No. 399

推薦・総合型選抜 ULTIMATE CHEAT SHEET

英語の自己紹介・志望理由の型と例文

30秒・1分の自己紹介と志望理由を「型＋差し替え例文」で。空欄を自分の話に替えるだけで、面接で使える原稿になる。

Web版はこちら

ここだけ3行

1. 自己紹介は「名前→所属→キーワード→具体例→一言」の5文
2. 志望理由は「きっかけ→学びたい問い→この大学だけの理由→将来」
3. 30秒は約60〜70語。原稿は書き言葉にせず、短い文で切る

◆ 長さの目安（ゆっくり話す場合）

語数は目安。面接官に聞き取りやすい、やや遅めの速さで計算

長さ	語数の目安	文の数	入れる中身
30秒	60〜70語	5〜6文	名前・所属・キーワード1つ＋具体例1つ
1分	120〜140語	9〜11文	30秒版＋志望分野・大学で学びたいこと
2分	250語前後	18〜20文	1分版＋エピソードの詳細・将来の目標

◆ 30秒自己紹介の5文の型 5

① 名前と所属
My name is ＿＿＿. I'm a third-year student at ＿＿＿ High School. あいさつ Good morning. を先に入れてよい。

② 自分を表すキーワード
I'm the kind of person who ＿＿＿. ／ One word that describes me is ＿＿＿. 抽象語は1つだけに絞る。

③ キーワードの証拠
For example, ＿＿＿. 部活・探究・ボランティアから、数字か固有名詞の入った具体例を1つ。

④ そこから学んだこと
Through this experience, I learned ＿＿＿. 経験談で終わらせず、学びに変える。

⑤ 締めの一言
I'm looking forward to talking with you today. 志望理由へつなぐなら I'd like to study ＿＿＿ at this university.

30秒の例（約65語）

Good morning. My name is Aoi Tanaka, and I'm a third-year student at Minami High School. I'm the kind of person who never gives up. For example, I practiced the trumpet every morning for three years and became the band leader. Through this experience, I learned that small efforts add up. Today, I'd like to tell you why I want to study education here.

◆ 差し替えて使える自己紹介の文 8

＿＿＿ に自分の話を入れる。文法と語の組み合わせはそのまま使える

- ☐ **I'm a third-year student at ＿＿＿ High School.** … ＿＿＿高校の3年生だ。
  I'm in the third grade とは言わない。in my third year of high school も可
- ☐ **I'm the kind of person who ＿＿＿.** … 私は〜するタイプの人間だ。
  who の後は動詞の現在形（likes, enjoys, never gives up）
  I'm the kind of person who enjoys solving problems.
- ☐ **People often tell me that I'm ＿＿＿.** … よく〜だと言われる。
  自分で褒めるより客観的に聞こえる
  People often tell me that I'm a good listener.
- ☐ **I've been ＿＿＿ing for ＿＿＿ years.** … 〜年間〜し続けている。
  現在完了進行形で「今も続けている」を示す
  I've been learning the piano for ten years.
- ☐ **I served as ＿＿＿ of ＿＿＿.** … 〜の〜を務めた。
  役職は captain / leader / president / vice president など
  I served as captain of the soccer team.
- ☐ **What I enjoy most is ＿＿＿ing.** … いちばん好きなのは〜することだ。
  強調構文の代わりの What 〜 is。My hobby is 〜 より自然
  What I enjoy most is talking with people from other countries.
- ☐ **Through this experience, I learned ＿＿＿.** … この経験を通して〜を学んだ。
  learned that S V か learned how to 〜 を続ける
  Through this experience, I learned how to work as a team.
- ☐ **I'm looking forward to talking with you today.** … 今日はお話しできるのを楽しみにしている。
  look forward to の to は前置詞→ ing 形

◆ 志望理由の4ステップ 4

① きっかけの体験
I became interested in ＿＿＿ when I ＿＿＿. 本・ニュース・身近な出来事。具体的な場面を1つ。

② 学びたい問い
I want to study how / why ＿＿＿. 分野名だけでなく「問い」の形にすると、学ぶ目的がはっきりする。

③ この大学だけの理由
Your university offers ＿＿＿, which I can't find anywhere else. 授業・ゼミ・留学制度・研究室など、調べた事実を1つ。

④ 将来の目標
In the future, I hope to ＿＿＿. 大学での学びがどう将来につながるかで締める。

志望理由の例(1分弱・約115語)

I became interested in food waste when I worked part-time at a supermarket. I saw how much food was thrown away every night. Since then, I have wanted to study how cities can reduce waste through better systems, not just personal effort. Your university offers a seminar where students work with local governments on real environmental projects. I believe **this hands-on experience is something I can't find anywhere else**. I'd also like to join the exchange program in Sweden to learn from its recycling policies. In the future, I hope to work for a local government. I want to design a system that connects stores with food banks. That's why I want to study at this university.

◆ 志望理由を強くする文 6

- ☐ **I became interested in ＿＿ when I ＿＿.** … ～した時に～に興味を持った。
  became(なった)で「きっかけ」を示す。I'm interested in ～ だけより具体的
- ☐ **Since then, I have wanted to ＿＿.** … それ以来、～したいと思ってきた。
  現在完了で、関心が今まで続いていることを示す
- ☐ **Your university offers ＿＿.** … 貴学には～がある。
  has より offers が「学生に提供する」感じで自然
- ☐ **This is exactly what I want to learn.** … これこそ私が学びたいことだ。
  exactly で「ぴったり」を強調
- ☐ **That's why I want to study at this university.** … だから貴学で学びたい。
  That's why ～=「それが～の理由」。締めの定番
- ☐ **In the future, I hope to ＿＿.** … 将来は～したい。
  hope to ～ は控えめで前向き。dream より具体的な目標を

◆ 言いがちな不自然な英語 6

- ☐ ✕ ~~My hobby is listening to music.~~
  ○ **I enjoy listening to music in my free time.**
  誤りではないが、会話では I enjoy ～ の方が自然に響くことが多い
- ☐ ✕ ~~I belong to the tennis club.~~
  ○ **I'm in the tennis club.／I'm a member of the tennis club.**
  belong to も通じるが、会話では be in が普通
- ☐ ✕ ~~I want to go to your university.~~
  ○ **I want to study at your university.**
  go to も通じるが、study at の方が学ぶ目的がはっきりする
- ☐ ✕ ~~Your university is famous, so I want to enter.~~
  ○ **Your university offers a program in ＿＿, so I want to study here.**
  有名だから、はどの大学にも言える。enter だけで目的語を切らない
- ☐ ✕ ~~I want to be an English teacher because I like English.~~
  ○ **I want to be an English teacher because I want to help students enjoy English.**
  「好きだから」だけでは弱い。誰のために何をしたいかを言う
- ☐ ✕ ~~Nice to meet you.(だけで自己紹介を終える)~~
  ○ **That's all. Thank you for listening.**
  終わりの合図をはっきり言うと、面接官が次の質問に移りやすい

◆ 原稿は「話す英語」に直す 4

- ☐ **1 1文15語前後が目安**
  書いた原稿は長い文になりがち。and でつなぐより、文を切る方が聞き取りやすく、暗唱も楽。
- ☐ **2 難しい単語を避ける**
  自分が正しく発音できない語は使わない。聞き返された時に説明できる語だけで作る。
- ☐ **3 数字と固有名詞を入れる**
  three years, twenty members, a seminar in Sweden など。具体的な情報は覚えてもらいやすい。
- ☐ **4 キーワードだけ暗記**
  全文暗記は、1語忘れると止まる。各文の最初の数語だけ覚え、残りはその場で組み立てる。

練習の仕上げ

スマホで録音してタイムを測る。30秒版が40秒を超えたら文を削る。**志望理由は大学ごとに作り直す**(大学名を変えただけの使い回しは、面接官にすぐ見抜かれる)。授業名・制度名は大学の公式サイトで正しい英語名を確認する。

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)