導くために100回も200回もプレストを繰り返す。自分なりに思うその問題の根本的な原因、ルートコースはいったいどこにあるのか？そこにその人らしさというオリジナリティが表れる。それなのに原因と

なる根拠をネットから引っ張ってきてそのまま使ってしまうとジャッジさんに見透かされる。検索することは、検索したデータをスピーチで使うことや、ルートコースを導きだすきっかけとして使うならとても便利だけど、根本的な原因は常に自分の中から導き出さないといけない。じゃないとスピーチの軸がぶれてしまう。だからブレストがスピーチでは大事。ブレストしてブレストしてブレストしてブレストする。それでもジャッジさんや周りの人からもっとこうしたらいいんじゃない？って言われるから、またブレストする。スピーチに終わりはなくて完成はしない。でも常に良い方向には持っていけて、一番良い方向にもっていった人がオープン大会で賞を取る。最初から才能を持っている人だってそりゃいるからそういう人たちと同じレベルで戦いたいなら時間がかかってしまうのは仕方がない。家から学校までの道のりが近い友達がいたとして、自分の家のほうが学校までの道のりが遠いなら、その分早く家を出ないとその友達より早く学校に着けないし、下手したらチャイムに間に合わないで遅刻しちゃう。それと一緒に、自分は努力しているのに何でうまくいかないのだろう？じゃなくて最初から遠いところから始めているのだからそれを埋める分はいろいろやらなければならない。

【ソリューション】

ソリューションはとっても簡単。コースの真逆のことを忠実に言うだけ。でもそこはぶれてはいけない。諸悪の根源をコースで明らかにしたのであれば、その逆のことをすることが一番改善につながる。だから真逆でないと意味がない。黒に問題があるから白をやる。黄色やピンクではいけない。ソリューションでは具体的な方法などを述べない。それはハウでやること。あくまでも方向性を提示する。白をやるのがどれだけ大事なのかを理由や具体例を用いて説明する。結果、白をやるのが解決策につながると言ってあげる。

【ハウ】

具体的な解決策を提示するパート。ソリューションで述べた方向性に対して具体的にはなにをすればよいかを提示してあげる。その時に大切なのが実効性と実行性。ワーカとプラカ。その対策案にワーカビリティとプラクティカビリティがあるかどうか。ジャッジさんが見るポイントはそこ。本当にその解決策は実現できることなのか？簡単か？本当にその解決策は効果があるのか？使えるのか？そこでそのハウの良し悪しが決まる。実行性は、もし簡単なことでなければ少しでも簡単になるようにステップを踏んであげる。ステップ1としてこれをしてステップ3までやればできますよね？と言ってあげる。実効性はデータを持ってきてあげる。数字でどれだけ効果があるのかを伝えてあげる。

【メリット】

メリットはハウに対する最後の一押しをするパート。ハウに対してどうやったらそのハウを確実に実行してくれるか？ 解決策を実行した場合に得られるメリットを提示してあげる。やる気にさせてあげる。いいスピーチだなと思って実際にそのスピーチ通りに行動してくれるかは微妙。頭ではよいとわかっているけど実際には時間がないとか忙しいと思って行動してくれない場合もある。で

も自分にメリットのあることだったら優先してやろう！という気持ちになれる。オーディエンスの立場に立ってどんなメリットがあったらそのハウを実行したいと思うかを考えてそれを伝えてあげる。

【アイディアルシチュエーション】

ハウに対する理想の状況を情景描写するパート。アイディアルシチュエーションを直訳して理想の状況と覚えるのはやめる。アイディアルシチュエーションは理想の状況を情景描写すること。ハウを実際にやった場合にどんなシナリオが最終的に待っていてどういう風にできなかったことができるようになるのかを描写してあげる。When, If, Once, At least を意識して考えてみよう。アイディアルシチュエーションはコンクルージョンの役割をする。イントロと対比させてスピーチに一貫性を持たせよう。

【あいさつ】

メラビアン の法則に基づく と人の第一印象を決めるのは最初の7秒。台に立って最初にあいさつするときが大体7秒。Thank you master of ceremony and distinguished judges. ちょうど7秒位。あいさつはジャッジングシートの中の項目にはなく。評価項目ではないが、スピーチの最初の印象を決めるのはスピーチの冒頭ではなく、あいさつ。だからあいさつは笑顔、大きな声で、自信をもってやる。

【比喩】

レトリックを入れるうえで比喩はとても大切。比喩には直喩と隠喩がある。直喩は簡単で A is like B と言ってあげればよい。皆さんがマスターしてほしいのは隠喩で、同格の意味の of を使う。A of B と言ってあげると隠喩になる。その内訳は、A が具体名詞で B が抽象名詞。具体名詞というのは目に見えるものでみんなに馴染みのあるもの。例えば 山。抽象名詞というのは目に見えないもの。解釈が人によって違うもの。例えば 動かないこと。人によって解釈が違うものをみんなの共通認識に言い換えてあげることが隠喩。

今回の場合、動かざること山の如し。動かない度合いが人によって違うことを、山という誰でも知っているものを使ってどれだけ動かないかを表現してあげる。隠喩のいいところはストーリー性を持たせてあげられるところ。山と言い換えたからこそ、速きこと風の如ごとく、静かなること林の如く、侵略すること火の如くなどと続けることができる。本来動かないと静かであるということは一貫性のない文章だが、風林火山とすることで一貫性がでてわかりやすくなる。

【2種類 の例】

例には2種類ある。自己体験をもとにした個人的な例 PE(Personal Example)と、大統領の名言やデータセンテンスなどの一般的な事実に基づいた客観的な例 GE(General Example)。この両方が大

切。スピーチは評論や論文と違って自分の主張を言わなければならない。だけど感想文や日記と違って、みんなを説得しなければならない。だからこそ PE と GE のどちらもスピーチに入れられているかが大切。PE を入れることによってオリジナリティを入れることができる。GE を入れることで客観的に説得することができる。PE は自分しか知らない情報なのでオーディエンスからしてみたら新情報だし、GE は事実に基づいている旧情報でみんなが知っている既知情報。新旧どちらも入れる。PE だけを多用したら斬新過ぎてしまうし、GE だけを多用したら真新しさがなくなってしまう。

【パラグラフィティング】

パラグラフィティングは1つ1つのパラグラフを PREP を使って書くこと。パラグラフ1つ1つの中に PREP がはいつていること。一般論 具体例 一般論で1つのパラグラフを作ってあげる。パラグラフの文頭が結論(一般論)から始まっていて、パラグラフの先頭の結論がそのパラグラフの文末の結論(一般論)と同じになる。今書いているスピーチの全てのパラグラフの先頭の文章が終わりの文章の言い換えになっているか？違う内容になってしまっていないか？を見てあげる。そのためにはパラグラフのなかで話す内容、キーワードは一つにしてあげる。あれもこれも説明しようとしなない。1つのパラグラフの中で1つのことを丁寧に説明してあげる。文頭の1つ目のPの主張に対してリーズニングと例を使って証明してあげる。文末の2つ目のPで、「よって、Pがやっぱり大切なんです。」と言ってあげる。Q E D 証明終了。みたいな感じ。1つのパラグラフの中にキーワードは1つ。だから10パラグラフあったら10個の主張しか言えない。それがスピーチ。何でもかんでも情報を詰め込むのではなくて、いろいろ自分なりにリサーチして、プレストした結果出てきた情報を取捨選択して、えりすぐりの10個の主張を丁寧に説明しながら話を展開してあげる。

【データセンテンス】

データセンテンスはハームでどのくらい害があるのかや、ハウでワーカビリティとしてどれだけ解決策に効果があるのかを示すために入れる要素。データセンテンスを使う上での注意点は2つ。①何を示すデータなのか？導入文を入れて明示することと、②データの数値をわかりやすい単位で言い換えること。データセンテンスは数値が入っているのでスピーチの要素の中で分類するなら具体例。なのでパラグラフの文頭がデータセンテンスで始まっていはいけなない。よくある間違いはパラグラフの文頭が According to ~ から始まってしまっているケース。データセンテンスはあくまでも具体例なので、まず一般論。データを導く導入文をいう。それからデータを入れていく。データはわかりやすい単位で言い換える。数値を言われただけではピンと来ないオーディエンスもいるので、わかりやすいように言い換えてあげる。%にしたり例を使ったり。日本にはLGBTの人は10人に1人。ハーフは30人に1人いるらしい。これは30人のクラスに4人。約13%はLGBTかハーフなんですよ。と言ってあげると伝わりやすい。

【ユーモア】

ユーモアって何だろう？って考えた時に明確に答えは出ますか？僕自身悩んではっきりした答えが出てこなかつたので質問を変えてみました。一番最近笑った瞬間はいつだろう？お笑い芸人さん

のネタや面白いと思った友達の話を思い出したんです。いくつか出てきた面白かった瞬間に共通するのは、自分なりの言葉で説明すると、あるあると大げさがユーモアを構成する要素でした。すごく共感することに対してと全く共感しないことに対して人って笑うのではないのでしょうか？恋愛トークが楽しいのは確かにそういう気持ちになるよね！ってなるからで、芸人さんがなんでやねん！って突っ込むのは、全く共感できないよ！って言い換えることもできる気がします。だからスピーチでもユーモアを入れてみたいと思ったら、なんでそんなしょうもないこと力説するの？？笑と思わせたり、あーわかる！わかる！そういうことあるわー！と思わせてあげたらいい。僕の好きな大隈杯に出てたスピーチに you may think it may be sudden, but how older are you? みんなはそんなの簡単に答えられると思うけど、私のお母さんは答えられなかった。デメンシアだったから。っていうイントロから始まるスピーチがあって。これも大げさに How older are you? っていうとても簡単な質問を真剣にスピーチで話して。だからオーディエンスは惹かれるんじゃないかな？って思うんだよね。非常に簡単なメッセージを長い分量で丁寧に説明してあげる。エクステンポでは特にそれって大事。

【語義選定】

神は細部に宿る。一文一文に、一単語一単語になぜこのワードチョイスをしたのか？理由が説明できるようにしておく。出来上がったスピーチを目の前にしたとき、あーこの文章のこの動詞はこれこれこういう意味があったから make ではなくて let を選んだんだよね。とか、ここのこの名詞は最初こういう風には書いていたけど、ジョイント大会のジャッジさんに言われた意味も加えようとしたら結局この単語の方がベストだって結論に至ったんだよね。とか。800語全てに、その単語にした意味があるように文章を書いてあげる。完成に近づくということはそういうこと。もちろん新しくフィードバックを受けてせっかく語義選定したものを全部消さなきゃいけない瞬間もある。そうやって新たに最高のワンセンテンスワンワードが生まれていく。オープン大会に出る人というのはそういうレベルで戦っている。

【レトリック】

レトリックとは煌びやかな表現として考えられがちだけど、そもそもなぜレトリックを使うのか？それはレトリックはメッセージを伝えやすくする工夫だから。同じことを平叙文で言うよりレトリックを使って韻を踏んだりカッコよく言ったり、比喩で表現してみたりしたほうが記憶に残りやすい。だからみんなレトリックを使う。例えば英語のことわざはほとんどがレトリカルな文章で書いてある。Time and tide wait for no one. は Time Tide で両方とも T から始まっているし、Time is money は直喩を使っている。大切なメッセージを後世にも伝える為にレトリカルな文章で書いて伝わりやすく覚えやすくしている。ことわざはその意味を勉強するためにもあるし、伝わりやすい表現を学ぶためにもある。別紙のことわざリストの中から好きなことわざを見つけてスピーチに入れてみたり、レトリックを勉強するのに使ってみよう！

レトリックはたくさんある。

対比、反復、比喩、名言、タグクエスチョン、クロノロジカルオーダー、無生物主語構文、リドル(なぞなぞ)、パロディーなどなど。

- レトリックの王道は対比。 NOT A BUT B 結局、対比が一番伝わりやすい。
- 反復 I have a dream ~ I have a dream ~ I have a dream ~ 有名なスピーチには3回の反復が使われていて3回が一番伝わるとされている。だから4回とかじゃなくて3回にこだわる。The more A, the more B. The more B, the more C. The more C, the more A. という表現はオープンスピーカーがよく使っている表現で、自分のハウを実行する過程でどんないいことがあるのか等のメリットを伝えることができる。
- 比喩は of 抽象名詞 の隠喩を使いこなしてストーリー性を付与できるまでマスターしよう！
- 名言を入れることはGEを入れることにつながるので、客観性を与えることができるし、レトリックにはそもそも伝わりやすくする工夫がなされているので便利。例えばヒラリークリントンの大統領選挙演説の時の our best days are still ahead of us. とか次の日のニューヨークタイムズの見出しの Trump triumph. レトリックを学ぶきっかけにもなると思う。

●タグクエスチョンとは、平叙文をあえて質問口調にすることでアテンションをフックすることができる質問のこと。例えば、ねー知ってる？って豆しばが文頭で問いかけることによって～って知ってる？って言うよりオーディエンスをひきつけることができたり、豆知識を平叙文で言うより質問として投げかけてあげることでオーディエンスが考えるきっかけになってよりスピーチに没頭しやすくなる。だから I am angry というタイトルじゃなくて Why am I angry ? の方がひきつけられる。

●クロノロジカルオーダーは過去から現在、未来への時系列で物事を話すことで伝わりやすくする工夫。PHCSのスピーチの中では PHは過去にどれだけの人が死んでいてみたいな過去の事実をもとに現在みんなにはこうしてほしいという How を言って、未来にどうなっているのか？という Ideal Situation でスピーチが終わるように過去→現在→未来という流れでスピーチを書いてあげる。

●無生物主語構文

文章のほとんどはI You Weで始まったりする。そして理由付けをするときはBecause Since As等の接続詞を使っていたりする。それだけで800語が進んでいったら退屈だよな！？ そんな時に使えるのが無生物主語構文。単調な文章に困ってきたら無生物主語構文を使った第5文型を使うと一気に文章に複雑味をあたえることができる。無生物主語構文を使った場合、翻訳するときに、主語が理由などを表す副詞節的な役割をする。主語することによってOがCできるという感じに訳せる。主語を人称代名詞にすることなく、接続詞を使用せず理由等を示せる。より英語的な表現が無生物主語構文。This street will take you to the station. この道に行くことによって駅へいける。やClicking on the link will lead you to the website. や、このリンクをクリックすることでページに飛べます。などと訳すことができる。ご覧のように人称代名詞から始まる文章を減らせるだけではなく、because、since、asとかの理由を表す接続詞を使わなくても理由を表せちゃう超便利かつ聡明な構文。無生物主語構文で使われやすい動詞は積極的に覚えていこう！！

【10の要素と200語を使うメリット】

●10の要素を使うメリットは流れがはっきりするから。イントロが頭に浮かんできた時点であとは芋づる式にその他の要素を導き出せばよい。毎回文章の構成を考える手間が省けるし、再現性がある。あらかじめ必要な要素(需要)がわかっているのだから、効率よく供給できる。

●200語を使うメリットは発音、文法のミスが無くなる、プレパ時間の短縮、自信を持って話せる。デリバリー、アイコンタクトに注力できる。定型表現が大学英語で書いてあるので、実際に考える英文は中学英語レベルでいい。大学英語で書かれている文章を定型表現として覚えていけば、息をするように難しい文法やレトリックを言えることになる。定型表現を言っている間に次に何を言うかを考えるリードタイムができることにもなる。プレパ時間が半分で済む。結果、練習する回数を増やせる。

10の要素を必ず入れるのであれば、その導入文と帰結文が必要になってくる。

その導入文と帰結文は本質的で、どんなトピックが来た場合でも対応できる。

であればその導入文と帰結文が大学英語でレトリカルに書かれていて発音も完璧だったら心強いよね！？本当にエクステンポできるようにならなきゃ！って英語できない僕が考えた結果出てきた結論。限界に至ったら、前提を疑う。変革は限界から産まれる。

【エクステンポの仕事量】

エクステンポの仕事算をしてみましょう。エクステンポの仕事量は4分×1分あたり100Words = 400Words ※1分あたり100Wordsが一番聴きやすい速度と言われている。

仕事量 400 ÷ 4要素(PREP) = 1要素あたり100Wordsの仕事量になる。

これがエクステンポの前提なのだけど

10の要素と200語の定型表現を使うと

(400Wordsの仕事量 - 200Wordsの定型表現) ÷ 10の要素

= 1要素あたり20wordsの仕事量になる。

1要素あたりプレパ時間に考えなければならぬワード数が20語なら楽だよ。

例えばイントロで中学校の時の思い出を話そうと思ったとき、When I was a junior high school student, って言った場合もう8語は出来上がっているからあと12語考えるだけでいい。

【英語書く？日本語で書く？】

エクステンポを準備するときは全部英語も全部日本語も絶対にうまくいかない。

なぜかというプレパ用紙に全てを依存してしまうことになるから。プレパ用紙をもらったらまずA4の紙を四つ折りにして手のひらサイズにする。そうすると紙がオーディエンスから見えないようになる。四つ折りにした白紙の左側に10の要素をそれぞれイントロ ワイユアー シーシズ N REP How M Ideal みたいな感じで書き込む。左側に書くのは慣れてきたら必要ないけど！次に、頭に思いついた日本語と英語の単語をポンポン書いていく。その時にポイントは考えなくて、思いつ

いたことをそのまま書けばいい。それが本当に自分が潜在的に言いたい内容だから。中学生、いじめ、見る、×、Sad、→、見てみないふりする。

みたいな感じで平仮名もカタカナも漢字もアルファベットも記号も使っていく。紙を一瞬見たときにパッと話したいことが浮かんでくるように、簡潔に印象に残るようにきれいに書く。200語の定型表現を使っている分プレパ時間が8分とかで終わるので、残りの7分で発音の練習や言おうと思ったけどやっぱり言えなかった単語等を、その時初めて、必要な分だけ日本語で詳細に書いておく。

【トピックの決め方】

エクステンポのトピックの決め方は1つずつ見ていったときに、パッと頭に風景が浮かんできたものにする。頭の中に浮かんできた景色があるということはそれが潜在的に自分が一番人に伝えたい自己体験やメッセージであったりする。だからありのままの自分に素直になって何も深く考えずにそのことを話す。出てきた自己体験やイメージがイントロになって、そこから抽出される強く感じたこと、学んだこと、気づいたことがワイユーになる。それをメッセージという形にして伝えるのがシーイズで、あとはネセなり、REPなりハウにつなげていく。トピックをじっくり選定するからよいスピーチが出来上がるのではなく、トピックを一瞬で決めるから忸度せず自分が本当に言いたいことをありのままに言える。

【時間の使い方】

トピック選定 30秒

内容 5分~7分

英語の練習 5分

残りの時間はメンタル管理。

ぼーっとしていてもいいし、自分は本番、緊張で床に突っ伏して寝転がってしまっ、スピーケの人に起こしてもらった。苦笑

プレパ15分なんて使わない。考えるからいけない。考えたものを発表しようとするから自然な英語にならない。むしろ未完成な状態である程度10の要素については話せる内容を持っておくだけでいい。自然に出てくる英語は自分が一番使える英語表現だし、潜在的に一番伝えたい内容なんだよね。そういうのを無意識に人は選択している。だから自然でいい。自然じゃないのが一番よくない。定型表現は自然じゃないけど定型表現が自然に言えるようになるまで練習する。

【オフトピック】

オフトピックとは選んだトピックと違うことをいつの間にかに話しているという状態。それではエクステンポでは点数がつかない。オフトピックにならないようにするには

- 派生は一回にする。
- 10の要素の修飾先を間違えない。

- トピックで選んだの言葉をスピーチ中に何度か繰り返す。

派生をしないようにする。イントロで出てきたメッセージがあるならそのメッセージで統一する。そこからさらに派生しない。イントロで出てきたメッセージが選んだトピックと何か関連しているのかを確認する。

10の要素の修飾先を間違えないというのは、10の要素のハウまではシーイズに修飾していて、ハウ以降はハウに対してのメリットやアイディアルシチュエーションが言えているか。特にネセに対してリーズニングをしないこと。シーイズに対してリーズニングをする。

コンクルでトピックで選んだ言葉を言って締めるとうまくまとまる。それと同じように、いろんな要素内で選んだ言葉を使ってあげるとぶれない。

【やる気が出ない理由】

エクステンポでやる気が出ない理由は4つあって、

- ・topicがない
- ・目標がない
- ・自分の成果が目に見えない
- ・一緒にやる人がいない

●トピックがない

トピックを考える時間をもったいないよね。トピックを自分で考えている時点でエクステンポ感がないし、やる気がそがれる。なので頻出のトピックはあらかじめ別紙に用意してあります。そこから順番にやっていく。ワンワードもソーシャルもことわざもシチュエーションもあるので好きなものを選んで全部やりきるぐらいの勢いで練習してみよう。英語会に入ったのに即興で英語しゃべることを練習することに対して抵抗があるって、なんか矛盾してるよね。自分もそうでした。でもよくよく考えたら英語を話すのが嫌なんじゃなくて練習する環境を整えたりするのがだるかったり、自分で考えたトピックで練習するのが馬鹿らしかったりしたからやりにくかっただけかな？って思った。だからそういうのはもう全部用意してあるから、あとはやるだけだからやってみない？

●目標がない

トピックが与えられていてもやる気が起きない人は多分、エクステンポを通して成し遂げたい目標がないんだよね。自分は天野杯で優勝することだったから当時最強の葛島さんに勝たなきゃいけないという大義名分があったのだけど、確かに目標がなかったらつらいよね。自分も目標がないときはやりたくなかった。でもきっかけって小さなものでもいいと思うんだよね。エクステンポのある大会に出てみるとか、インナーでエクステンポの大会開くとかセクションやプレパでエクステンポを定期的にやるとか。自分の代は空きコマで練習してたけど。そういうのをチーフはやってほしい。チーフに要求してみしてほしい。じゃないと全大学の英語会にあふれているエクステンポはやりたくない！って空気はいつまでたっても変わらないと思うんだよね。

●成果が目に見えない

自分の成果が目に見えないというのは、せっかく練習はしているのに、何度練習したかカウントしていないと、自信のなさや、おごりにつながる。ということ。例えば、5回エクステンポを練習した人がいて、その人が3回しか練習してないと思っていたら本来の力は出し切れないし、10回練習してると思っていたら、俺はもっとできるはず！みたいな感じで過信しちゃう。ありのままの自分の実力をきちんと把握しておく。そうすると身の丈にあったエクステンポができて、そういう時って、控えることも無理もしないから一番よいエクステンポができたりする。そうやって回数を自分で把握しておく、例えば今まで15回練習したな、あと10回で25回だ。80回ならあと20回で100回だと思える。80回とか多すぎて??英語を上達したいという気持ちに限度なんてないでしょ。限界は自分で決めなくてもいいんじゃない?って思う。目安として自分は1年で177回練習したよ。

●一緒にやる人がいない

せっかくエクステンポをやろう!と思っても、周りの人があまり乗り気じゃなかったりすると、やっぱいいや。ってなってしまう。英語会の中にある、スピーチといえばプリペアード。みたいな考え方は誰が作ったのだろう。確かにロジックを学ぶ上ではプリペアードの方が為になるのはわかるけど、エクステンポやらない理由にはならない。どっちが先もないと思う。英語を純粹にアウトプットできる機会なのに、なぜみんなもっとプリペアードみたいに真剣にやらないのだろう?恥ずかしいから。怖いから。トラウマ?だからこそ全大学が真剣に取り組んでもっとみんながエクステンポを練習しやすい環境を全員で作っていくべきではないでしょうか?そのために各大学ができることは、チーフがエクステンポをセクション員が練習できる環境を作ること。空きコマでもプレパ内でもよいのでエクステンポを複数人で練習できる機会を増やすことで、慣れてきた人から、1人で家で練習したりするようになる。チーフが心もとない場合は、自分自身で友達を巻き込んでエクステンポやろう!って言うってみる。その勇気が必要。そしてなによりエクステンポはプリペアードと同じくらいかそれ以上楽しい。あまりやらないで卒業していく人が多い実状、現状を 今 変えていかないと 次 の世代もまたやりたくないな。で終わってしまう。自分の将来と後輩の将来を明るくしてあげる。それが今のみんなの責任であり、やるべきこと。それを僕はずっと思ってきました。

●やる気を出す工夫

やる気を出す工夫はいろいろあると思うけど

専用のノートを買うのが一番おすすめ。自分の好きなテイストにあっためっちゃ薄いノートを買うといいよ。そうすると厚手のノートを一冊買うより、消費スピードが早くなるのよ。そうすると薄手のノートを使った人は50回やったら3冊ぐらい消費していて、1冊も消費していない場合より、やる気が出るんだよね。ロフトやコンビニで一番気に入ったノートを買ってきて、毎日エクステンポを練習することを自分でどんどん楽しくしていこう。

【ノートの使い方】

エクステンポの練習ノートの使い方は、左ページにエクステンポをやって、右ページにプレパにかかった時間と言えなかった単語、熟語と反省、改善策を書いていこう。1回のエクステンポに対して反省や改善策を書く行為は質をあげる作業。左ページが量なら、右ページは1回の練習の質をあげる感覚で書いていこう。本番前にノートの右ページをパラッと見返して、自分がよくつまづくところの傾向だったり、わからなかったところの単語、熟語を復習してみよう。

【プレパ時短術】

プレパ時間を時短させようと思ったら

- 定型表現の200語を覚える。プレパ時間が半分になる。
- 記号や省略を使う。Because だったら B/C とか →でつまり、だからとかの意味にしたり、←→はしかしだったり。漢字3文字の言葉を1文字で書いてみたり。例えば日本語だったら 日 っ て書いておくだけになると、時短になるよね。一つ一つの小さな時短が最終的には長い時間の時短につながっていく。【プロバークの作り方】

【プロバークの作り方】

プロバークのトピックでエクステンポを作る際に意識することは3つ。

プロバークの意味がオーディエンスにわかるように説明する。

プロバークに対して賛成反対を言ってあげる。

プロバークを決め台詞にして締めてあげる。

そのプロバークはどういう意味があるのかを説明、定義づけしてあげる。このプロバークはこんな意味ですが と説明してもいいけど、イントロでそのプロバークの成り立ちを説明してあげるとわかりやすい。彼は暗闇の中にいた。そこには誰もなくて、なんの刺激もない。自分が正しいと思うことが正しくて、周りが正しいと思っている価値観などは知らない。こういう状況を上手に表すことわざがあります。井の中の蛙ってやつです。僕は井の中の蛙ということわざに賛成です。という感じでイントロが始まっていくのはストーリー性があるといいよね。そしてその彼、実は自分だったんです。みたいな。そこから学んだこと、気づいたことがワイユでシーズになりそうだね。こうやって直接そのことわざの意味を説明する以外にもイントロを利用してことわざの意味を明らかにしてあげるやり方がある。

プロバークに賛成反対を述べるのは必須で、スピーチの初期段階で自分がその考え方について肯定的なのか否定的なのかを明らかにすることで、スピーチの大枠がわかるので、その後の内容が入りやすくなる。スピーチの最後は、Do remember one thing で ことわざ を言って、カッコよく締めてあげる。その時に意識することは、適切にポーズを取りながら言ってあげること。ここがコンクルで最後の一文なんだよ。ということが間からわかるようにゆっくりはっきり言ってあげる。最高にかっこいい終わりにしよう。

【ソーシャルの練習法】

ソーシャルはエクステンポにおいては最も難しいトピック。準備が必要だから。けどあらかじめ準備しているトピックが出たら心強い。ソーシャルで扱うトピックというのはセンシティブな話題がほとんどなのできちんと準備しておくのが大切。逆に大きな問題に対して場当たりの即興で物事を話すのはリスクがある。情報が整理できていないのに即興で話すとあれもこれも言ってしまってまとまりが無くなったり、わかりにくくなってしまふ。エクステンポというのは本来、とっても簡単なメッセージを4分も使ってじっくり解説してあげるスピーチのこと。だからソーシャルとは相性が悪い。それでもソーシャルでやりたいならきちんと準備する。別紙のソーシャル集で各トピックごとに10の要素を書いていって、それぞれの要素で何を言うかを簡潔にメモしておく。

【シチュエーション】

シチュエーションというのは状況という意味だが、実際のところシチュエーションのトピックは全部質問で終わっている。あなたが大統領だったらどうしますか？とか学校の先生だったらまずどんな授業をしますか？とか。状況が与えられて、質問が続く。つまりシチュエーションでありながらクエスチョン。それがシチュエーションの実態。だからやることは簡単で、イントロをそのシチュエーションにしてあげるといふこと。その質問に対する答えをシーズにしてあげるといふこと。キンコーンカンコーン 学校のチャイムが鳴った。先生がみんなのこを見つめてこう言うんです。そこに愛はあるんか。僕が学校の先生だったら生徒にまず LOVE の授業をします。それは過去にこんなことがあったからです。みたいな感じでイントロとワイユー、シーズが始まる。それがシチュエーション。

【エクステンポでやらないほうがいいこと】

エクステンポでやらないほうがいいことは、勝ちたいがあまりショートプリペアドスピーチを作ってしまうこと。4分間くらいのスピーチを10個くらい作っておいて、当日に出されたお題に無理やり関連付けてスピーチをやること。エクステンポが大っ嫌いだったらやってもいいよ。だけどそれをエクステンポでやらないほうがいいのは、やっている当事者がめちゃくちゃつまらなくなっちゃうから。楽しくないから。そしてジャッジもオーディエンスも見抜いてくる。あ。これは事前に原稿を覚えてエクステンポやってるな。って。頑張りや伝わるし、評価は確かに上がると思う。だから勝てると思う。だけど根本的にエクステンポが大会で競技として選ばれた意味や意義に逆行していると思うし、カッコよくない。ソーシャルみたいに大きな問題に対して意見を言う場合なら、大枠の流れを決めて置いたり、場合によってはショートプリペアドでも全然いいと思う。だけど即興でウィットを求められるエクステンポで積極的にやろうとは思わないな。それでもスピーチはみんなのものだから自分にあったやり方でやるのが一番だけだね。

【デリバリー】

デリバリーを構成するものは何でしょうか？ジェスチャー、ポーズ、声の変え方、フェイシャルエクスプレッション、アイコンタクト、発音アクセント、イントネーション等。たくさんあります。

◇ジェスチャー

ジェスチャーのポイントはやりすぎないこと。やらなすぎないこと。大事なところで、本当に伝えたいメッセージがあるところで必要な分だけジェスチャーをしていく。具体に対してジェスチャーをしない。抽象に対してジェスチャーをする。本当に大切なメッセージは抽象的なことがほとんどだから。

◇ポーズ

ポーズを取る瞬間は6つある。

- ・始めるとき
- ・質問の後
- ・段落の間
- ・強調したい言葉の前後
- ・最後のフレーズの手前
- ・Thank you for listening の前

- 始まりに間があるといつ始まるのだろうか？ということでアテンションゲッティングできる。
- 質問の後は必須。質問に対してオーディエンスが考える時間を与えてあげる。
- 段落の間。段落が変わればキーワードも変わる。一区切りつくので、キーワードが変わりますよ！って伝えるために時間を取ってあげる。
- 強調をしようと思ったときに、声の大きさや表情以外にも強調する方法がある。それが間を取る。こと。Make a pause。大事なことを言う前にじらしてあげる。大事なことを言った後に余韻を残してあげる。
- 最後のフレーズはカッコよく締める。そのために間を取る。スピーチの800語を締めくくる最後の一文は大切な一文。それが神聖であればあるほど、心に残る。神聖な感じを出すために静粛が大切になる。間をうまく使おう。
- Thank you for listening というフレーズはスピーチの原稿の本文ではない。だからスピーチの原稿、本文と、あいさつとの間に間を取ってあげる。ここで終わるんですよ。とわかってもらえるように間を取ると余韻が残ってジーンとくる。音楽や曲と一緒にだね。

◇声には6種類ある。

高い声、低い声、大きな声、小さな声、速い声、遅い声。

この6つを上手に使ってあげる。時には組み合わせて使ってあげる。

例えば、データセンテンスは聴いていて頭を使うパートなので疲れる。

聴きやすい高い声で素早く話してあげる。

大事なメッセージは伝えたい。だから大きな声でゆっくりと、心に響くように低い声で話してあげる。そういう風にして、今自分がやっているスピーチはどんな声でデリバリーするのが一番わかりやすいのかを考えてあげる。それをスピーチ単位、パラグラフ単位、文単位、単語単位でやってあげる。

◇抑揚

抑揚とは緩急を付けてあげるとのこと。声もそうだし、ジェスチャーも表情もそう。800語ずつと一定では聴きにくい。オーディエンスに聴きやすくするために抑揚を付けてあげる。そのためには、その段落、その一文、その単語がどういう意味を持った文章なのかということに改めて考えてあげる。そして大事なところと補助的なところを明確にしていて、大事なところにだけ注視してあげる。基本的に外国語では動詞が最も大事だとされている。だから動詞にストレスを置いてあげる。逆に副詞や助動詞、接続詞の重要度は低い。だからそういうところはさらっと言ってあげる。同じように名詞節なのか副詞節なのかで強調する度合いも変わってくる。大事なところが大事だとわかるように、補助的なところが補助的だとわかるようにしてあげる。それが抑揚。

◇発音

発音はリエゾンをマスターすることと、語尾を上げないことを意識してあげる。RだのLだのは徐々にできるようになってくる。それよりもウォーターをワダーと言えるか？メイクアポーズをメーカーポーズと言えるかが大切。リエゾンについてはきちんと調べてほしい。語尾のtやd、pやb等の破裂音は消える。母音に挟まれた子音は音が変わる等。またそれが単語レベルだけではなく、文章レベルで起こる。butはバツ だし stoppedはストップっうになる。また all about my mother はオーラバイトマイマザー になる。

日本人は語尾を上げる癖がある。however↑みたいに。そうじゃなくて全部下げる。徹底的に全単語、全文下げる。唯一質問の時だけ語尾を上げていい。とにかく徹底的に下げる。それが英語の発音への近道。this weekend ディス↑ウィークエンド じゃなくてディス↓ウィークエンド↓ が正解。

【QA】

QAはPREPを使って答える。TOEICのリスニング問題と一緒にジャッジさんの質問がまず5W1Hのどれで聞かれているのかをきちんと把握する。そのうえでQAに対しての第一声はその質問への解答にする。例え話とかリーズニングから始めない。YES NOクエスチョンならばまずYESかNOを答えてあげる。それがPREPのPになる。そしてそれがなぜYESなのかの理由と具体例を出してあげる。So だから 最初のPということになるんですよ。と言ってあげる。

【メモライズ】

メモライズは礼儀。メモライズをやらないでジョイント大会に出るのは、めっちゃ大変な就活中に時間を作ってやってきてくれたジャッジさんに失礼な行為。10回のプレストより1回の完璧なメモライズ。それがその日賞を取れるかを決める。確かにプレストは100回200回やってほしい。だけどメモライズは伝えるということが意義であるスピーチにおいては最も基礎であり大切なこと。よくアイコンタクトってどうやりますか？とかジェスチャーってどうしたらいいですか？とかって聞かれるけど、そういうのはメモライズが完璧なら自然にできる。自信を持って伝えることができれば、当日の目力から伝わる熱意はジャッジさんにだって遠くのオーディエンスにだって届く。メモライズが完璧なら自然にここは絶対に伝えたいと思えているはず。だからその大切なパートに対して力強くジェスチャーをすることができる。メモライズはメイクアップと一緒に、自分の伝えたい

メッセージやスピーチを華麗にしてくれる。見ていて素敵に感じさせてくれる。だからメモライズは礼儀。

【よいチーフになるための条件】

よいチーフになるためにはどうしたらいいのか。スピーチがうまいことが大切なのか？ 渉外がうまくてネゴの経験がある人が重宝するのか？ いろんな要素が必要だけど、どっちみちどんな人がチーフになったとしてもやることはみんな同じで、セクション員を本当に大切に思うこと。その上でどうやったらセクション員が最高に楽しくスピーチを続けられるか？ そういうことを毎日真剣に考えて、自問自答しているか？ そういう人がチーフになるべきだと思う。環境を作る。よいチーフというのはセクション員全員を勝たせてあげられるような人。自分だけが優勝することを考えているのではなくて、それぞれの弱み強みを正確に把握して、その人がその会で生き生きと活動ができるように仕事を割り振ってあげられる人。会員が毎日、満足して、ワクワクしながら毎回のプレパやセクションに参加できるような仕組みを作っているか。スピーチを教えるのはそれからでいい。楽しいと思える環境で、自分が活着していると感じられる環境で、人は頑張ろう！ という気持ちに自然となるものです。小手先の知識をひきらかしてマウントを取るのではなくて、全員が気持ちよく、勝利に近づけるように毎日ひたむきに工夫しようと思っていること。その思いは形にならなくてもセクション員は見ていてくれる。気づいてくれる。そうなると会はまとまって行って全員がいい方向に進んでいくことができる。進化、革新が自然に起きていく。そういうチーフマインドを全員が持ってほしい。