No. 373

英検（2級・準1級・1級） ULTIMATE CHEAT SHEET

英検1級 リスニング超絶チートシート（Part1〜4・インタビュー）

1級のLは約35分・27問を1回だけの放送で。全部は覚えられない前提で、先読み・メモ・言い換えの見抜き方を4つのPartごとに1枚に。

Web版はこちら

ここだけ3行

1. メモは文で書かない。記号と名詞だけ、質問の数だけ欄を作る
2. 説明文は「かつての説→しかし→新しい知見」の後半が狙われる
3. インタビューは聞き手の質問が見出し。答えの本音は後半に

◆ 形式（約35分・全27問）

Part	内容	問題数	冊子にあるもの
1	会話	10問（No.1〜10）	選択肢だけ
2	説明文 A〜E（各2問）	10問（No.11〜20）	選択肢だけ
3	Real-Life（アナウンスなど）	5問（No.21〜25）	Situation・質問・選択肢
4	インタビュー	2問（No.26〜27）	選択肢だけ

全Part共通のルール

放送は**すべて1回だけ**、解答時間は各**10秒**。Real-Lifeは放送の前にSituationと質問を読む時間が10秒ある。準備時間中・テスト中に教室の外に出ると戻って受けられない。問題冊子にはメモしてよい。

1級は「覚える」から「書き留める」へ

準1級までは、先読みして聞けば頭の中で答えを保てた。1級は説明文もインタビューも長く、情報量が多い。**全部を記憶する前提を捨てる**ことが1級の第一歩。**2問ぶんの選択肢を先に読み、聞きながら「答えになりそうな所」だけを記号でメモ** すれば、10秒で選べる。

◆ メモの取り方：5つの原則 5

☐ **1 文で書かない**

書いている間に次の文が流れる。名詞・数字・記号だけを書く。動詞は矢印で代用する。

☐ **2 問題の数だけ欄を作る**

Part2は1本2問、Part4は2問。先読みの時に選択肢の横を2つに区切り、聞いた内容をどちらの問題用かで振り分ける。

☐ **3 選択肢に直接〇×**

先読みした選択肢の語が放送と合ったら〇、矛盾したら×を、その場でつける。メモより速い。

☐ **4 「誰が」を必ず書く**

研究者・批判者・インタビューの相手など、意見の持ち主をイニシャルで書く。1級の誤答は主語のすり替えが多い。

☐ **5 迷ったら最後の数字・結論**

途中で変わる数字・予定は、最後に決まったものに下線を引き直す。

◆ メモで使う記号

記号	意味	例
↑ ↓	増えた・良くなった／減った・悪くなった	cost ↑
→	原因→結果、変化	rain → crop ↓
×	否定・できない・誤り	theory ×
≠	対立・違う	R ≠ critics
?	未確認・仮説（may / might）	link ?
∴	結論	∴ policy change
ex	具体例	ex Kenya
R / C	研究者／批判する人	R: sleep ↑ memory

◆ Part1（会話）の鉄則 4

☐ **1 本音は遠回しに言われる**

1級の会話は職場・家庭の込み入ったやりとり。I wouldn't rule it out.（ありうる）のような言い方を、自分で「つまり〜」と訳し直す。

☐ **2 決定事項は最後の往復**

長い相談の末、最後に So we'll 〜 / I guess I'll 〜 で決まる。前半の案は誤答のエサ。

☐ **3 皮肉・反語に注意**

That went well. を不満げに言えば「失敗した」。言葉と口調が逆の時は口調を信じる。

☐ **4 推論型の質問に注意**

What does the man imply? / What can be inferred? は、言った語そのものではなく、そこから分かる内容が答え。聞こえた語がそのまま入った選択肢は疑う。

◆ Part2（説明文）の鉄則 4

☐ **1 8つの選択肢でテーマを予想**

1本に2問。放送前に2問ぶんの選択肢を読み、共通する語（species / ancient / policy など）から分野を決める。

☐ **2 通説→However→新知見**

Scientists long believed 〜. However, new evidence suggests 〜. の対比は頻出。後半が問われやすいが前半も問われうるので、両方を区別してメモ。

☐ **3 2問目は後半、特に最後**
2問目は後半から出ることが多い。最後の文の implications / remains unclear も問われやすい。

☐ **4 確かさの度合いを聞く**
found(わかった)と suggest / may(示唆)を区別。選択肢で prove / always に強められていたら誤り。

◆ Part2で聞き取れないと痛い学術語 15

知らない語は音で聞いても意味にならない。説明文の定番分野の語を、強く読む所ごと覚える。

語	意味	メモ
☐ **hypothesis**	仮説	poth を強く。複数形 hypotheses
☐ **specimen**	標本・見本	spec を強く読む
☐ **excavation**	発掘	考古学の定番。動詞 excavate
☐ **archaeologist**	考古学者	ol を強く読む
☐ **artifact**	人工遺物	英では artefact とも書く
☐ **sediment**	堆積物	地質・海洋の話で
☐ **erosion**	浸食	soil erosion(土壌の浸食)
☐ **pathogen**	病原体	path を強く。病気を起こすウイルス・細菌などの総称
☐ **clinical trial**	臨床試験	薬・治療の研究で
☐ **placebo**	偽薬	ce を強く。placebo effect
☐ **cognitive**	認知の	cognitive decline(認知機能の低下)
☐ **predator / prey**	捕食者／えじき	生態系の話の主役
☐ **habitat**	生息地	habitat loss(生息地の喪失)
☐ **drought**	干ばつ	発音は「ドラウト」
☐ **irrigation**	灌漑	古代文明・農業の話で

◆ Part3(Real-Life):10秒の使い方 4

① **Situationの条件に下線**
予算・時間・持ち物・すでにしたこと・家族の条件。1級は条件が複数重なることも多い。

② **Questionの動詞を見る**
What should you do first? なら最初の一歩。What should you do? なら Situation と放送に照らして取るべき行動。first の有無で答えが変わりうる。

③ **放送の枝を1本だけ追う**
If you ～, … / For those who ～, … と枝分かれする。自分の条件に合う枝が来るまで、ほかの枝は聞き流す。

④ **正解は言い換えて並ぶ**
放送の具体的な指示が、選択肢では Contact the main office. のように抽象化される。行動の中身で照合する。

◆ Part4(インタビュー)の聞き方 4

☐ **1 聞き手の質問が見出し**
インタビューは聞き手の質問で区切られて進む。質問が聞こえたら、メモに線を引いて次の段落を始める。

☐ **2 2問の選択肢で担当を分ける**
先読みで1問目は前半(経歴・きっかけ・仕事の中身)、2問目は後半(課題・今後・助言)と予想して、聞く場所を分けておく。

☐ **3 本音は but / actually の後**
相手は最初に一般論を話し、But what I've found is ～ で自分の考えを言う。答えはその後にあることが多い。

☐ **4 事実と意見を分ける**
What does the guest say about ～? はゲストが述べた内容を問う。経歴などの事実と、相手の考え(I think / I believe)をメモで区別し、選択肢でどちらが対象か見る。

◆ 言い換え変換表:1級の会話・説明文 12

放送	選択肢の言い方	意味
☐ **It's a long shot.**	It is unlikely to succeed.	望み薄
☐ **Let's not jump the gun.**	The speakers should not act too soon.	早まるな
☐ **It's been put on the back burner.**	It is no longer a priority.	後回し
☐ **She was passed over for promotion.**	She was not promoted.	昇進を逃した
☐ **The figures don't add up.**	The data is inconsistent.	数字が合わない
☐ **We'll have to cut our losses.**	They should quit to avoid further losses.	損切り
☐ **He has a lot on his plate.**	He has many responsibilities.	手一杯
☐ **I'd take that with a grain of salt.**	The speaker doubts the information.	話半分に聞く
☐ **The jury is still out.**	No conclusion has been reached.	結論はまだ
☐ **It never really caught on.**	It did not become popular.	流行らなかった
☐ **I wouldn't rule it out.**	It is still possible.	可能性はある
☐ **That's water under the bridge.**	It no longer matters.	過ぎたこと

◆ 誤答の作られ方 6

☐ ✕ ~~放送の難しい語が入っているだけで選ぶ~~
○ **内容全体が放送と合う選択肢を選ぶ**
音の一致は1級でも誤答の定番

☐ ✕ ~~通説と新しい知見を取り違える~~
○ **However の前後を区別してメモし、問われた方を答える**
くつがえされる前の説がエサになりやすい

☐ ✕ ~~may / suggest を断定で言い換えた選択肢~~
○ **確かさの度合いまで一致する選択肢**
言い過ぎは典型的な誤答

☐ ✕ ~~インタビューの聞き手の意見を選ぶ~~
○ **ゲストの意見かを確かめる**
話し手のすり替え

☐ ✕ ~~Real-Lifeで条件を1つだけ満たす行動~~
○ **すべての条件を満たす行動**
条件の一部だけ合う選択肢が混ざる

☐ ✕ ~~皮肉を言葉どおりに受け取る~~
○ **口調と文脈で本音を判断**
言葉と意図が逆のことがある

なぜメモで聞き取りが楽になる？

聞いた言葉を一時的に保つ「音韻ループ」は、容量の小さい頭の作業台（ワーキングメモリ）の一部だ（Baddeley & Hitch 1974）。長い説明文を全部覚えようとすると、作業台があふれて次の文の理解まで落ちる。要点を記号で紙に逃がせば、作業台を「今聞いている文の理解」に使える。

● 確認テスト

1 1級リスニングPart4の問題数は？

a 2問　b 5問　c 4問　d 10問

2 放送 The jury is still out on the new drug. の言い換えは？

a The jury approved it.　b The trial has ended.
c The drug was banned.　d No conclusion has been reached.

3 メモで研究者の仮説（may）を表す記号として本シートで勧めたのは？

a ex　b ?　c ∴　d ↑

4 It's a long shot. の意味は？

a 望み薄だ　b 長い射程だ　c 時間がかかる　d 確実だ

5 Real-Lifeで What should you do first? と聞かれた。答えは？

a 最初にすべき一歩　b 一番早く終わる方法　c 一番安い方法
d 最終的な目的

● 音声で仕上げる

英検リスニング直前ドリルくん
本番そっくりの予想問題で、先読みとメモを体に入れる。
haradaeigo.com/eiken-listening/

英検10日合格くん
受験日から逆算して毎日の分量を示す、音声つき対策アプリ。
haradaeigo.com/eiken-10days/

● 解答

1 2問 インタビュー1本に2問
2 No conclusion has been reached. まだ結論が出ていない
3 ? 未確認は ? で区別
4 望み薄だ 当たる見込みの低い一発
5 最初にすべき一歩 first の有無で答えが変わる

参考資料 日本英語検定協会：1級 試験内容

もっと無料で学ぶなら
原田英語.com
究極の英単語帳（PDF印刷）・共テ単 キョウテタン・共通テスト満点チートシート・英文法大全・英作文超絶採点くん・時事英語ナビ…
受験に役立つ無料の英語アプリと、約2,800本の記事。
原田英語.com
ほかのチートシート（全439本・無料）