NO.

051

心理 時間の感じ方

Why Time Stretches and Shrinks

時間はなぜ伸び縮みするのか

英文の音声

レベル ★★☆ やや難 | 282語 | 熟語12個 | 目標3分 | 読んだ日 | かかった時間 分 秒

1 Five minutes can feel like an hour when a friend ❶**keeps you waiting** in the cold. Yet an afternoon spent with that same friend can disappear, and ❷**all at once** it is dark outside. The clock moves at the same speed in both cases, so the difference must lie in our minds.

2 One important factor is attention. When we ❸**are absorbed in** a game or a good novel, we stop checking the time, and hours pass unnoticed. When we are bored or ❹**in a hurry**, however, we keep thinking about time itself, and every minute seems to drag. ❺**As a rule**, ❻**the more we watch the clock, the slower** it seems to move.

3 Strangely, memory reverses this pattern. A dull week leaves few memories, so it seems short when we look back on it, while a week full of new experiences seems long in memory. This may explain why the summers of childhood felt endless. Children do many things ❼**for the first time**, and each new experience leaves a clear mark. ❽**By the time** we have ❾**grown up**, much of daily life has become routine, and the years seem to rush by.

4 Expectation has its own effect. When we ❿**look forward to** a trip, the days before it seem to crawl. Small children, meanwhile, are still learning how long ten minutes really is, which is one reason why telling them to ⓫**hurry up** often has little effect.

5 What can we learn from all this? Routine is comfortable, but if we stay inside it ⓬**for long**, the years begin to blur together. A trip to an unfamiliar town, a new hobby, or even a different route home can make a day worth remembering.

語注 **drag** （時間が）のろのろと進む **crawl** はうように進む **routine** 決まりきった日常
blur ぼやける・区別がつかなくなる **unnoticed** 気づかれないで

この英文の熟語 IDIOMS 12個｜番号は英文の中の番号と同じ。覚えたら □ に印

1 keep A waiting A を待たせる □□□

waiting は現在分詞で「A が待っている状態のままにする」。I'm sorry to have kept you waiting.（お待たせしてすみません）は会話の定番

例 *I'm sorry to have kept you waiting so long.* 長い間お待たせしてすみません。

2 all at once 突然 □□□

suddenly と同じ。「一度に・同時に」の意味もあり、文脈で見分ける。at once（すぐに）と混同しない

例 *All at once, the lights went out.* 突然、明かりが消えた。

3 be absorbed in ~ ～に夢中になっている □□□

absorb＝吸収する。～の中に吸い込まれている→夢中。be lost in / be engrossed in と同じ意味

例 *She was so absorbed in her book that she missed her stop.* 彼女は本に夢中になっていて、降りる駅を乗り過ごした。

4 in a hurry 急いで □□□

hurry は名詞。be in a hurry（急いでいる）の形が多い。in no hurry は「急いでいない」

例 *He left the house in a hurry and forgot his phone.* 彼は急いで家を出て、携帯電話を忘れた。

5 as a rule 概して □□□

規則として→たいてい。generally / usually と同じ。文頭に置くことが多い

例 *As a rule, I go to bed before eleven.* 私はたいてい11時前に寝る。

6 the + 比較級 ~, the + 比較級 ... ～すればするほど... □□□

前半が条件、後半が結果。The sooner, the better. のように動詞を省く形もある。並べ替え問題の頻出構文

例 *The more you practice, the better you will become.* 練習すればするほど上手になる。

7 for the first time 初めて □□□

「生まれて初めて」は for the first time in my life。at first（最初は）との違いが頻出

例 *I saw snow for the first time when I was ten.* 私は10歳のとき初めて雪を見た。

8 by the time ~ ～するまでに（は） □□□

接続詞として節を導く。until（～までずっと）との区別が重要。by the time の節の中は未来のことでも現在形

例 *By the time we arrived, the movie had already started.* 私たちが着くまでに、映画はもう始まっていた。

9 grow up 育つ・大人になる □□□

自動詞なので目的語を取らない。人を「育てる」は bring up / raise。grown-up は名詞で「大人」

例 *She grew up in a small fishing village.* 彼女は小さな漁村で育った。

10 look forward to ~ ～を楽しみに待つ □□□

to は前置詞なので後ろは名詞か動名詞。look forward to see とする誤りが入試で狙われる

例 *I'm looking forward to seeing you next week.* 来週お会いできるのを楽しみにしています。

11 hurry up 急ぐ □□□

主に命令文で「急いで！」。Hurry up, or you'll miss the bus. の or（さもないと）とセットでよく出る

例 *Hurry up, or we'll be late for school.* 急いで、さもないと学校に遅れるよ。

12 for long 長い間 □□□

主に否定文・疑問文で使う。肯定文では for a long time が普通。before long（間もなく）と区別

例 *I can't stay for long; I have another appointment.* 長くはいられません。別の約束があるので。

内容一致問題 QUESTIONS

英文を読んで、それぞれの問いに対して最も適切なものを 1〜4 から 1 つ選びなさい。

問1 第2段落によると、時間がゆっくり進むように感じられるのはどのようなときか。 [ ]

① ゲームや小説に夢中になっているとき
② 退屈していたり急いでいたりして、時間そのものを意識しているとき
③ 新しい経験をたくさんしているとき
④ 友人と楽しい午後を過ごしているとき

問2 子どものころの夏が果てしなく感じられた理由として、筆者が挙げているものはどれか。 [ ]

① Children experience many things for the first time, so their memories are rich.
② Children are usually bored during the long summer holidays.
③ Children do not look at clocks, so they cannot tell the time.
④ Summer days are longer than winter days.

問3 本文の内容と一致するものはどれか。 [ ]

① 決まりきった日常を続けると、振り返ったときに年月が長く感じられる。
② 旅行を楽しみにしていると、出発までの日々は速く過ぎる。
③ 帰り道を変えるといった小さな変化でも、一日を記憶に残るものにできる。
④ 小さな子どもに急ぐように言うと、たいていすぐに急いでくれる。

熟語チェック CHECK 意味に合う英語の熟語を書こう（答えは「熟語」のページ）

1	A を待たせる	2	突然
3	〜に夢中になっている	4	急いで
5	概して	6	〜すればするほど…
7	初めて	8	〜するまでに（は）
9	育つ・大人になる	10	〜を楽しみに待つ
11	急ぐ	12	長い間

背景知識 時計で測る時間（物理的な時間）と、人が感じる時間（心理的な時間）は一致しない。楽しいことに集中しているときは短く、退屈なときは長く感じる一方、後から振り返ると、出来事の多かった期間ほど長く思い出されるという「逆転」がよく知られている。年を取ると1年が短く感じる理由については、新しい経験が減って記憶に残る出来事が少なくなるという説明が有力な説の一つ。入試では「主観的な時間」「注意」「記憶」がキーワードになる。

全訳 TRANSLATION 色の太字は熟語の部分

1 寒い中で友人に**待たされる**と、5分が1時間のように感じられることがある。ところが、その同じ友人と過ごす午後はあっという間に消えてしまい、**突然**外が暗くなっていることに気づく。どちらの場合も時計は同じ速さで進んでいるのだから、違いは私たちの心の中にあるはずだ。

2 重要な要因の一つは注意である。ゲームやよい小説**に夢中になっている**とき、私たちは時間を確かめなくなり、何時間も気づかないうちに過ぎていく。しかし、退屈しているときや**急いでいる**ときは時間そのものについて考え続けるので、1分1分がのろのろと進むように思える。**概して、時計を見れば見るほど、時計はゆっくり**進むように思えるのだ。

3 不思議なことに、記憶はこのパターンを逆にする。退屈な1週間はほとんど記憶を残さないので振り返ると短く思えるが、新しい経験に満ちた1週間は記憶の中では長く感じられる。子どものころの夏が果てしなく感じられたのは、このためかもしれない。子どもは多くのことを**初めて**経験し、新しい経験の一つ一つがはっきりとした跡を残す。私たちが**大人になるまでに**は、日々の生活の多くが決まりきったものになっていて、年月が駆け足で過ぎていくように思えるのだ。

4 期待にも独自の効果がある。旅行**を楽しみにしている**と、その前の日々はのろのろと進むように思える。一方、小さな子どもは10分が本当はどれくらいの長さなのかをまだ学んでいる途中であり、それが、子どもに**急ぎなさい**と言ってもあまり効果がないことが多い理由の一つである。

5 ここから何を学べるだろうか。決まりきった日常は心地よいが、その中に**長い間**とどまっていると、年月の区別がつかなくなり始める。知らない町への旅、新しい趣味、あるいは帰り道を変えることでさえ、一日を記憶に残るものにしてくれるのである。

要旨 時間の感じ方は注意と記憶によって変わり、集中しているときは短く、振り返ると新しい経験の多い期間ほど長く感じられる。人生を長く感じたければ新しい経験で日々を満たすとよい。

解答・解説 ANSWERS

問1 2 **問2 1** **問3 3**

問1 正解 2 根拠は第2段落の When we are bored or in a hurry, however, we keep thinking about time itself, and every minute seems to drag.（退屈なときや急いでいるときは時間そのものを考え続け、1分がのろのろ進む）。よって 2 が正解。1 は直前の文で hours pass unnoticed（気づかないうちに何時間も過ぎる）とあり逆。4 は第1段落で「消えてしまう」とされ、これも速く過ぎる例。3 は第3段落で記憶の中で「長く」思える話で、その場で遅く感じるという話ではない。

問2 正解 1 根拠は第3段落の Children do many things for the first time, and each new experience leaves a clear mark.（子どもは多くのことを初めて経験し、それぞれがはっきりした跡を残す）。新しい経験の多い期間は記憶の中で長く思えるという流れなので 1 が正解。2 は退屈な期間はむしろ記憶の中で短くなると述べられており矛盾する。3 の「時計が読めない」という話は本文にない。4 の昼の長さは触れられていない。

問3 正解 3 根拠は第5段落の or even a different route home can make a day worth remembering（帰り道を変えるだけでも一日を記憶に値するものにできる）。よって 3 が正解。1 は同じ段落の the years begin to blur together（年月の区別がつかなくなる）と逆で、むしろ短く感じる方向。2 は第4段落に the days before it seem to crawl（のろのろ進む）とあり逆。4 は telling them to hurry up often has little effect（効果が薄いことが多い）と反する。