No. 170

同義語シソーラスBEST100グループ（important＝crucial・vital・essential…）

同じ意味の語を「強さ・硬さ・組む語」で使い分ける100グループ。英作文の語彙を一段上げ、長文の言い換えも一瞬で見抜く。

Web版はこちら

ここだけ3行

1. 同義語は同じではない：強さ・フォーマル度・組む語で選ぶ
2. 長文は言い換えの連続：important→crucial→vital と追いかける
3. 英作文は同じ語の繰り返しを避け、一段フォーマルな語に替える

同義語は「3つのものさし」で使い分ける

①強さ：important（重要）＜crucial（決定的に重要）。②硬さ（フォーマル度）：start＜begin＜commence。③組む語：rapid growth・swift action・fast car のように相棒が決まりやすい。**英作文では「繰り返しを避けて1段硬い語」、長文では「言い換えで同じものを指している」**と読む。

◆ ① 形容詞：評価・程度・気持ち 25

意味	同義語	ニュアンスの違い
☐ 重要な	important／significant／crucial／vital／essential	significant 影響が大きい。crucial 成否を分ける。vital・essential 不可欠
☐ 大きい	big／large／huge／enormous／vast	big 口語、large 数量に。huge・enormous 巨大。vast 広さ・量が果てしない
☐ 小さい	small／little／tiny／minute	little は「小さくてかわいい」感情も。tiny とても小さい。minute[mainjú:t] 微小な
☐ 難しい	difficult／hard／tough／challenging／demanding	hard・tough は口語的。challenging はやりがいの含み。demanding 労力を要する
☐ 簡単な	easy／simple／straightforward／effortless	simple 構造が単純。straightforward 手順が明快。effortless 楽々に見える
☐ 明らかな	clear／obvious／evident／apparent	obvious 誰が見ても。evident 証拠から（書き言葉）。apparent は「一見～らしい」も
☐ 正確な	correct／right／accurate／precise	correct 誤りがない。accurate 事実・数値に忠実。precise 細部まで厳密
☐ 十分な	enough／sufficient／adequate／ample	sufficient は硬い。adequate「まあ足りる」程度も。ample 有り余るほど
☐ 必要な	necessary／essential／indispensable／required	essential・indispensable ないと成り立たない。required 規則で求められる
☐ 有名な	famous／well-known／renowned／notorious	renowned 高く評価されて（書き言葉）。notorious 悪名高い（マイナス）
☐ 奇妙な	strange／odd／weird／peculiar／bizarre	odd・weird は口語的。peculiar 独特で妙。bizarre ひどく奇怪
☐ 普通の	ordinary／common／usual／typical／average	ordinary 特別でない。usual いつもの。typical 典型的。average 平均的
☐ 珍しい	rare／unusual／uncommon／exceptional	rare 数が少ない。unusual 普通と違う。exceptional 並外れた（プラス）
☐ 危険な	dangerous／risky／hazardous／perilous	risky 損をする恐れ。hazardous 健康・安全に有害。perilous は文語
☐ 美しい	beautiful／pretty／lovely／gorgeous／attractive	pretty かわいらしい。gorgeous 口語で非常に美しい。attractive 魅力的
☐ 賢い	clever／smart／intelligent／wise／bright	intelligent 知能が高い。wise 経験による賢明さ。clever 機転。bright 利発な
☐ 恐ろしい	scary／frightening／terrifying／horrifying	scary 口語。terrifying 震えるほど。horrifying ぞっとする・衝撃的
☐ 怒った	angry／annoyed／irritated／furious	annoyed・irritated は「イラッ」程度。furious は激怒
☐ うれしい	happy／glad／pleased／delighted／thrilled	glad は名詞の前に置かない。delighted 大喜び。thrilled 興奮するほど
☐ 悲しい	sad／unhappy／depressed／miserable／heartbroken	depressed 落ち込んだ。miserable みじめな。heartbroken 悲嘆に暮れた
☐ 疲れた	tired／exhausted／worn out／weary	exhausted・worn out へとへと。weary はやや文語（weary of＝うんざり）
☐ 驚いた	surprised／amazed／astonished／shocked／stunned	amazed・astonished 強い驚き。shocked 悪い驚き。stunned 呆然
☐ 高価な	expensive／costly／pricey／high-priced	costly 犠牲が大きい（a costly mistake）も。pricey 口語。valuable は「価値がある」で別
☐ 速い	fast／quick／rapid／swift	fast 速度。quick 時間が短い。rapid 変化が急（rapid growth）。swift action

☐ 古い	old／ancient／antique／outdated／obsolete	ancient 古代の。antique 骨董の。outdated 時代遅れ。obsolete 廃れた

◆ ② 動詞：変化・増減 15

意味	同義語	ニュアンスの違い
☐ 増える	increase／rise／grow／soar／surge	rise 自動詞。grow 徐々に。soar 急上昇。surge 一気に急増
☐ 減る	decrease／decline／drop／fall／plummet	decline 減少・衰退（やや硬い）。drop・fall 一般的。plummet 急落
☐ 変える	change／alter／modify／transform／adjust	alter 性質・形を変える。modify 一部を修正。transform 一変。adjust 微調整
☐ 改善する	improve／enhance／upgrade／refine	enhance 良いものをさらに高める。upgrade 性能を上げる。refine 洗練
☐ 悪化する	worsen／deteriorate／decline／degenerate	deteriorate 徐々に（書き言葉）。degenerate 堕落・退化する
☐ 広がる	spread／expand／extend／circulate	spread うわさ・病気が拡散。expand 規模。extend 長さ・期間。circulate 循環
☐ 始める	begin／start／launch／initiate／commence	launch 事業・製品を立ち上げる。initiate 着手（硬い）。commence 最も硬い
☐ 終える	end／finish／complete／conclude／terminate	complete 完成させる。conclude 締めくくる。terminate 契約を打ち切る
☐ やめる・止める	stop／quit／cease／halt／suspend	quit 口語。cease 硬い。halt 急停止。suspend 一時停止
☐ 続ける	continue／keep／maintain／persist／sustain	maintain 状態を保つ。persist 困難にめげず。sustain 長く持続させる
☐ 壊す	break／destroy／damage／ruin／demolish	destroy 完全に。damage 一部を損傷。ruin 台無し。demolish 建物を取り壊す
☐ 減らす	reduce／cut／lower／diminish／minimize	cut 口語・大幅に。lower 水準を下げる。diminish 価値を減じる。minimize 最小に
☐ 増やす	increase／raise／boost／expand	raise 金額・水準を上げる。boost 押し上げる（報道で多い）。expand 規模を拡大
☐ 集める	collect／gather／assemble／accumulate	collect 選んで集める。gather 寄せ集める。assemble 一か所に集める（組み立てるも）。accumulate たまる
☐ 消える	disappear／vanish／fade／die out	vanish 突然完全に。fade 徐々に薄れる。die out 絶滅・廃れる

◆ ③ 動詞：考える・示す・言う 15

意味	同義語	ニュアンスの違い
☐ 考える	think／consider／believe／suppose／assume	consider よく考える。suppose 控えめな推測。assume 確かめずに前提にする
☐ 示す	show／indicate／demonstrate／reveal／suggest	indicate 指し示す。demonstrate 証拠で論証。reveal 隠れたものを明かす。suggest 示唆
☐ 言う	say／state／claim／mention／remark	state 明確に述べる（硬い）。claim 真偽不明の主張。mention 軽く触れる
☐ 主張する	argue／claim／insist／maintain／assert	argue 理由を挙げて。insist 反対されても。maintain 一貫して。assert 断言
☐ 説明する	explain／describe／clarify／illustrate	describe 様子を描写。clarify あいまいな点を明確に。illustrate 例で示す
☐ 理解する	understand／grasp／comprehend／figure out	grasp 要点をつかむ。comprehend 難しいものを（硬い）。figure out 口語で解く
☐ 知る・気づく	learn／find out／discover／notice／realize	learn 情報を得る。find out 調べて。discover 未知のものを発見。notice 五感で。realize 悟る
☐ 予想する	predict／expect／forecast／anticipate	predict 根拠から予測。forecast 天気・経済。anticipate 予期する（先回りして備えるも）
☐ 比べる	compare／contrast／weigh	compare 共通点も相違点も。contrast 違いを際立たせる。weigh 比較検討
☐ 選ぶ	choose／select／pick／opt for／elect	select 慎重に選び出す。pick 口語。opt for 選択肢から。elect 選挙で
☐ 疑う	doubt／suspect／question	doubt「～ではない」と思う⇔suspect「～だろう」と思う。question 異議
☐ 調べる	examine／investigate／inspect／explore／look into	investigate 原因・事件を。inspect 点検。explore 探る。look into 口語
☐ 認める	admit／acknowledge／recognize／concede	admit 不都合な事実・非を。acknowledge 事実と認める（硬い）。concede 譲歩して
☐ 批判する	criticize／blame／condemn／attack	blame 責任を負わせる（blame A for B）。condemn 道徳的に強く非難
☐ ほめる	praise／compliment／admire／applaud	compliment 本人に直接。admire 感心する（口に出すとは限らない）。applaud 拍手・称賛

◆ ④ 動詞：行為・因果 15

意味	同義語	ニュアンスの違い
☐ 引き起こす	cause／lead to／result in／bring about／trigger	cause 悪い結果に多い。lead to・result in 結果として。trigger 引き金
☐ 防ぐ	prevent／avoid／stop／deter	prevent 前もって起こらないように。avoid 自分が避ける。deter 思いとどまらせる
☐ 助ける	help／assist／aid／support	assist 補助的に。aid 硬い・援助(financial aid)。support 支える・支持
☐ 与える	give／provide／offer／supply／grant	provide 必要な物を。offer 申し出る。supply 継続的に。grant 正式に許可・付与
☐ 得る	get／obtain／acquire／gain／earn	obtain 入手する(硬い)。acquire 知識・技能。gain 利益・経験・支持を。earn 働いて・評価を
☐ 使う	use／employ／utilize／apply	employ 方法を用いる(硬い)。utilize 有効活用。apply 理論・規則を当てはめる
☐ 作る	make／create／produce／build／form	create 新しく生み出す。produce 生産。build 築く。form 形成する
☐ 対処する	deal with／handle／cope with／tackle／address	handle うまくさばく。cope with 何とか乗り切る。tackle・address 取り組む
☐ 試みる	try／attempt／strive／endeavor	attempt 結果は不確か。strive 懸命に努力(硬い)。endeavor 最も硬い
☐ 達成する	achieve／accomplish／attain／fulfill	achieve 努力して。accomplish 完遂。attain 高い水準に到達。fulfill 夢・義務を果たす
☐ 許す	allow／permit／let／enable	permit 公式に(硬い)。let 口語(let O do)。enable 可能にする(許可ではない)
☐ 禁止する	ban／prohibit／forbid／outlaw	ban 報道で多い。prohibit 法・規則で。forbid 親・権威者が禁じる(規則も)。outlaw 法律で
☐ 求める	ask／request／demand／require	request 丁寧・公式に。demand 強く要求。require 規則・必要性として
☐ 強いる	force／compel／oblige／make	force 力ずくで。compel 状況・法が(硬い)。oblige 義務として(be obliged to)
☐ 影響する	affect／influence／impact	affect 直接作用(悪影響が多い)。influence 考えにじわじわ。impact 強い影響

◆ ⑤ 名詞：論説文のキーワード 15

意味	同義語	ニュアンスの違い
☐ 問題	problem／issue／trouble／challenge／dilemma	issue 議論すべき論点。trouble 面倒(不可算が多い)。challenge 課題。dilemma 板挟み
☐ 目的・目標	purpose／aim／goal／objective／target	purpose 意図・存在理由。goal 最終目標。objective 具体的目標(硬い)。target 具体的な目標・対象
☐ 結果	result／outcome／consequence／effect	outcome 最終的な結末。consequence 悪い結果に多い。effect 原因に対する効果
☐ 原因・理由	cause／reason／factor／grounds／motive	factor 要因の1つ。grounds 正当な根拠(複数形)。motive 動機
☐ 方法	way／method／means／approach／technique	method 体系的。means 手段(単複同形)。approach 取り組み方。technique 技術
☐ 能力	ability／capacity／skill／talent／competence	capacity 潜在能力・容量。skill 訓練で得た技能。talent 生まれつき
☐ 意見	opinion／view／belief／position	view 見方(やや硬い)。belief 信念。position 公式な立場・見解
☐ 長所・短所	advantage／benefit／merit⇔drawback／downside	benefit 恩恵。merit 価値ある点。drawback 欠点(硬い)。downside 口語
☐ 機会	chance／opportunity／occasion	opportunity 好機(プラス)。chance は偶然・可能性も。occasion 特定の時・行事(機会の意も)
☐ 仕事	job／work／occupation／profession／career	work 不可算。occupation 職業(書類で)。profession 専門職。career 生涯の職歴
☐ 習慣	habit／custom／tradition／routine／practice	habit 個人の癖。custom 社会の慣習。tradition 伝統。routine 日課。practice 慣行
☐ 証拠	evidence／proof／sign／indication	evidence 根拠(不可算)。proof 決定的な証明。sign・indication 兆候
☐ 危険・危機	danger／risk／threat／hazard／crisis	risk 損失の可能性。threat 脅威。hazard 危険要因。crisis 危機的状況
☐ 規則	rule／regulation／law／policy／principle	regulation 公的な規制。policy 方針・政策。principle 原理・信条

☐ 考え・概念	idea／concept／notion／thought	concept 抽象的な概念。notion 漠然とした考え。thought 思考・思いつき

◆ ⑥ 副詞・つなぎ言葉 15

意味	同義語	ニュアンスの違い
☐ とても	very／extremely／highly／remarkably／incredibly	highly は組む語が決まる(highly likely)。incredibly 口語の強調
☐ ほとんど	almost／nearly／virtually／practically	virtually・practically「事実上」。nearly「あと一歩」(nearly died)
☐ しばしば	often／frequently／repeatedly／many times	frequently 硬い。repeatedly 何度も繰り返し。regularly は「定期的に」で別
☐ 時々	sometimes／occasionally／from time to time／now and then	occasionally は sometimes より頻度が低い
☐ めったに〜ない	rarely／seldom／hardly ever／scarcely ever	seldom やや文語。hardly ever 口語。どれも否定の意味を含む
☐ すぐに	immediately／at once／instantly／promptly／right away	instantly 一瞬で。promptly 迅速に・時間どおり。soon は「まもなく」で別
☐ 最終的に	finally／eventually／ultimately／in the end	eventually(時間がかかって)最後には。ultimately 究極的には
☐ 主に	mainly／mostly／largely／primarily／chiefly	primarily 硬い。largely 大部分は(largely due to)
☐ 完全に	completely／totally／entirely／fully／thoroughly	thoroughly 徹底的に。fully 十分に(fully aware)
☐ 突然	suddenly／abruptly／all of a sudden／out of the blue	abruptly 唐突に。out of the blue 口語で「いきなり」
☐ しかし	but／however／yet／nevertheless／nonetheless	however 文頭＋コンマ。nevertheless それにもかかわらず(硬い)
☐ さらに	also／moreover／furthermore／in addition／besides	moreover・furthermore 硬い。besides 口語で「それに」
☐ したがって	so／therefore／thus／consequently／hence	thus・hence 硬い書き言葉。consequently 結果として
☐ 例えば	for example／for instance／such as／e.g.	such as は名詞を並べる。e.g. は書き言葉の略記
☐ 要するに	in short／in brief／in a word／to sum up	in a word 一言で言えば。to sum up まとめると

◆ 強さのグラデーション

右へ行くほど強い。右端の語は very ではなく absolutely で強める

意味	弱 → 強
好き／嫌い	like → love → adore ／ dislike → hate → detest
怒り	annoyed → angry → furious
驚き	surprised → amazed → astonished
寒い／暑い	cool → cold → freezing ／ warm → hot → boiling
空腹・疲労	hungry → starving ／ tired → exhausted
よい／悪い	good → great → excellent ／ bad → terrible・awful

英作文での使い方

同じ語を3回書いたら言い換えのサイン。ただし**意味の強さと組む語を変えない**こと：heavy rain を strong rain にすると不自然。迷ったら原田英語の「最強英語パラフレーズ辞典」(無料・日本語訳つき)で類語と使い分けを確認できる。

◆ 確認テスト

1 Clean water is ＿＿ for human life.
a vital　b pricey　c notorious　d odd

2 I ＿＿ he is lying. His story doesn't make sense.
a doubt　b admire　c assume to　d suspect

3 The company plans to ＿＿ a new product next spring.
a terminate　b commence to　c launch　d halt

4 The experiment clearly ＿＿ that the theory was wrong.
a admired　b demonstrated　c doubted　d pretended

5 After the marathon, I was absolutely ＿＿.
a exhausted　b tired　c sleepy　d busy

6 Smoking is strictly ＿＿ in this building.
a stopped　b forbidden to　c prohibited　d avoided

◆ 解答

1 vital 生きるのに不可欠＝vital
2 suspect suspect＝〜だろうと疑う
3 launch 製品を立ち上げる＝launch
4 demonstrated 証拠で示す＝demonstrate
5 exhausted 極端形容詞は absolutely で強める
6 prohibited 規則で禁止＝prohibited

参考資料 原田英語「最強英語パラフレーズ辞典」