No. 159

語彙・語法 ULTIMATE CHEAT SHEET

人の性格・感情を表す形容詞60（心情把握の必須語）

物語文の心情問題は「登場人物の気持ちを表す形容詞」の勝負。60語を＋／−と強さで整理する。

Web版はこちら

ここだけ3行

1. 心情問題はまず＋か−か、次に強さ（annoyed＜furious）
2. 物語は気持ちの変化が設問：anxious → relieved が王道
3. ashamed は自分の行いを恥じる、embarrassed は人前の気まずさ

心情問題は「＋／−」→「強さ」→「原因」

選択肢の形容詞は、まず**プラスかマイナスか**で半分に絞れる。次に**強さ**：annoyed（イラッ）＜ angry ＜ furious（激怒）。最後に**原因**：同じ「恥ずかしい」でも、悪いことをした恥は ashamed、人前で転んだ気まずさは embarrassed。物語文では **気持ちが「変わった瞬間」が設問になる** ので、前後の形容詞をセットで読む。

◆ ① ほっ・うれしい（プラスの感情） 12

語	意味	派生・注意
☐ **relieved**	ほっとした	名 relief／to my relief ほっとしたことに
☐ **grateful**	(to 人 for 事)感謝している	＝thankful。名 gratitude
☐ **delighted**	(とても)喜んで	be delighted to do 喜んで〜する
☐ **thrilled**	わくわくして・大喜びで	excited より強い
☐ **content**	(with)満足して	発音 contént（名詞「中身」は cóntent）
☐ **proud**	(of)誇りに思う	名 pride。※悪い意味で「高慢な」も
☐ **moved**	感動して	≒ touched（心を打たれた）
☐ **amused**	面白がって	amusing 面白い（人を楽しませる）
☐ **hopeful**	希望をもって	be hopeful about the future
☐ **eager**	(to do)しきりに〜したがって	be eager for success
☐ **at ease**	くつろいで・安心して	ill at ease 落ち着かない
☐ **confident**	自信のある・確信して	名 confidence

◆ ② 不安・悲しみ・怒り（マイナスの感情） 18

語	意味	派生・注意
☐ **anxious**	(about)心配して	anxious to do は「ぜひ〜したい」
☐ **nervous**	緊張して・そわそわして	本番前の緊張。nervous system 神経系
☐ **frustrated**	(思いどおりにならず)イライラして	名 frustration
☐ **upset**	動揺して・腹を立てて・悲しんで	怒り・悲しみ・動揺をまとめた語
☐ **disappointed**	(in／with／at)がっかりして	名 disappointment
☐ **embarrassed**	(人前で)恥ずかしい・気まずい	rr と ss を重ねる
☐ **ashamed**	(of)(悪いことを)恥じて	名 shame。名詞の前に置かない
☐ **guilty**	罪悪感のある・有罪の	feel guilty about 〜
☐ **jealous**	(of)嫉妬して・うらやんで	名 jealousy
☐ **lonely**	(ひとりで)さびしい	alone は主に「ひとりで」という状態
☐ **miserable**	みじめな・とても不幸な	名 misery
☐ **annoyed**	イラッとして	annoying うっとうしい
☐ **furious**	激怒して	名 fury。angry よりずっと強い
☐ **puzzled**	(わけがわからず)困惑して	≒ confused／bewildered（強）
☐ **terrified**	おびえきって	scared ≒ frightened ＜ terrified
☐ **desperate**	必死の・絶望的な	be desperate for help
☐ **homesick**	ホームシックの	feel homesick
☐ **heartbroken**	悲しみに打ちひしがれた	失恋・死別など

◆ ③ 迷い・決意（心の動き） 8

語	意味	派生・注意
☐ **hesitant**	ためらって	動 hesitate。be hesitant to do
☐ **determined**	(to do)固く決心して	名 determination（決意）
☐ **torn**	(between)板ばさみで	be torn between A and B
☐ **curious**	好奇心のある・知りたがる	名 curiosity
☐ **overwhelmed**	圧倒されて・いっぱいいっぱいで	be overwhelmed with work
☐ **self-conscious**	人目を気にして	「自意識が高い」ではなく恥ずかしがる
☐ **resentful**	(不当な扱いに)憤って	名 resentment（恨み）
☐ **regretful**	後悔している	regrettable は「残念な（出来事）」

◆ ④ 性格を表す形容詞 22

語	意味	派生・注意
☐ **stubborn**	頑固な	−。同じ粘り強さでも determined は＋
☐ **modest**	謙虚な・控えめな	量に使うと「ほどほどの」
☐ **arrogant**	傲慢な	名 arrogance
☐ **outgoing**	外向的な・社交的な	≒ sociable。反 shy／reserved
☐ **reserved**	控えめな・打ち解けない	※「予約済みの」も
☐ **thoughtful**	思いやりのある・考え深い	≒ considerate
☐ **selfish**	自分勝手な	反 selfless 無私の

☐ **sincere**	誠実な・心からの	副 sincerely(手紙の結び)
☐ **frank**	率直な	to be frank 率直に言うと
☐ **timid**	臆病な・内気な	shy より「怖がり」
☐ **ambitious**	野心的な・意欲的な	名 ambition
☐ **easygoing**	のんびりした・おおらかな	＋の語。lazy(怠惰な)は−
☐ **punctual**	時間に正確な	be punctual for ～
☐ **stingy**	けちな	−。thrifty(倹約家の)は＋
☐ **greedy**	欲張りな	名 greed
☐ **loyal**	忠実な・誠実な	名 loyalty
☐ **strict**	厳しい	be strict with 人
☐ **outspoken**	遠慮なく意見を言う	＋にも−にも使う
☐ **witty**	機知に富んだ	名 wit
☐ **sentimental**	感傷的な・感情に流されやすい	※「センチメンタル」と同じ
☐ **introverted**	内向的な	名 introvert。反 extroverted
☐ **competitive**	負けず嫌いの・競争の	競争力のある(商品)も

◆ セットで覚える：紛らわしい気持ち 4

☐ **embarrassed** vs **ashamed**
人前で恥ずかしい / 悪いことを恥じる
転んだら embarrassed、嘘がばれたら ashamed

☐ **nervous** vs **anxious**
緊張して / (先のことが)心配で
面接直前は nervous、結果待ちは anxious

☐ **jealous** vs **envious**
嫉妬して / うらやんで
jealous には「奪われる不安」の意味もある

☐ **lonely** vs **alone**
さびしい / ひとりで
alone でも楽しければ lonely ではない

◆ -ed と -ing を取り違えない 3

☐ ✕ ~~I was very boring during the lecture.~~
○ I was very bored during the lecture.
-ed は「(人が)～させられた」気持ち。boring だと自分が退屈な人

☐ ✕ ~~The news was surprised.~~
○ The news was surprising.
-ing は「(物が)～させる」。ニュースが驚かせる側

☐ ✕ ~~She felt shameful of her lie.~~
○ She felt ashamed of her lie.
shameful は「(行為が)恥ずべき」。人の気持ちは ashamed

◆ 心情の変化を読む

1 When the doctor said the test results were normal, Ken let out a deep breath. He felt ＿＿.
a guilty b furious c relieved d jealous

2 Mia had broken her sister's watch and hidden it. Every time she saw her sister, she felt ＿＿.
a content b proud c amused d guilty

3 Tom wanted to join the trip, but he also wanted to study for the exam. He was ＿＿.
a stubborn b torn c thrilled d punctual

4 My grandfather refuses to use a smartphone, no matter what we say. He is very ＿＿.
a stubborn b witty c timid d modest

5 Lisa tripped on the stage in front of the whole school. Her face turned red; she was so ＿＿.
a ashamed b embarrassed c resentful d eager

◆ 解答

1 relieved 深いため息＋良い知らせ＝ほっとした
2 guilty 隠し事＝罪悪感
3 torn 2つの間で板ばさみ＝torn
4 stubborn 何を言っても聞かない＝頑固
5 embarrassed 人前の失敗は embarrassed

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)