TED やさしい David Steindl-Rast 日本語字幕あり #感謝 #幸福 #マインドフルネス

幸せになりたい？まず感謝してみよう

Want to be happy? Be grateful | David Steindl-Rast

「幸せが先か、感謝が先か」



14:31	380万	★★★☆☆	5語
長さ	再生回数	入試に出そう度	キーワード

動画はここから
スマホで読み取ると、動画と音声つき単語のページが開きます。

日付　　クラス・番号　　名前

どんな話？
人間に共通するのは、だれもが幸せを望むこと。そして幸せは感謝から生まれる、とベネディクト会の修道士は語ります。立ち止まり、行き先を見て、感謝する。忙しい毎日に、ひと呼吸おきたくなる講演です。

1 観る前に考えよう WARM-UP　5分

Q1 Does happiness make us grateful?
幸せだから感謝できるのだろうか？

Q2 What are you thankful for today?
今日あなたは何に感謝していますか？

Q3 Guess: What will the speaker want to tell us?
タイトルと写真から予想：話し手がいちばん伝えたいことは？（日本語OK）

2 キーワードを予習しよう KEY WORDS　5分

#	英語	知ってる度	観る前：意味を予想	観たあと：正しい意味
1	**grateful**	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		
2	**happiness**	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		
3	**appreciate**	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		
4	**opportunity**	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		
5	**mindful**	◯知ってる ◯見たことある ◯初めて		



HOOKY のひとこと
1回目は日本語字幕でゆったり観て、2回目に英語だけで聞き直すと、話の流れをつかみながら耳が慣れていきます。

TED HACKS（原田英語）は TED Conferences, LLC と提携していない非公式の英語学習ガイドです。問い・語彙・解説は原田英語のオリジナル。授業・自習で自由にお使いください。

3 3回観よう（視聴ログ） WATCH LOG

14:31 × 3

ROUND 1 1回目は日本語字幕で、感謝と幸せの順番をつかむ

☐ 観た　字幕：なし・英・日

0　25　50　75　100%

ROUND 2 2回目は英語字幕で、感情の表現を3〜5個メモする

☐ 観た　字幕：なし・英・日

0　25　50　75　100%

ROUND 3 3回目は語りかける30秒を選び、声に出してまねる

☐ 観た　字幕：なし・英・日

0　25　50　75　100%

4 話の流れマップ STORY MAP

1回目のあと

それぞれの部分で、話し手が何を言ったか・何を見せたかを、日本語でメモしよう（キーワードだけでOK）。

1 HOOK つかみ	
2 QUESTION 問題・問い	
3 IDEA アイデア・主張	
4 EXAMPLE 具体例・根拠	
5 MESSAGE まとめ・呼びかけ	

5 聞き取れた英語メモ PHRASE CATCHER

2回目

#	聞き取れた英語（単語・フレーズ）	意味	何分ごろ
1			
2			
3			
4			
5			

聞きどころ

・1回目は日本語字幕でOK。分かる単語を3つ拾えたら合格です。
・数字・人名・何度もくり返される単語に注目しよう。そこが話の柱です。

TED HACKS（原田英語）は TED Conferences, LLC と提携していない非公式の英語学習ガイドです。問い・語彙・解説は原田英語のオリジナル。授業・自習で自由にお使いください。

6 観たあとに答えよう AFTER YOU WATCH

10分

Q1 How are gratefulness and happiness connected?
感謝と幸せはどうつながっていますか？

Q2 What can you be grateful for in daily life?
日常で感謝できることは何ですか？

7 要点を3つにまとめよう 3 KEY POINTS

5分

1

2

3

8 英語で意見を書こう WRITE YOUR OPINION

目標 20〜30語

Q What did you learn from this talk? Write two or three sentences.
このトークから何を学びましたか？ 2〜3文で書こう。

P **結論・意見** I think (that) ... In my opinion, ...	
R **理由** This is because ... The main reason is ...	
E **例・体験** For example, ... In the talk, the speaker ...	
P **もう一度結論** That is why ... So, I believe ...	

使ったキーワード _____ 語数 _____ 語

TED HACKS(原田英語)は TED Conferences, LLC と提携していない非公式の英語学習ガイドです。問い・語彙・解説は原田英語のオリジナル。授業・自習で自由にお使いください。

9 単語チェック VOCABULARY CHECK

10点

A 英語と意味を線で結ぼう（記号を書こう）

1 **grateful**
2 **happiness**
3 **appreciate**
4 **opportunity**
5 **mindful**

☐ a 幸福
☐ b 機会
☐ c 感謝している
☐ d 意識を向けている
☐ e ありがたく思う

B 日本語に合う英語を書こう（最初の文字はヒント）

感謝している g＿＿＿＿＿＿＿

ありがたく思う a＿＿＿＿＿＿＿＿＿

機会 o＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

幸福 h＿＿＿＿＿＿＿＿

意識を向けている m＿＿＿＿＿

10 テーマ単語で入試へ：哲学・倫理・思考 EXAM WORDS

6点

このトークは入試の「哲学・倫理・思考」テーマとつながっています。下の語から選んで入れよう（形を変えてもOK）。

WORD BANK **premise** **perspective** **paradox** **assumption** **consequence** **fallacy**

1 Judging a person by one mistake is a common _____.
一つの失敗だけで人を判断するのは、よくある論理の誤りです。

2 Every choice has its _____.
どんな選択にも結果があります。

3 It is a _____ that more choices can make us less happy.
選択肢が増えるとかえって満足度が下がることがあるのは、逆説的です。

4 If the _____ is false, the conclusion may be wrong.
前提が誤りなら、結論も間違っているかもしれません。

5 We should question our own _____.
私たちは自分の前提を疑ってみるべきです。

6 Traveling gave him a new _____ on life.
旅は彼に人生への新しい視点を与えました。

11 1分リテル RETELL

話す

トークの内容を1分で人に説明しよう（日本語→英語の順でもOK）。使えたキーワードに✓。

☐ **grateful** ☐ **happiness** ☐ **appreciate** ☐ **opportunity** ☐ **mindful**

1回目 ＿＿秒 2回目 ＿＿秒 3回目 ＿＿秒

12 シャドーイング SHADOWING

3日間

気に入った30秒を選んで、3日続けよう。

☐☐☐ 1. 音声を流しながら、英語字幕を目で追って口パクでなぞる（オーバーラッピング）
☐☐☐ 2. 字幕を見ずに、少し遅れて声に出してまねる（シャドーイング）
☐☐☐ 3. スマホで録音して聞き比べ、言えなかった語に印をつける

13 ふりかえり SELF-CHECK

タイトルと話し手を、人に説明できる	◎ ○ △
キーワード5語の意味が言える	◎ ○ △
話の流れを3つ以上に分けて説明できる	◎ ○ △
観たあとの問いに、英語で答えられた	◎ ○ △
英語で意見を20〜30語書けた	◎ ○ △

このトークで心に残ったひとこと・次に観たいトーク

次のおすすめ:「史上最長級の研究が教える、幸せの条件」「批判的思考力を高める5つのコツ」「先延ばし魔の頭の中をのぞいてみた」 → haradaeigo.com/tedhacks/talks/

TED HACKS（原田英語）は TED Conferences, LLC と提携していない非公式の英語学習ガイドです。問い・語彙・解説は原田英語のオリジナル。授業・自習で自由にお使いください。

2・9 キーワードの意味

1. **grateful** 感謝している
2. **happiness** 幸福
3. **appreciate** ありがたく思う
4. **opportunity** 機会
5. **mindful** 意識を向けている

9A マッチング

1-c 2-a 3-e 4-b 5-d

9B スペル

grateful / happiness / appreciate / mindful / opportunity

10 テーマ単語(哲学・倫理・思考)

1. **fallacy**
2. **consequences**
3. **paradox**
4. **premise**
5. **assumptions**
6. **perspective**

7 要点の例

1. **順番を問い直す**:当たり前だと思っていた「幸せが先、感謝があと」という関係を、あえてひっくり返す発想です。考え方の切り替え方が学べます。
2. **修道士の言葉**:宗教の垣根を越えて学んできた人の話なので、立場を問わず聞ける内容です。英語の音をひとつずつ聞き取りながら、ゆっくり味わいましょう。
3. **毎日で試せる**:立ち止まり、行き先を見て、感謝する。難しい理論ではないので、観たその日から自分で試せるところが大きな魅力です。

観終わると身につくこと

日々の小さな出来事に目を向けるきっかけが増えます。感情を表す英語もやさしい形で耳に残り、英作文で使える表現の幅も広がります。

このトークで伸びる力

grateful、happiness、appreciate などの感情語彙をやさしい英語で学べます。原因と結果を入れかえて問い直す構成は、リスニングと論述の練習になります。

授業プラン(50分)

0〜5分	導入	ワークシート①の問いをペアで話す(日本語OK)
5〜10分	単語	キーワード予習。知ってる度チェック→意味の予想
10〜20分	1回目	冒頭〜10分を日本語字幕で(全体は15分。続きは宿題に)
20〜25分	確認	ペアで話の流れを説明し合う。聞き取れた英語をシェア
25〜31分	2回目	気に入った区間(5〜6分)を英語字幕で
31〜46分	書く	③観たあとの問い+英語で意見(PREP)
46〜50分	共有	2〜3人が発表。④の自己評価

こんな人に

- リスニングに自信がない人
- 気持ちが落ち込みがちな人
- 受験期に心を整えたい人

採点のめやす(英作文 8)

内容(問いに答えている)3点／理由と例 3点／英語の正確さ 2点。キーワードを使えたら+1点のボーナス。

TED HACKS(原田英語)は TED Conferences, LLC と提携していない非公式の英語学習ガイドです。問い・語彙・解説は原田英語のオリジナル。授業・自習で自由にお使いください。