

総理大臣/大統領の通訳が教える

スペイン語“脳” インプット式勉強法

2000人以上が体感してきた「セブローインストールメソッド」を学び、
「スペイン語力」を劇的に変える「スペイン語“脳”」を
ゼロから超速でインプット！

【プレジデンシャルスペイン語アカデミー】
安倍総理・コロンビア大統領通訳
坪田 充史

【はじめに】

オラー コモ エスタ? Hola, ¿Cómo está?

スペイン語エキスパートの坪田充史(アツシ)です。この度は、「[総理大臣/大統領の通訳が教える【スペイン語脳インプット式勉強法】](#)」を手にとってくださり、ありがとうございます！

「初めまして」の方もいらっしゃるかもしれないので、簡単に自己紹介させていただきます。

私は、海外とは全く無縁な日本の一般的な家庭で生まれ育ちました。
そんな私が

帰国子女でもなく
大学でスペイン語専攻だったわけでもなく、
スペイン語スクールにも行かず、
英語すらまともにできなかったのに、

自分で思考錯誤しながら勉強し、スペイン語をマスターしました。

そして、自分なりに確立したスペイン語勉強法のおかげで、

コロンビアの数少ない日本語—スペイン語通訳・翻訳家として、安倍総理大臣とコロンビア大統領の拡大首脳会議の通訳をしたり、
1万人以上の方の通訳をしたり、
スペイン語を駆使して、様々なビジネスを展開したり…



というプライベートも仕事も恐ろしく充実した生活を送っています。
スペイン語をマスターすると、単に言葉ができる、というだけでなく、自身の人間力、
人格、価値が上がり、仕事もプライベートも大きく広がり、人生が大きく変わります。

そんな素晴らしい体験をあなたにもしてもらいたいと思い、自分がどのようにスペイン語を学んだのか、今までの経験、知識、さらに、近年、私がお付き合いをしてきた世界トップクラスの人たちが秘密にしている「最短・最速で語学を習得する方法」を全て注ぎ込んで、この教材を作りました。少しでもあなたのお役に立つことができれば幸いです。

スペイン語エキスパート
坪田充史



<この教材の読み方>

•この教材では、スペイン語の原文、発音カタカタ表記、意味、の順番で説明しています。

<目次の使い方>

•目次の項目をクリックすると、各章を開くことができますので、ご活用ください。



～目次～

【はじめに】.....	2
今この時に「スペイン語“脳”インプット式勉強法」を	10
公開する意義.....	10
【スペイン語脳とは？】.....	12
1. スペイン語を日本語訳しないでそのまま理解できる脳.....	13
2. スペイン語圏の文化、習慣、食べ物、伝統、人種、アイデンティティなどを含めた全てを日本人の尺度で判断しないで受け入れることができる脳.....	15
【まとめ】.....	15
【スペイン語脳インプット式勉強法との出会い】.....	16
いつまでも成長しない自分がクズのように思えてきました。	16
「スペイン語脳を開発するという考え」との出会い.....	16
「セレブロインストールメソッド」がついに完成.....	17
【本教材と一般的な文法書との違い】.....	18
【スペイン語脳インプットの方法】.....	20
【セレブロインストールメソッド】.....	21
セレブロインストールメソッド	24
<マインドセット編>	24
【PASO 1】間違った勉強法、固定観念(マインドブロック)を捨て、正しい勉強法、考え方(マインド)をインプットする.....	24
1. 外国語は単語、文法を暗記して覚える→脳の仕組みをうまく利用したもっと効果的な勉強法を受け入れる.....	25
2. どこかにより良い教材、スクールがあると思っている→自分の努力に焦点を当てる	26
3. ネイティブに習えばスペイン語が上達すると思っている →明確な目的をもって、ネ	



イティブをうまく活用してスペイン語を上達させる	28
4. 「楽しんで」スペイン語が覚えられると思っている→自分の努力がしっかりと結果に結びつく、効果的な方法を身につける	30
5. 留学しないからスペイン語はできない→それを「言い訳」にする自分の弱さを乗り越える 31	
6. スペイン語の勉強時間はこれで十分と自分で決めている→200時間をめざす	32
7. スペイン語を勉強する時間がない、と思っている→スペイン語を自分の優先事項にする 35	
<タレア(課題)PAS01>	36
【PAS02】スペイン語を勉強することは人生の成功につながる	37
<タレア(課題)PAS02>	38
【PAS0 3】目標をイメージ化できるまで高める.....	40
<タレア(課題)PAS03>	43
【PAS0 4】口に出す	44
<タレア(課題)PAS04>	47
【PAS0 5】スペイン語のメンターを一人に絞って徹底的に真似.....	48
<タレア(課題)PAS05>	52
【PAS0 6】3年後の自分を体現している人にコンフォートゾーンをあげてもらおう ...	53
<タレア(課題)PAS06>	57
セレクトインストールメソッド	58
<テクニック編>	58
【PAS07】<超カンタン！>発音をネイティブレベルまで一気に引き上げる	58
1. 発音について	58
発音ポイント1: スペイン語の発音はローマ字読み、カタカナ読みでOK!	59
発音ポイント2:「ci」「si」は「シ」ではなく「スイ」	60
発音ポイント3: 「H」は発音しない.....	61
発音ポイント4: 「J」は「ハ」	61
発音ポイント5: 「fu(フ)」と「ju(フ)」の違いを極める!	61
発音ポイント6: 「gi(ヒ)」と「ji(ヒ)」、「ge(ハ)」と「je(ハ)」	62



発音ポイント7: 「gui(ギ)」「gue(ゲ)」	62
発音ポイント8:「LL」と「Y」は同じ音	62
発音ポイント8:「ñ」の発音はニャ・ニユ・ニョ	63
発音ポイント9:キとケは「qui」「que」と書く	63
発音ポイント10:「r」と「rr」	63
<Rの巻き舌について>	64
発音ポイント11:「b」と「v」は中南米では同じ音	64
発音ポイント12:「x」の発音は独特	64
発音ポイント13: 「z」は「ザ」ではなく「サ」	65
2. アクセントについて	65
アクセントのポイント1: 単語が母音や「-n」「-s」で終わる場合	65
アクセントのポイント2:「-n」「-s」以外の子音で終わる場合	65
アクセントのポイント3: 上記の法則以外の場所にアクセントが来る時	65
3. 大きく口を開け、大きな声を腹から出す	66
4. スマホを活用して自分の発音をチェックするクセをつける	67
<まとめ>	67
【PASO 8】必要最低限、入門レベルの文法をマスターする	68
LECCION1: 名詞の性	70
LECCION2: 名詞の数	71
LECCION3: 定冠詞の性と数	72
LECCION4: 不定冠詞の性と数	73
LECCION5: 形容詞	74
LECCION6: 数字を最速で覚えよう!	75
1. 数字1から10	75
2. 数字「11から20」	76
3. 数字「21から29」	77
4. 数字「30から40」	78
5. 数字「40から100」	79
LECCION7: 曜日	80
LECCION8: 日付	81
1. まずは「日」から	81



2. 月.....	82
3. 「誕生日はいつですか?」.....	83
LECCION8: 「私(僕)は」「あなたは」などの主語になる代名詞(主格人称代名詞)	85
LECCION9: スペイン語の be 動詞(1) ser(～です)	87
LECCION10: 疑問文と否定文の作り方.....	88
LECCION11: スペイン語の be 動詞(2) estar(～です).....	89
LECCION12: ar 動詞	90
LECCION13: er 動詞	92
LECCION14: ir 動詞	94
LECCION15: その他の重要な不規則動詞	96
① Tener テネール 持つ (英語の have に相当).....	96
② Ir イール 行く (英語の go に相当).....	97
③ Venir ベニール 来る (英語の come に相当).....	98
④ Hacer アセール する (英語の do に相当).....	99
<まとめ>	100
【PAS09】スペイン語脳インプット(1):スペイン語で考える癖をつける	102
シャドーイングとは?	103
クエッションングとは?	105
スペイン語インプットメニュー	108
【PAS010】スペイン語脳インプット(2):中南米の文化を知り、受け入れ、自分のものとして愛着をもつ.....	110
1. ボディーランゲージ.....	111
2. ジェスチャー.....	111
3. 外見(身だしなみ、靴、手、歯並び、歯の白さ)	112
1)身だしなみ.....	112
2)手	113
3)靴.....	113
4)歯並び、歯の白さ.....	113
4. テーブルマナー.....	114
5. 歌を覚える.....	114



6. サルサやメレンゲ、バチャータなどの踊りを習う.....	114
7. 中南米レストランへ行く、中南米料理を楽しむ	115
【PASO 11】モチベーションを維持する	116
1. 常にスペイン語を楽しく勉強し続ける状態に自分を置くために「環境を変える」	117
2. さらに自分ができることは?	118
・ラテンポップを聞いて自分を盛り上げる	118
・中南米のイベントに参加する	118
・中南米の友人をつくる	118
・中南米のレストラン、バーへ行く.....	119
・中南米関連の紀行番組を見る.....	119
・中南米のドラマや映画を見る	119
3. 本気でスペイン語を勉強したい人向けアドバイス.....	120
① 200時間を目指す.....	121
② 言い訳「時間がない」→ 「目標達成のために時間を作るぞ！」へ転換	121
③ これを実践するために誘惑になりそうなものはあらかじめ消去する。	122
【おわりに】.....	123
【特典】スペイン語アルファベット、アイウエオ順発音早見表.....	126



今この時に「スペイン語“脳”インプット式勉強法」を

公開する意義

僕がこのマニュアルを発表することにした理由は主に3つあります。

1. スペイン語を話すことはとても楽しいことで、ぜひ、それを多くの 人にも味わってもらいたいから。

15年以上コロンビアに住み、スペイン語の専門家としていろんな人との出会いがある中で、中南米の人、文化、自然、歴史などに魅了されたり、「スペイン語」に興味持っている人が多いことに気づきました。

大学の第2外国語であったり、就職でスペイン語を使うことになったという理由である場合もあれば、観光で訪れる際にスペイン語で現地の人と挨拶ができるようになりたい、と考えたり、単純に中南米の友人や恋人がほしいという理由で「スペイン語を話せるようになりたい」という人もいます。

にもかかわらず、実際のところは、スペイン語の勉強ができない、または、やっているけれど、とても苦しんでいるような感じがします。そして、途中で諦めてしまっている人が続出しています。

スペイン語を話せることはこんなに楽しいのに、なんで苦行みたくなくなってしまっているのか、不思議というか、実におかしい話です。

僕の知りあいでも、貴重な時間やお金をかけて、スクールに通ったり、教材をたくさん買い込んだり、留学に行ったり…でもスペイン語できませんっていう人がたくさんいます。

寂しいし、悲しいですね。それまでにかけた時間とお金もったいなくないです



か？

2. 英語の苦くて辛い思い出がそのままスペイン語にリンクしている

たくさんの単語や活用の暗記、難しい発音、ネイティブに話しかけたら通じなかった、いくらお金と時間をかけても上達しない…などなど、英語で嫌な思いをしてしまった人があまりにも多すぎて、「きっとスペイン語も同じだ」と考えている人ばかり。。

つまり、英語のせいで、「外国語はどれも難しい」というイメージが勝手に作られてしまっているんですね。

そんなことないのに…。

3. スペイン語をしっかりと教えてくれる教材がない

そして、最大の理由はこれです。スペイン語をしっかりと教えてくれる教材がない、ということです。

スペイン語の専門家として、多くの人に「スペイン語を勉強するのに良い教材を教えてください」と聞かれます。聞かれるってことは、「見つからない」からなんですよ。

僕自身、そうやって質問して下さる方がスペイン語を楽しく学べて、マスターできる教材はないか、探してきたのですが、みつかりませんでした。

それで、…

自分がまったくのゼロから、大統領の通訳にまでなれたスペイン語の勉強法を体系化し、皆さんにお届けすることが一番よい、ということがわかりました。

そうして、完成したのが、この「[スペイン語“脳”インプット式勉強法](#)」です。



【スペイン語脳とは？】

では、まず、そもそもスペイン語脳って何？と思う人がいると思うので、ここで定義づけしておきたいと思います。これは、英語脳とか、他の言語や分野で似ていることを言っている人がいますが、僕の場合は、少し変わっています。

スペイン語脳とは:

1. スペイン語を日本語訳しないでそのまま理解できる脳
2. スペイン語圏の文化、習慣、食べ物、伝統、人種、アイデンティティなどを含めた全てを日本人の尺度で判断しないで受け入れることができる脳

一般的には、1番目の方だけを言っている人が多いようですが、僕はむしろ、1と2の両方がなければ、スペイン語脳は成立しないと考えています。では、詳しく説明していきます。



1. スペイン語を日本語訳しないでそのまま理解できる脳

1つ例を出します。スペイン語初心者の方の脳の中では、次のことが起こっています。

- 1) ネイティブからスペイン語で「¿Qué quieres comer hoy?」と話しかけられる
↓ ↓
- 2) 「¿Qué quieres comer hoy?」を頭のなかで日本語に翻訳して「今日何食べたい?」と理解する。
↓ ↓
- 3) それに対する答えを日本語でまず考える。「お寿司が食べたい」
↓ ↓
- 4) 頭の中でスペイン語に訳す。「Quiero comer sushi.」
↓ ↓
- 5) ネイティブに伝える。

どうですか？

あなたにも1度は、同じような経験があるか、と思います。最初は誰でも通る道ですよ。この時点での最大の問題は、最後の「相手に答えを返す」表現が完成し、実際に口に出るまでに、すごく時間がかかってしまうことです。

すると、どうなるか？ ちょっと僕の例をあげてみましょう。



僕が大学1年の時にできた親友が帰国子女で、英語がほぼネイティブでした。海外に興味があった僕は、彼と大学の留学生との国際交流パーティーに参加したんですね。これから英語を勉強しようと思って、意気揚々だったわけですが、結果は撃沈。外国人留学生に何言われても、僕が頭の中でいちいち翻訳している間に、親友が答えてしまったりして、結局、留学生たちとその親友は楽しく会話していて、僕は一言も話ができませんでした。それで、**留学生から僕は無口だと思われてしまいました**。本当に悔しい思いをして、「**英語ムリだ**」と自信をなくしてしまうことになってしまいました。

では、

なぜ、帰国子女の友人は留学生と会話を楽しむことができ、僕はできなかったのか？

答えは簡単です。彼は、いちいち頭の中で翻訳していなかったんです。だから早かったんですね。つまり、日本語に翻訳する必要なく、英語で考え、英語で解答できる「英語脳」を持っていたわけです。

これからあなたが僕と一緒にインプットする「**スペイン語脳**」も**同じ原理**です。スペイン語脳をインプットすると、さきほどの例のように答えが口からでるまでにめちゃくちゃ時間がかかっていたのが、次の表のように、短縮されます。

- 1) ネイティブからスペイン語で「¿Qué quieres comer hoy?」と話しかけられ、
スペイン語のままですぐに理解する。
↓↓
- 2) 瞬時に解答が頭にスペイン語で浮かび、「Quiero comer sushi.」と自然に口から出ている。

こうすることで、先ほどの帰国子女の親友のように、**あたかも日本語で話しているかのように、スムーズにタイムラグなく外国人と楽しく会話**できるようになります。



2. スペイン語圏の文化、習慣、食べ物、伝統、人種、アイデンティティなどを含めた全てを日本人の尺度で判断しないで受け入れることができる脳

普通、「語学脳」というと、先ほどまで話してきた1の意味だけを考えてしまうのですが、僕からすればそれは50%で、「スペイン語脳」を定義するときには、この2があって、初めて100%になると考えます。

なぜなら、言語というのは、文化が反映されたものだからです。単語や言い回し、表現の仕方など、言語と文化は密接につながっています。

にもかかわらず、コロンビアに住んで、コロンビア人の悪口ばかり言っている人がいます。「コロンビア人はXXX だからダメだ」とか「コロンビアのXXX なところが嫌いだ」とか。これはとても残念なことだと思います。大体、こういう人は、スペイン語もそんなに上達しません。なぜなら、その言葉を話す人たち、国、文化を否定しているからです。言葉を覚えるということは、その国の文化を受け入れるということです。「郷に入りては郷に従え」という言葉もあるように、その国を受け入れ、好きになることはとても重要です。日本と比べてどっちが上とか考えるのはナンセンス。無意味です。そうじゃなくて、日本とは違うものであり、それはそれとして、受け入れる。そういった柔軟な脳をインプットする必要があります。

【まとめ】

スペイン語脳とは:

1. スペイン語を日本語訳しないでそのまま理解できる脳
2. スペイン語圏の文化、習慣、食べ物、伝統、人種、アイデンティティなどを含めた全てを日本人の尺度で判断しないで受け入れることができる脳

英語すらまともにできず、国際交流パーティーでは、外国人に無口と言われていた僕が、総理大臣や大統領の通訳ができるまでになったのは、この「スペイン語脳」をインプットすることができたからです。では、僕は、どうやって、このスペイン語脳のことを知り、スペイン語を学んだのか、それをこれからお話ししたいと思います。



【スペイン語脳インプット式勉強法との出会い】

人生最大の挫折を感じていました。

日本で大学を卒業して、「中南米で一番綺麗なスペイン語」と言われるコロンビアのスペイン語をマスターしようと、単身首都ボゴタに乗り込んだのは2001年の夏のことでした。当時、ボゴタには、日本人がほとんどおらず、まだ、ネット環境もそんなに良くない中、24時間コロンビア人と一緒にいなくてはなりませんでした。

しかし、ちょっとかじった程度のスペイン語では全く通じず、日本語を使う機会が全くなく、段々と弱気になり、

いつまでも成長しない自分がクズのように思えてきました。

そんなときに知り合った一人のコロンビア人がいました。彼はバイリンガルでした。そして、コロンビアの上流階級の間では、母国語のスペイン語の他に英語を話すのは当たり前、フランス語やイタリア語まで話せる人もたくさんいると言うのです。

その彼が、コロンビア上流階級では、自然と脳の仕組みを活用した語学の勉強の仕方をしている、と教えてくれたのが、

「スペイン語脳を開発するという考え」との出会い

だったのです。

そこから、再び、自分の挑戦の日々が始まりました。彼らにとっては、自然に行っていることなので、それをどうやって、体系化させるか。そして、それを自分に応用させて、自分のスペイン語を上達させることができるか。彼に根ほり葉ほり聞きながら、手探りの状態で、自分にスペイン語脳をインプットする努力が1年続きました。そして、誰でも簡単にスペイン語脳がインプットできる



「セレブロインストールメソッド」がついに完成

したのです。

そこまでは手探りだったので、大変ではありましたが、1年かけて構築したスペイン語脳があったからこそ、そこからは成功の連続となり、

- スペイン語がネイティブのように使いこなせるようになり、
- 現地の友人、仲間と毎日楽しく過ごし、
- コロンビアの名門ハベリアナ大学国際関係学修士過程を
スペイン語で論文を書いて卒業でき、
- さらに、起業し、スペイン語を使って南米と日本の架け橋としてビジネスができるようになり、
- コロンビア大使館、日本大使館、コロンビア政府の高官のスペイン語通訳をするようになり、
- ついには、高円宮妃殿下、安倍総理、サントス大統領のスペイン語通訳をするまでになったのです。

そして今回、あなたにお届けするのが、私がこれまで、2009年からコロンビアを訪れる日本人ビジネスマン、観光客2000人以上に折々お伝えし、スペイン語脳を使ってスペイン語を話す楽しさを実感・体感する人々を数多く生み出した**“スペイン語脳 超速インプットノウハウ”**を業界で初めて体系的にまとめ、オンライン教材に落とし込んだプログラム、「**スペイン語脳インプット式勉強法**」なのです。



【本教材と一般的な文法書との違い】

本教材は、「スペイン語インプット式勉強法」ですので、一般的な文法書とは全然違います。

どう違うのか？

例えるなら、これからスペイン語を劇的に上達させるための起爆剤です。

大きなビルを建てるには、強固な基盤が必要になります。基盤が弱ければ、すぐに倒れてしまいます。

この強固な基盤が「スペイン語脳」です。

このスペイン語脳(強固な基盤)があれば、その上に簡単にスペイン語の知識を積み上げる(大きなビルを建てる)ことができます。

この基盤作りが、本教材の目的です。この基盤があるのとないのでは、その後の上達のスピードに雲泥の差がでます。

だから、この教材を何よりも最初に取り組んだ方が良いのです。

しかも、この教材を勉強し終わった時には、あなたは、ただ単にスペイン語脳をインプットできているだけでなく、スペイン語の基本的な考え方までインプットできてしまっています。これほど、効果的な勉強法はありません。

すでに、スペイン語の基礎を勉強していたり、スクールに通っていたりして、伸び悩んでいる人にも最適です。なぜなら、あなたのスペイン語知識(ビル)を基盤から補強し直すことで、その上により大きなビルを建てるのが可能になるからです。

このスペイン語脳をインプットした後に、他の文法書を勉強したり、スクールに通った



り、ネイティブと交流すれば、それらを活かし、効果的に取り込むことができるようになるのです。

そして、もう一つ大事なポイントがあります。それは、

この教材の目的は、「急いで最後まで読むことではない」

ということです。

受験勉強でもなく、強制でもなく、あなたが「スペイン語を話せるようになりたい」という思いがあって、この教材を手にとったはずです。つまり、目的は、「スペイン語を話せるようになること」です。

ですから、早く読み進める必要は全くなく、自分で完全に理解できてから次に進むということをしてください。中途半端で前に進んでも何の役にも立ちません。

特に、前半部でのマインド構築がしっかりとできているかどうかで、その後の進歩が大きく変わってしまいますし、その後の動画や音声で学んでいくフレーズも、聞き流すだけで脳にインプットできなければ、読み終わった時に何も残りません。

また、1日に何フレーズも覚えようとしたり、いくつもの動画をみて、結局後で何も覚えていないよりも、1日何度も同じ動画・音声を見て繰り返し練習して1フレーズ覚えることができれば、3ヶ月で90フレーズも覚えることができます。

この差は3ヶ月後にははっきりしますので、しっかりと心に留めておいてください。



【スペイン語脳インプットの方法】

では、具体的に、どのようにスペイン語脳をインプットしていくのか？

といいますと、世界トップクラスから教わり、僕が体系化した、今回、[日本初公開](#)となる

「セrebroインストールメソッド」
Cerebro Install Method(CIM)
という手法を使います。

セrebroというのはスペイン語で「脳」という意味です。つまり、このメソッドを使って、あなたの頭の中にスペイン語脳を最速でインストールしていきます。

全部で11Pasos あります。Paso(パソ)はスペイン語でステップという意味で、11ステップあるということです。

11Pasos は次の通りです。



【セレブロインストールメソッド】

<マインドセット編>

- 【PAS01】間違った勉強法、固定観念(マインドブロック)を捨てる
- 【PAS02】スペイン語を勉強することは人生の成功につながることを知る
- 【PAS03】目標をイメージ化できるまで高める
- 【PAS04】口に出す
- 【PAS05】スペイン語のメンターを一人に絞って徹底的に真似る
- 【PAS06】3年後の自分を体現している人にコンフォートゾーンをあげてもらう

<テクニック編>

- 【PAS07】発音をネイティブレベルまで一気に引き上げる
- 【PAS08】入門レベルの文法をマスターする
- 【PAS09】スペイン語脳インプット(1):スペイン語で考える癖をつける
- 【PAS010】スペイン語脳インプット(2):中南米の文化を知り、受け入れ、自分のものとして愛着をもつ
- 【PAS011】モチベーションを維持する

「セレブロインストールメソッド」は、大きく分けて、<マインドセット編>と<スペイン語脳インプット編>に分かれます。

つまり、

スペイン語脳をインプットするテクニックだけではない、

ということです。

むしろ、プロセスの半分を占める「マインドセット」がとても重要です。

なぜか？



それは、

今後のスペイン語習得や人生そのものを成功に導く「基盤」を築く作業

だからです。

なので、スペイン語教材ですが、概念的な話が必然的に多くなります。

どんなことでも、達成するには、確固たる信念、マインドがなければ、長続きせず、失敗してしまうからです。語学においても、英語、スペイン語、途中でやめてしまう人や、上達していない人のほとんどは、マインドが弱い、または、マインドセット自体ができていないのです。

強固な信念、マインドがセットされると、

スペイン語脳が自然と身につく環境ができあがる

のです。

強固な信念、マインドセットは一度聞いただけでは作り上げることができないので、僕の役割は、しつこく言い続けることです。

もう一度言いますが、テクニック編だけを実践しようとしても、結局、勉強を継続させることができないので、失敗してしまうことがほとんどなのは、僕の経験からして明らかです。

マインドセット編から順番通りに行動することで出来上がった強固な信念、マインドセットの上に、テクニックを使うことで、初めてスペイン語脳が完成します。

ですので、



必ず正しい順番で、正しい方法で、スペイン語脳をインプットする

ことに心がけてください。

また、各 PASO の終わりに、あなたに取り組んでもらうタレア Tarea(スペイン語の意味:課題)があります。タレアに取り組むことで、あなたの理解をさらに深い次元に持って行くことができます。

タレアは、それぞれ、ワークシートが別のファイルでメンバーズサイトにありますので、そちらをダウンロードして使ってください。

大丈夫ですか？

心の準備はよろしいですか？

それでは早速、

スペイン語脳インプットを始めていきましょう！



セレクトインストールメソッド

<マインドセット編>

【PASO 1】間違った勉強法、固定観念(マインドブロック)を捨て、

正しい勉強法、考え方(マインド)をインプットする

<ポイント！>:マインドセット

脳の仕組みを意識しながら、まず、最初に次のワークをあなたと一緒にしたいと思います。

間違った勉強法、固定観念を捨てるということです。

なぜか？

脳というのは、水がいっぱいまで入っているコップのようなもので、新しいものを入れたかったら、その水を捨ててスペースを空けないといけません。また、今まで培ってきた間違った固定観念があると、それがマインドブロック(壁)となって、新しいアイデアを受け入れることを拒否してしまいます。そのため、まずは、マインドブロックを外し、その上から正しい勉強法、マインドをインストールし直しましょう。

ここでは、サブタイトルの赤字の固定概念を捨て、青字の新たなマインドをセットしていきます。



1. 外国語は単語、文法を暗記して覚える→脳の仕組みをうまく利用したもっと効果的な勉強法を受け入れる

日本の英語教育の弊害で外国語を勉強することは、単語や文法をひたすら暗記して…と考えて、それだけで拒否してしまう人があまりにも多いです。

しかし、実は、この勉強方法は、19世紀ヨーロッパのラテン語の勉強方法だそうです。2世紀も前の勉強方法であり、しかも、ラテン語はすでに存在しません。そんな勉強方法を21世紀にやっても効果はありません。気合いで、根性でやればマスターできる、という時代ではありません。

なので、

まずは、この「暗記・詰め込み型勉強方法」が王道である、
という考え方を捨てましょう。

21世紀になり、科学が進み、脳の仕組みが分かってきたからこそ、

脳に一番インプットしやすい効果的な勉強法を使いましょう。



2. どこかにより良い教材、スクールがあると思っている→自分の努力に焦点を当てる

「もっと高額なスクールに行けばスペイン語が伸びるはず…」
「今の教材よりももっと良いものがあり、それをやれば、もっと効果的に学べるはず…」

などと人間誰でも思ったことがあると思います。

確かに、スペイン語に関して言うと、なかなか情報もなく、種類も少ないので、質がよくないのに、お金だけとられるようなものもあるかもしれません。しかし、良いものもあるはずですよ。

ここで捨てて欲しい固定観念は、

**「何か別の良いものがある」と
常に外に解決策を探してしまう考え方を捨てる**

ということです。

そうじゃない、ということです。

別のものを探し続けても、何も解決しないし、時間とお金が無駄になってしまうだけなので、今日からそれを止めて、

自分の努力に焦点を当ててみましょう。

もう、あなたは、この「スペイン語脳インプット式勉強法」を手に入れています。そこに投資をしたわけですから、他を探すのは止め、



「よーし！これを真剣にやりきって、 必ずスペイン語を習得する」

と決めましょう。「これ以外ない」と思うことが大事です。

他に方法がある、なんて思うと、自分の弱さがでてきてしまいます。なかなか成果がでないように感じる時に、「やっぱりこの勉強法がよくないのかな」「もっと高い教材、スクールへ行けばよかったかな」という考え方が心を支配し始めます。でも、これは自分が努力をしなくなる“逃げ”なんです。

現実逃避の考え方に負けてはいけません。

例えば毎日コツコツと続ける、ということを実践し続ければ必ず身につきます。自分の中で“逃げ”になる考え方は今、捨てましょう。



3. ネイティブに習えばスペイン語が上達している → 明確な目的をもって、ネイティブをうまく活用してスペイン語を上達させる

日本人はネイティブに習えばスペイン語がうまくなると思っている人が多いですが、そんなことはありません。

ネイティブに丸投げするとどうなるか？

僕自身も経験がありますが、

ネイティブがひたすら話している → ときどき質問されて「si(はい)」「no(いいえ)」で答える程度 → レッスン終了

というパターンが続いて、結局スペイン語が伸びない、という結果になってしまいがちです。

これは、ネイティブには、日本人がどうやったらスペイン語が伸びるようになるか？

日本人はどんなところで悩んでいるのか？ がわからない

からです。

もう、予想が付いていると思いますが、本来ネイティブとのレッスンというのは、初心者向きではなく、中級以上の方が活用するには抜群の効果を発揮します。でも、それは、「ネイティブとのレッスンの目的」を明確にしている場合にのみ、効果が得られます。

自分の今まで覚えてきたスペイン語表現が通じるか？正しい発音ができているか？こう質問したらどう回答が返ってくるか？など、レッスンごとに自分で目



的、目標を決めて準備して臨んでください。そうすれば、

ネイティブをうまく活用してスペイン語を
上達させることができます。



4. 「楽しんで」スペイン語が覚えられると思っている→自分の努力がしっかりと結果に結びつく、効果的な方法を身につける

昨今、英語教材で、「聞くだけで…」 「〇〇するだけで」 「楽しんで…」 というようなものがたくさん出回っています。しかし、実際は、どれも、うーん、というものばかりです。それはなぜだと思いませんか？

それは、

「楽なもの」なんて存在しない

からです。

もちろん、他より効果的な方法はあります。ここでもそれを紹介します。しかし、それは、あくまでも、自分が努力をすることが前提で、その努力の方向性を正しい方向へ導くことで、より効果的になる、ということなんです。

努力せずに、身につくことは絶対にありません

ので、この間違った考え方をここで捨てましょう。

そして、

**自分の努力がしっかりと結果に結びつく、
効果的な方法を身につけましょう。**



5. 留学しないからスペイン語はできない→それを「言い訳」にする自分の弱さを乗り越える

この考え方は“逃げ”以外のなにものでもありません。確かに、留学することで、スペイン語が飛躍する場合があります。

しかし、

留学すれば“自動”で、“勝手”に、スペイン語が伸びることはありません。

それは、現地に長い間住んでいながら、スペイン語ができない人がたくさんいることから明らかです。留学しようとしなかつると、できる人はできるようになり、できない人はいつまでたってもできないのです。

その違いは、「自分の現状を言い訳にしているか」どうかです。

まずは、

「留学しないからスペイン語ができないんだ」という逃げの考えを捨てましょう。

そして、たとえ留学しなくても、着実に、この教材をやりきれば、必ずスペイン語ができるようになりますので、

**これを「言い訳」にしてしまう
自分の弱さを乗り越えられるようになります。**



6. **スペイン語の勉強時間はこれで十分と自分で決めている→200時間をめざす**

一般的にどんなことでも、ある程度成長を実感できるまでには200時間勉強が必要と言われています。

しかし、「スペイン語を勉強しているのに伸びない」と言っている人の多くに踏み込んで聞いてみると、実際は、1日5分の勉強で、まだ1ヶ月たっていなかったり、2ヶ月くらいだったりするわけです。

これでは、成果を感じられないのは当然です。

なぜか？

それは、その人が基準にしているいわゆる「基準値」が低すぎるのです。「基準値」が低いと、「自分はやっているのに結果がでない」と愚痴がでやすくなります。この基準値の最大の問題点は、自分の尺度で設定した主観だということです。客観的なものではないです。

**本当に結果の出る基準値を
自分のなかにインプットする必要があります。**

それがスペイン語で言えば「200時間の法則」なのです。

毎日勉強していれば、確実に成長しています。しかし、英語でもスペイン語でも200時間までは、成長が目に見えづらいです。そこで、「伸びない」と勘違いして挫折してしまう人が多いのですが、一度200時間とわかっていれば、そこまで頑張れますよね。そして、200時間を超えたとき、自分でもびっくりしますが、今まで蓄積してきたスペイン語の知識が、ある日、突然、一気に爆発します！



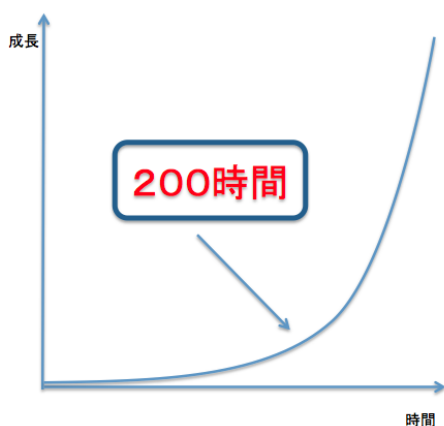
これを、一般的には「ブレイクスルー」と呼んでいるようですね。
僕もこのブレイクスルーがきました。それまで、相手の言っていることもなかなか理解できなかつたり、自分の思いを相手に伝えられなかつたりで、悔しい思いをたくさんしていたのですが、ある日、いきなり、

「あれっ、スペイン語がわかる！」

って気づきました。本当に突然です。昨日までできなかったのに、なんで？と自分で思ってしまったほど。

そのときの感動は今でも忘れません。

この感動をあなたにもあなたにも味わってほしいのです。



その意味では、
この教材はあなたの基準値を上げる目的もあります。

まとめると、
**自分の尺度で考えた「自分は勉強している、頑張っている」の基準値を
捨てましょう。**



そして、
まずは、

どんなことがあっても200時間を達成するまでは
がむしゃらにがんばりましょう。



7. **スペイン語を勉強する時間がない、と思っている**→**スペイン語を自分の優先事項にする**

「スペイン語を勉強する時間がない」ということを僕に言うてくる人が多いです。しかし、みんな等しく24時間持っています。

時間が無いという人は、本当は、「時間が無い」のではなく、

「スペイン語に時間を割くつもりがない」

だけです。

それを言い訳にしているんですね。

なので、

ここでは、まず、

**「時間が無い」と言い訳してしまう
自分の固定観念を捨てましょう。**

そして、

スペイン語の勉強を自分の中の優先事項にしましょう。

そうすれば、テレビを見たり、カラオケや飲み会に行く時間を削ったり、他の優先順位が下がったものを止めて、そこから時間を作り出すことができるようになります。



<タレア(課題)PAS01>

ここで、メンバーズサイトにある「セレクトロインストールメソッド PAS01 ワークシート」に取り組んでください。

今回ここで紹介した間違っただ勉強法、固定観念、マインドブロックはほんの一例で、人によって様々なものがあると思います。

**それらを整理し、正しい勉強法、マインドを
インプットすることが目的**

です。

書き出す＝アウトプットすることで、脳の中が整理され、長期記憶に残っていきますので、この作業はとても重要です。

しっかりと取り組んでくださいね。

人間は簡単に考え方を変えることができません。しばらく経つと元に戻ってしまいます。

なので、書き出したワークシートは、

目にとまる場所に常に貼っておいてください。

そうすることで、ことあるごとに思い出すことができます。

また、

あくまでも希望者は、ということですが、取り組んだワークシートを坪田に送っていただければ、それに対して、アドバイスしますので、ぜひ、活用してくださいね。

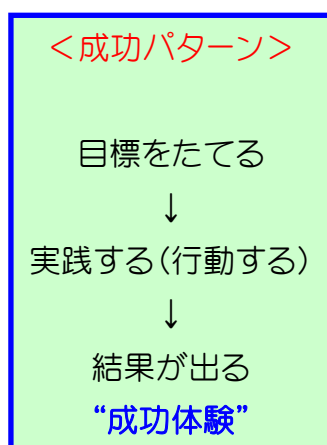


【PAS02】スペイン語を勉強することは人生の成功につながる

<ポイント！>:「成功体験」「成功パターン」

「思考は現実化する」とナポレオンヒルはいいましたが、脳というのは、不思議なもので、自信がなくて悪い方に考える人は悪い方向にしかいきません。逆に前向きな人は良い方向に進んでいきます。この仕組みを活用して「成功体験」というものを積むことで、人生を良い方向に持って行くというやり方があります。

今回、あなたは、スペイン語脳をインプットして、スペイン語を上達させるという目標があります。それを実践し、成功すると、脳がこうやって目標たててこうやってやると成功するという一つの「成功パターン」を覚えて、その後、別のことでも、同じパターンを組めば成功できるとわかるようになります。



つまり、この

成功パターンとも言える「成功体験」を一つ作る

ことがとても大切です。「スペイン語の習得」という「成功体験」が脳に記憶されると、今後、人生は常に成功を繰り返していけるようになります。



だから、

スペイン語を勉強することは人生の成功につながるのです。

だからこそ、今、この瞬間に、「**スペイン語脳をインプットして、スペイン語をを絶対に上達させるぞ！**」と深く決意しましょう！

その決意から生まれる行動で、スペイン語をマスターして脳に記憶される「成功体験」が、必ず、あなたを成功の連続で楽しい人生へと導いでくれます。

<タレア(課題)PAS02>

ここで、メンバーズサイトにある「セレクトロインストールメソッド PAS02 ワークシート」に取り組んでください。

**あなたの過去の成功体験、成功パターンを見つけ出し、
スペイン語脳インプットに弾みをつけるのが目的**

です。

書き出す＝アウトプットすることで、脳の中が整理され、長期記憶に残っていきますので、この作業はとても重要です。

しっかりと取り組んでくださいね。

人間は簡単に考え方を変えることができません。しばらく経つと元に戻ってしまいます。

なので、書き出したワークシートは、



目にとまる場所に常に貼っておいてください。

そうすることで、ことあるごとに思い出すことができます。

また、

あくまでも希望者は、ということですが、取り組んだワークシートを坪田に送っていただければ、それに対して、アドバイスしますので、ぜひ、活用してくださいね。



【PASO 3】目標をイメージ化できるまで高める

＜ポイント！＞:「カラーバス効果」

人間はイメージできるものしか実現できません。

だから、まずは、頭の中でイメージできるくらいまで、自分の目標を明確化する必要があります。

例えば、「スペイン語を習得したい」という願望はあるのに、なかなか現状叶っていないとしたら、おそらく、それは、あまりにも漠然としている為、潜在意識がどこに向かっていいか混乱している可能性があります。

これは、旅行でも同じなのですが、海外に行きたいという漠然な夢である場合、目的地が明確で無いために、飛行機に乗ることができません。

しかし、「コロンビアに行きたい」だったり、もっと言えば、「首都のボゴタや花の都メデジンに行きたい」と、目的地まで明確化することができれば、そこに到着するにはどうしたらいいかを考えることができるようになります。

つまり、目的地さえ明確に設定することができれば、あとは、「達成するためにはどうしたらいい」という視点で物事を見るようになります。

これは、

【カラーバス効果】を活用する

のです。

カラーバス効果とは心理学用語の一つです。カラーバスは「色を浴びる」という意味です。意識していることほどそれに関係する情報が自分のところに舞い込んで



くるようになることを表します。例えば、「今日のラッキーカラーは赤」といわれると、街でその色ばかりに目が行くなども、カラーバス効果です。

つまり、ガソリンランプが点灯したら、ガソリンスタンドが目につきやすくなるように、意識したものは自ずと目につくようになるのです。

人間は、意識した瞬間、それを知らず知らずに行動に移す生き物です。だから、まずは目標をイメージ化できるまで明確にし、

「スペイン語」「スペイン・中南米」を常に意識している状態

を作り出します。

すると、「カラーバス効果」により、日常生活の中で、「スペイン語」「スペイン・中南米」が目につくようになってきます。

では、どんな目標を設定すればいいのでしょうか？

例えば、六本木のサルサバーで、ラテン美人に声をかけて、楽しく会話しながら踊れるようになる、とか。ペルーのマチュピチュで、スペイン語ガイドの説明を通訳なしで理解している自分がある、とか、でもいいと思います。その場合、そのときの自分の服装とか相手の年齢とか具体的であればあるほどいいです。または、1年後には、スペイン語をバリバリ使う仕事に転職する、でもいいとお思います。この場合は、通訳なのか、翻訳家なのか、商社なのか決められればいいですね。

とにかく、可能な限り、具体的にすることです。その目標を書き出します。この書いたものを読んだら、頭にすぐに思い浮かぶくらいまで具体的にします。

いわゆるイメージトレーニングって聞いたことあると思います。体操選手や、スケート選手が大技を習得するため(目標)に、まず、イメージ化させるということをやりますよね。あれも、同じ原理です。

でも、イメージ化する、と言っても、行ったこともない国を歩いたり、会ったこと



もない人と話しているのを想像するって普通はできませんよね。では、どうしたらいいか？

1つ例をあげると、テレビ、映画、Youtube などがとても効果的です。テレビで、中南米やスペインを扱う紀行番組やバラエティー番組などを見ると、その国の風景、人、文化がビジュアルで脳に入ってきますので、イメージができるようになります。

実は、11ステップの中でも、ここが一番重要かもしれません。それくらい、この落とし込みが重要で、ここに時間をかけてもいいくらいです。

なぜなら、この最初の目標が明確になり、自分の中の優先事項にまでなっていないと、日常生活の他の誘惑に負けてしまうからです。仕事、家庭、友達、テレビ、お酒、恋人、ゲーム、漫画・・・誘惑をあげたらきりがありません。それを全て振り切って、スペイン語を勉強する方向へ自分をもっていけないといけません。結構、このステップをおろそかにする人が多いのですが、おろそかにした人に限って、スペイン語が伸びていないのが現実です。なので、しっかり取り組んでくださいね。



<タレア(課題)PAS03>

ここで、メンバーズサイトにある「セレクトロインストールメソッド PAS03 ワークシート」に取り組んでください。

**あなたのスペイン語を勉強する上での目標を
イメージ化できるまで具体化させることが目的**

です。

書き出す＝アウトプットすることで、脳の中が整理され、長期記憶に残っていきます
ので、この作業はとても重要です。

しっかりと取り組んでくださいね。

人間は簡単に考え方を変えることができません。しばらく経つと元に戻ってしまいます。

なので、書き出したワークシートは、

目にとまる場所に常に貼っておいてください。

そうすることで、ことあるごとに思い出すことができます。

また、

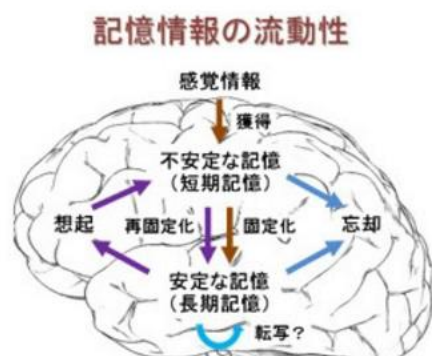
あくまでも希望者は、ということですが、取り組んだワークシートを坪田に送っていただければ、それに対して、アドバイスしますので、ぜひ、活用してくださいね。



【PASO 4】口に出す

<ポイント！>:脳の「短期記憶」と「長期記憶」の仕組みを活用

次にその自分で決めた目標を家族、友人、周りの人にことあるごとに口に出していきます。これは脳の仕組みである短期記憶、長期記憶というのに関係しています。



短期記憶とは一時的に記憶を溜める場所で、パソコンで言えば、一時メモリーにあたります。しかし、ここは、パソコンの電源を切るとメモリーにあったデータが消えてしまうように、大体、48時間すると忘れてしまうそうです。

そして、もう一つは長期記憶です。ここに入るとデータは保存され、ずっと残ります。パソコンで言えば、ハードディスクに保存されている状態になります。

スペイン語をマスターする場合、スペイン語の知識、そして、

スペイン語脳を長期記憶に残さなければなりません。

では、どうしたらいいか？

それは、繰り返すことです。繰り返すことで、短期記憶から長期記憶へ知識が移ります。



せっかく目標を決めても、短期記憶だけだと、そのうち忘れてしまい、他のことが優先順位になって、気付いたら何もやってない、目標を決めたことすら忘れてしまっている。そういうことがよくあります。

なので、

自分はスペイン語脳をインプットしてスペイン語をマスターするぞ！ということをあえて言いふらします。

“口にだす”ことで起きる「3つの素敵なこと」

- ① 何度も口にすることで、繰り返されて長期記憶に残っていきます。また、口に出していることで自分が常に意識できるようになります。
- ② 周りに宣言してしまうので、家族や友人に「あいつは口だけだ」と言われないようにがんばらなくてはならない、という、いい意味で追い込まれた状態になれます。
- ③ 周りの人に話していくことで、自分に運を呼び込むことができます。

すると、3つの素敵なことがあなたの周りに起こります！

僕の場合は、スペイン語ができないときから、

「スペイン語をマスターして、中南米に住んで、 日本と中南米の架け橋になる」

という目標を立て、それをことあるごとに、周りに言いまくっていました。周りからは最初は「口ばかり」と思われていたかもしれません(笑)。しかし、あまりにもしつこく言っているから、段々と周りも「こいつは本気かも」と思い始めてくれたようです。



ある日、僕の話聞いた人が、自分が心から尊敬するスペイン語通訳の方と話をする機会を作ってくれました。そして、その方とお会いした時に「どんなことがあっても自分の夢を貫けるか？」との質問に即答で「はい」と答えた時、この通訳の方が当時の在日コロンビア大使を紹介してくださり、コロンビアへ行くことになったのです。

人生は自分が強く決意し、行動すれば、必ず道が拓ける

ことを実感した瞬間でした。

あなたも、今日からどんどん自分の目標を「口に出して」行ってください。必ず、僕のように、道が拓けます。

その第一歩として、まずは、僕にあなたの目標を「語ってください」。

スペイン語エキスパート坪田と「目標」を共有し、後には引けない状況を作りましょう！



<タレア(課題)PAS04>

ここで、メンバーズサイトにある「セブローインストールメソッド PAS04 ワークシート」に取り組んでください。

**あなたが設定したスペイン語の目標を
実際に口に出していくことが目的**

です。

書き出す＝アウトプットすることで、脳の中が整理され、長期記憶に残っていきますので、この作業はとても重要です。

しっかりと取り組んでくださいね。

人間は簡単に考え方を変えることができません。しばらく経つと元に戻ってしまいます。

なので、書き出したワークシートは、

目にとまる場所に常に貼っておいてください。

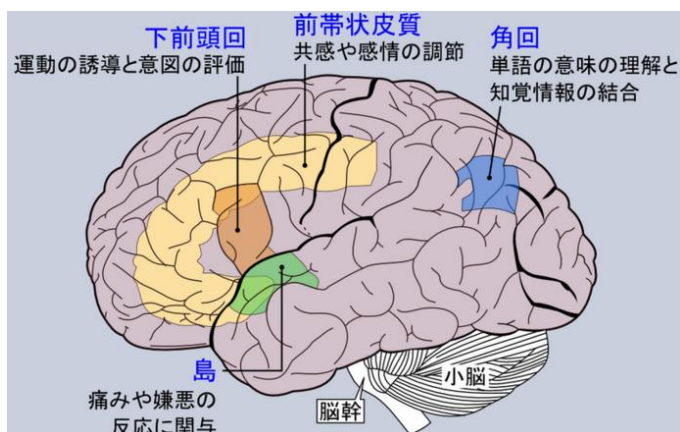
そうすることで、ことあるごとに思い出すことができます。

また、

あくまでも希望者は、ということですが、取り組んだワークシートを坪田に送っていただければ、それに対して、アドバイスしますので、ぜひ、活用してくださいね。



【PAS0 5】スペイン語のメンターを一人に絞って徹底的に真似 <ポイント！>:「ミラーニューロン細胞」



次の段階では、

スペイン語のメンターを一人に絞って徹底的に真似ていきます。

ここでは、**ミラーニューロン**という脳の仕組み、細胞を活用します。

ミラーニューロンはイタリアにあるパルマ大学のジャコモ・リッツォラッティ

(Giacomo Rizzolatti) 教授らによって、1996 年に発見されたもので、別名、モノマネ細胞とも言われています。簡単に言うと、何かを意識し、真似していると、だんだんと脳が、あたかも、それが自分であるかのように錯覚して、その人のような考え方、行動になっていく、力を発揮していくという細胞です。よく犬が飼い主に似るっていいですが、あれは本当なんですね。犬の脳が勘違いしているわけです。

これを活用して、自分でこの人はすごいって思ったスペイン語の専門家を徹底的に真似ていきます。その人の教えてくれている方法、考え方、趣味などを調べて真似します。

なぜか？



それは、その人はすでに専門家になっている、ある意味成功しているということは成功する道を知っている、ということです。その道を通れば誰でも成功できるわけです。

その道を通る方法は、とってもシンプルです。

成功者と同じ考え方、行動すれば成功できる

のです。

僕が尊敬するスペイン語通訳の方からコロンビア行きのチャンスをもたらした後、僕は、その方に何度も連絡をとらせていただき、「その方がどうやってスペイン語を勉強したのか?」「どのようにモチベーションを維持したのか?」「スペイン語の勉強で苦労したことは?」「会話のコツは?」など、スペイン語に関することから、「好きな食べ物は?」「普段どんな本を読む?」「好きなドラマは?」などまで結構しつこく聞きました。でも、嫌がらずにその方は教えてくれました。そして、それを徹底的に真似ました。

なぜなら、

その人のようになりたかった

からです。その人はすでにその道で成功している。その人が成功した道を迎れば、成功できるのはわかっていたからです。

そのおかげで、その方は、まだまだ僕から見れば、はるか遠くを走っていらっしゃいますが、少なくとも、スペイン語で自分も通訳ができるようになれました。

ここで大事なことが1つあります。

それは、



「メンターは一人に絞ったほうがいい」

ということです。

僕がここでいう「メンター」というのは、「実際に、その分野で実績があり、自分が心から尊敬でき、この人のようにになりたい、この人に教わりたいと思える人」を指します。

「メンター」という存在は、それぞれの分野において、必要となります。ビジネスを起業するときは、実際に起業している人しかそのことはわからない。逆に、ビジネスを起業することには優れていても、英語もスペイン語もやったことのない人であれば、その人にスペイン語を教えてもらうことはできませんよね。だから、「メンター」は、自分の人生で必要な分野(例えばスペイン語と起業)毎に、メンターを決めた方がいいと思います。

ただ、大事なことは各分野のメンターは「一人に絞る」ということです。多少わからないことを教わるとかならいいですが、メンターとして決める人は最初は一人のほうがいいです。

なぜかという、例えばですが、「元気ですか？」という表現を A さんは「Como esta?」と教えていたのに B さんは「Que tal?」と教えてくる。言葉なので、いろんな表現があるのは当たり前なのですが、このときに、ときどき、B さんが「A さんの表現は間違ってる」、とか余計なことを言う場合が結構多いです。間違っているわけではないのだけど、自分と違うことを教える人を受け入れたくないんですよね。比較されているのを意識すると人間は「自分が正しい」と言いたくなってしまう。

ただ、初心者からすれば、「えー、じゃあ、A さんから習ってたのはダメだったのか」、みたいに混乱してしまうんですね。だから、初めは、一人の人に絞ったほうが早いです。



僕のビジネスのメンターから教わったことは、

「メンターの言ったことは全部やる」

ということです。

どうやったら成功できるかを知っているメンターから習ったことは全て実践する。これがとても大事なことです。僕も先ほどの話にでてきた、「スペイン語のメンター」から習ったこと、そして、この「ビジネスのメンター」から習ったことは全て、真似、実践しています。

ちょっと考えてみてください。

もし何人もメンターがいたら、それこそ、やることがたくさんありすぎて、どれも中途半端になり、結局、どれも結果がでないということになりますよね。なので、まずは、一人の人に徹底してついていきましょう。

もちろん、自分の成長の度合いによっては、その後、別のメンターが必要になることもあるかと思います。それはその自分の成長度合い、レベルに合わせて、自分を高めてくれるメンターを一人決めていけばいいと思います。

心から尊敬できるその道で実績を出している人をメンターとし、常にその人を意識し、真似することで脳の中の「ミラーニューロン細胞」を活性化させれば、

自然と脳と体がその人のように、自分を一流にしてくれます。



<タレア(課題)PAS05>

ここで、メンバーズサイトにある「セブレロインストールメソッド PAS05 ワークシート」に取り組んでください。

あなたのスペイン語のメンターを明確にすることが目的

です。

書き出す＝アウトプットすることで、脳の中が整理され、長期記憶に残っていきますので、この作業はとても重要です。

しっかりと取り組んでくださいね。

人間は簡単に考え方を変えることができません。しばらく経つと元に戻ってしまいます。

なので、書き出したワークシートは、

目にとまる場所に常に貼っておいてください。

そうすることで、ことあるごとに思い出すことができます。

また、

あくまでも希望者は、ということですが、取り組んだワークシートを坪田に送っていただければ、それに対して、アドバイスしますので、ぜひ、活用してくださいね。



【PAS0 6】3年後の自分を体現している人にコンフォートゾーン をあげてもらおう

<ポイント！>:「コンフォートゾーン」



コンフォートゾーンとは、自分の居心地のいい場所、という意味で、この枠からでてしまうと、脳は不安を感じて、元の場所に戻ろうとする、という習性があります。しかし、この居心地のいい場所は必ずしも自分の成長にとっても良い場所とはかぎりません。

例えば、

「日曜日はごろごろする。毎日会社から帰ったら、テレビみて、ビール飲んで寝る。」

こういう生活がコンフォートゾーンになっているとします。この人にとって、今日から、会社から帰って来たら、最初に

「スペイン語を毎日30分勉強する」ことは大変な苦痛

を伴います。家に帰るまでは「よーし今日こそ！」と思いますが、家に着くとテレビをつけちゃって、ビール飲んじゃって、眠くなっちゃって、気付いたら朝…なんてことに。



これがコンフォートゾーンの怖さです。

ここから抜け出さなければ、あなたの目標は達成できません。

じゃあ、どうするか？

それは、環境を変える、つまり、自分のコンフォートゾーンを上げる、ということです。

先ほどの例で言えば、

「毎日30分スペイン語を勉強していることが心地よい」

というコンフォートゾーンに変えてしまうわけです。

しかし、この環境を変える、コンフォートゾーンを変えるということは、一人ではとても難しいです。そこで簡単な方法が実はあります。それは、自分の目標を実際に1歩でも2歩でも先で体現している人、理想は自分が3年後にたどり着いていたい人生のステージにすでにいる人に近づいて行って、

その人にコンフォートゾーンを上げてもらう

のです。

自分の目標とする3年後のステージに“すでに”いる人は、少なくとも今の例のようなだらだらした生活は送っていないと思います。送っていたら前に進めないからです。だから、その人の生活環境に引き入れてもらって、その人と一緒に行動していれば、そのうちその人のコンフォートゾーンが自然と自分のものとなり、居心地がよくなります。

最初は大変です。



なぜなら、毎日「疲れたー」と、家でビール飲んでテレビみるだけの生活から、急にスペイン語毎日勉強しようってリズムに変えるのは簡単ではありません。
だからこそ、こうした

引き上げてくれる人が重要

になります。

僕の場合、心から尊敬するスペイン語の通訳で、僕が自分のメンターと決めた方の考え方などを徹底して真似して、ミラーニューロン細胞を活性化させる一方で、その方はスペイン語を教えていなかったのも、直接スペイン語を教わることはできませんでした。そんなとき、たまたま、その方の弟子にあたる通訳をされている方と親しくなる機会がありました。

メンターは、当時、60代くらいだったのですが、この人は、30代。僕は20代前半。30代なのに、すでに、通訳としてバリバリ活躍されている人だったので、年も近かったし、

3年後にはこの人のレベルまでなってやる！

と自分で勝手に決めて、その人にぴったりくっついて学ぶために、スペイン語のプライベートレッスンをお願いしてやってもらうことになりました。週2回で月謝は3万だったと思います。当時の給料ではかなり厳しい額でしたが、これで自分は、さらに上に行くんだ、とっていました。

結果、スペイン語の勉強も進みましたし、でもそれよりも、実際にスペイン語を使って通訳や仕事をしている人のそばで、その仕事を見させてもらったり、その人の仲間との集まりに連れて行っていただく中で、「こんな人たちがいるんだ」「こうやって努力して力をつけているんだ」など、



自分の中で今まで考えたことも、
想像したこともなかった世界がある

ことに気づくことができました。そして、自分もそのレベルに行きたいと思いましたし、そのための努力も惜しまずにできるようになりました。今思えば、まさに、その人に「コンフォートゾーン」を上げてもらっていたのだと思います。



<タレア(課題)PAS06>

ここで、メンバーズサイトにある「セレクトロインストールメソッド PAS06 ワークシート」に取り組んでください。

あなたの3年後の自分を体現する人を見つけることが目的

です。

書き出す＝アウトプットすることで、脳の中が整理され、長期記憶に残っていきますので、この作業はとても重要です。

しっかりと取り組んでくださいね。

人間は簡単に考え方を変えることができません。しばらく経つと元に戻ってしまいます。

なので、書き出したワークシートは、

目にとまる場所に常に貼っておいてください。

そうすることで、ことあるごとに思い出すことができます。

また、

あくまでも希望者は、ということですが、取り組んだワークシートを坪田に送っていただければ、それに対して、アドバイスしますので、ぜひ、活用してくださいね。



セrebroインストールメソッド

<テクニック編>

【PAS07】<超カンタン！>発音をネイティブレベルまで一気に引き上げる

1. 発音について

語学の勉強で発音はとても重要です。なぜならば、音が理解できないと、脳が記憶できないからです。

例えば、黙読ってありますよね。本を読んだりしているときって、声をだしていません。でも、あれば、脳の中で声を出して読んでいるんですよね。だから、当然ながら、音読が遅い人は、黙読も遅いことがほとんどです。つまり、言語は、「音」を使って脳に記憶しているので、音がわからないものは、記憶に残らないんです。また、音を間違えて覚えてしまっている場合は、そのせいで、相手の言っていることが理解できないという問題が生じてしまいます。そのため発音というのはとても大事で、最初に取り組むべき問題なのです。

スペイン語脳をインプットするにも、そもそもスペイン語の音がわからなかったら、スペイン語で理解できる脳になれないんですね。

幸い、英語と違って、

スペイン語は日本語にとっても近い発音



なので、いくつかの法則、例外さえ知ってしまえば、すぐにネイティブと同じような発音をマスターできます。

ちなみに、日本では「ネイティブに習えばいい」という安易な考え方が強いですが、これは間違いで、ネイティブの発音に触れる前に、まず、

発音の基礎を日本人の観点から覚えた方がより効果的

です。

なぜなら、ネイティブは「日本人の苦手な部分」がわからないからです。本当に日本語とスペイン語の違いについて、専門的に研究している人であれば別ですが、そんな人は数えるくらいしかいないですよ。そうじゃなくて、たまたま日本と縁ができてスペイン語教師をして、ちょっと日本語をかじったくらいの人では、「日本人の苦手な部分」は理解できないのです。

これは、例えば、あなたが中南米に行って、急に日本語を教えることになったことを想像すればわかりやすいと思います。あなたにとっては、構造や仕組みなんか考えないで自然と覚えた日本語のどこが中南米の人にとって難しいのか？なんて想像しようがないと思います。

なので、ネイティブとの実戦に臨む前に、ここで、ネイティブが気づかない日本人が絶対に抑えた方がいい発音のポイントを説明します。これは、僕が実際にスペイン語を覚えていく過程の中で、絶対に覚えておいた方が良かった実体験から生まれた発音のポイントですので、必見ですよ！

発音ポイント1: スペイン語の発音はローマ字読み、カタカナ読みでOK!



基本的には、スペイン語はローマ字読み、カタカナ読みで大丈夫です！これが日本人にとって、スペイン語を勉強することの最大のメリットです。逆に、アメリカ人はスペイン語の発音がとても下手です。英語からスペイン語に入るのは、発音の観点からはとても難しいようです。だから、日本人がスペイン語を話すと、中南米の人たちから「発音が上手だね！」と褒められることが多いです。

僕も、初めて1ヶ月も経たない頃に、ネイティブと話す機会があって、英語で過去に痛い目に遭っていた経験があったので、恐る恐る発音したら「君、発音上手だね！」って褒められたんです。それで一気にスペイン語を発音する怖さを吹っ切ることができました。

カタカナ読みに関しては、最初はいいかもしれませんが、やはり、目的は「日本語で考えない」スペイン語脳をインプットすることなので、なるべく早い段階で、単語をみたら、そのままローマ字読みで発音できるクセをつけましょう。

発音のポイントはいくつかありますが、大事なことはそれにとらわれることなく、今はニュアンスをわかっていればいいです。その後、実践で使っていく中で脳に記憶していけば大丈夫です。

スペイン語のアルファベット順の読み方については、この教材の最後にまとめたので、それを見て、参考にしてください。

発音ポイント2:「ci」「si」は「シ」ではなく「スイ」

「ci」と「si」は、中南米のスペイン語では全く同じ音なのですが、どちらも日本人だとカタカナ読みの弊害からか「シ」と発音してしまう人がめちゃくちゃ多いんですが、実際は、「スイ」のほうがネイティブの発音に近いです。

例:ci→ gracias グラスィアス 意味:ありがとう

Si スィ 意味:はい



発音ポイント3: 「H」は発音しない

スペイン語では「H」は単純に発音しません。

そのため、

ha ア hi イ hu ウ he エ ho オ

となります。

発音ポイント4: 「J」は「ハ」

スペイン語の特徴の一つですが、「J」は「ハ」になります。

そのため、

ja ハ ji ヒ ju フ je ヘ jo ホ

となります。

発音ポイント5: 「fu(フ)」と「ju(フ)」の違いを極める!

スペイン語の「fu」と「ju」の発音の違いが意外と日本人はできません。
カタカナ表記にするとどちらも「フ」なのですが、全く違う音です。

「fu(フ)」: 下唇に上前歯を置いてから一気に息を吐きながら「フ」と言う

例: fuego フェゴ 意味:火

「ju(フ)」: 唇を「ウ」というつもりで前に突き出し、喉の奥で「フ」と言う

例: juego フェゴ 意味:ゲーム、遊び

この二つの単語はカタカナで書くと同じ発音に見えますが、意味が全く違います。



僕はかつて、通訳をしたときに、この二つの発音を間違えて、意味が変わってしまい、恥ずかしい思いをしたことがあるので、気をつけてくださいね。

発音ポイント6: 「gi(ヒ)」と「ji(ヒ)」、「ge(ヘ)」と「je(ヘ)」

「gi(ヒ)」と「ji(ヒ)」、「ge(ヘ)」と「je(ヘ)」はそれぞれ同じ音になります。

例:gigante ヒガンテ 巨人 vajilla バヒージャ 食器

例:gente ヘンテ 人々 jefe ヘフェ 上司

発音ポイント7: 「gui(ギ)」「gue(ゲ)」

ポイント5で見たように、「gi」と「ge」とが「ヒ」「ヘ」となってしまうため、ガググゴ の「ギ」「ゲ」は書き方がちょっと変わります。

「gui(ギ)」「gue(ゲ)」

例:guitarra ギターラ ギター juguete フゲーテ おもちゃ

発音ポイント8:「LL」と「Y」は同じ音

スペイン語特有の「LL」という子音があり、これと「Y」は同じ音です。地域によってかなり音が変化しますが、ここでは、その中でも比較的標準となる音で覚えることにします。

「lla(ジャ)」「lli(ジ)」「llu(ジユ)」「lle(ジエ)」「llo(ジヨ)」

「ya(ジャ)」「yi(ジ)」「yu(ジユ)」「ye(ジエ)」「yo(ジヨ)」



発音ポイント8:「ñ」の発音はニャ・ニユ・ニョ

スペイン語特有の子音「ñ」の発音は次の通りです。

「ña(ニャ)」「ñi(ニ)」「ñu(ニユ)」「ñe(ニエ)」「ño(ニョ)」

発音ポイント9:キとケは「qui」「que」と書く

「qui」は「クイ」ではなく、「キ」。

「que」は「クエ」ではなく、「ケ」と発音します。

例: quiero キエロ 何がほしい qué ケ 何

発音ポイント10:「r」と「rr」

これもスペイン語の特徴なのですが、「r」とは別に「rr」という子音があります。

「r」は普通のら行で発音しますが、唯一、単語の最初に「r」が来た時は巻き舌になります。

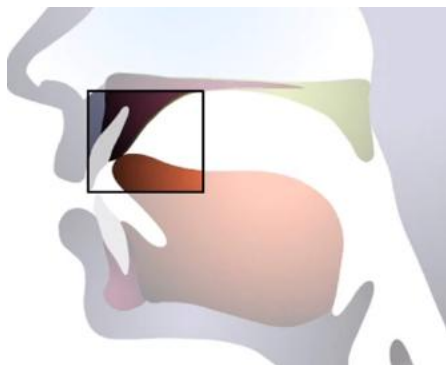
例: radio ラディオ(巻き舌のラ) ラジオ

「rr」は巻き舌で「ら行」を発音します。



<Rの巻き舌について>

巻き舌が苦手な人もいます。その場合、この絵を見てもらって、前歯の後ろのちょっと奥の歯茎のところに舌をおいて、その状態で「ルー」と言おうとして思いつきり息をはいてください。これを何回もやっているうちに、少しずつ巻き舌ができるようになります。



発音ポイント11:「b」と「v」は中南米では同じ音

「ba(バ)」「bi(ビ)」「bu(ブ)」「be(ベ)」「bo(ボ)」「
「va(バ)」「vi(ビ)」「vu(ブ)」「ve(ベ)」「vo(ボ)」

発音ポイント12:「x」の発音は独特

「x」の発音はスペイン語独特です。英語と異なるのですが、日本人は「グザ」など英語で発音する濁音になってしまっている人が多いので、気をつけてください。

「xa(クサ)」「xi(クスィ)」「xu(クス)」「xe(クセ)」「xo(ボ)」

例: examen エクサメン 試験



発音ポイント13: 「z」は「ザ」ではなく「サ」

スペイン語の「z」は濁音がつかず「サ行」となるので、「s」と同じ音になります。

「sa(サ)」「si(スイ)」「su(ス)」「se(セ)」「so(ソ)」「
「za(ザ)」「zi(ズイ)」「zu(ズ)」「ze(ゼ)」「zo(ゾ)」

例: zapato サパト 靴 erizo エリソ うに

2. アクセントについて

スペイン語のアクセントは英語とは違います。

アクセントについて、スタートの段階で知っておいた方がいいことは3つあります。

アクセントのポイント1: 単語が母音や「-n」「-s」で終わる場合

最後から数えて2番目の音節にアクセントがきます。ほとんどの単語がこのパターンです。

例: exa-men エクサメン 試験

アクセントのポイント2: 「-n」「-s」以外の子音で終わる場合

最後の音節にアクセントがきます。

例: To-mar トマール 取る Universidad ウニベルシダ 大学

アクセントのポイント3: 上記の法則以外の場所にアクセントが



来る時

必ず、アクセント記号がつきます。アクセントがついていたら、そこを強く発音すればいいので簡単ですね。

例: can-ci-ón カンスイオン 歌

3. 大きく口を開け、大きな声を腹から出す

スペイン語圏の文化というのは、

「口に出さなければ相手に伝わらない」

という文化です。日本と全く異なります。「わかってくれるだろう」「あ・うんの呼吸」などは存在しません笑。だからこそ、小さい時から、家庭でも学校でも、「主張しなければ存在していないのと同じ」と教えられ、常に人よりも発言しようと努力してきました。中南米では「寡黙は美德」「沈黙は金」ではなく、

「無口、沈黙は、考えを持たないただのバカ」

だと思われてしまいます。

だから、みんな、自然と口を大きく開け、声も大きく、自分の存在を訴えるように話をします。

そこに、日本人が、下を向いて、相手の目を見ることもなく、ボソボソと話したらどうでしょう？ 通じませんよね。

ここは、ラテンの文化を受け入れ、



堂々と大きく口を開いて、大きな声で発音をしていきましょう。

また、大きく口を開けて大きく声を出すと脳が刺激され、記憶により一層残ることも科学的にわかっていますので、ぜひ、やってくださいね。

4. スマホを活用して自分の発音をチェックするクセをつける

最近、スマホがかなり普及してきているので、スマホの方は、標準でインストールされているボイスレコーダーを使って、自分の発音をとって、ネイティブや発音 CD の音声と比較してみましょう。

<まとめ>

以上のポイントを実践していくと

- 単語を見て、日本語やカタカナで考えることなく、自動的にスペイン語の発音が頭に浮かぶようになります
- 発音を聞いて、自動的に頭の中で単語が思い浮かび、「スペル」「意味」が理解できるようになります。

スペイン語脳への第一歩です。しっかりと継続してがんばってくださいね！



【PASO 8】必要最低限、入門レベルの文法をマスターする

もし、あなたが全くの初心者でこれからスペイン語を勉強したいと思っている場合、3ヶ月後の目標としては、DELE の A1 レベルを目指すのが妥当です。DELE とは、

Diplomas de Español como Lengua Extranjera の略で、「外国語としてのスペイン語」の能力を証明するものです。

スペインの文部省傘下の Instituto Cervantes が運営しており、世界で通用する唯一の認定試験です。TOEFL とか TOEIC みたいなもので、筆記だけでなく、リスニング、面接もあります。まさに、コミュニケーション能力が問われる試験です。

A1 レベルでは、動詞の現在形と名詞、形容詞の性、数がわかればいいです。つまり、これができれば、日常会話は十分できる、とスペイン政府が証明してくれています。

旅行会話レベルではなく、日常会話ができるレベル。そこまで3ヶ月でいけます。ここまで行ければ、会話が楽しくなり、ここから過去形とか上乘せしていくことは本当に簡単です。

具体的な話に入る前に、ここでの重要なポイントを2つお教えします。

1) 「難しい」と最初から思ってメンタルブロック(拒否反応)を作らない。

今回目標にする DELE の A1 レベル試験では、自己紹介がスペイン語でできるようになることがポイントになってきます。名前を言うだけでなく、自分のことをいろんな角度から言えるようになることが目的です。しかし、実は、難しい文法、活用なんかなくても、現在形の動詞だけで言えてしまうことがほとんどです。つまり、日常的事は、そんなに難しい文法がわからなくてもできるんです。「そっかー！ そうなんだ！」と希望を持って、楽しく臨んでいきましょう！



2) 間違いを恐れない

発音や文法が100%完璧にできないと間違えるのが怖くて口に出せない人が日本人はほとんどです。僕も英語の時はそうでした。「動詞の活用はこれでよかったですか?」「この名詞は男性形だけ?」「ここは定冠詞か不定冠詞か?」など、悩むことがあると思いますが、それに囚われて立ち止まっては絶対にいけません。

こんなことがありました。僕がやはり、名詞の男性形、女性形で悩んでいて、言葉にするのが怖かった時に、コロンビアのネイティブと会話していた時、

な、なんと!!!!

ネイティブが名詞の性・数を間違えている

ことに気づいてしまったんです。

そうなんです。ネイティブだって間違えるんです。外国人なんかなおさらじゃん!って思ったら、急に気が楽になって、間違えても気にならなくなりました。そしたら、使っているうちにだんだんと間違いなくなってきました。

ちなみに、僕だって、いまだに、ときどき間違えることはありますよ。

だから、

間違えることを気にせずに、どんどん使ってください。

中南米のネイティブはラテンのノリで、とても日本人に優しいから、間違えても優しく受け入れてくれますから!!

それでは、文法への先入観、怖さがとれたところで、最低限覚えるべき文法のポイントをお教えします。



LECCION1: 名詞の性

スペイン語の名詞には、全て性別があり、男性名詞と女性名詞に分かれます。基本的な考え方としては、

- もともと人間や生物など男性、女性があるものは、名詞もそれに合わせる。

例: padre(父) → 男性名詞 madre(母) → 女性名詞

- 単語の語尾は「o」で終われば男性名詞、「a」で終われば女性名詞

例: libro(本) → 男性名詞 mesa(机) → 女性名詞

※ 「o」「a」で終わらない単語もあります。その場合の見分け方は、今から慌てて暗記する必要はありません。勉強を進めていく中で、自然にわかるようになります。

- 一つの単語で男女両方を意味できる場合は、語尾を「o」にすれば男性、「a」にすれば女性になります。

例: amigo アミーゴ 男友達 amiga アミーガ 女友達



LECCION2: 名詞の数

スペイン語の名詞には、数の概念があり、「単数形」「複数形」があります。
基本的な考え方としては、

- 名詞の普通の状態が「単数形」。その語尾に「-s」を加えると「複数形」になります。

例:hermano エルマーノ 兄(弟)
→ hermanos エルマーノス 兄弟

- もし、単語の語尾が子音で終わる場合は、「-es」を加えると「複数形」になります。

例:papel パペル 紙 → papeles パペレス (複数の)紙



LECCION3: 定冠詞の性と数

英語の the にあたるスペイン語の定冠詞にも、名詞のように、性・数があります。
基本的な考え方としては、

- スペイン語の定冠詞は次の通りです。

定冠詞

	男性	女性
単数	el エル	la ラ
複数	los ロス	las ラス

- 定冠詞は、話し手同士の間で「特定されているもの」「話題になっているもの」として思い浮かべている名詞のときに使い、「性・数」は、後に来る名詞の「性・数」と一致させます。

例: el libro エル・リブロ その本

※ libro が「男性・単数形」なので、定冠詞も「男性・単数形」

las frutas ラス・フルータス それらの果物

※ frutas が「女性・複数形」なので、定冠詞も「女性・複数形」



LECCION4: 不定冠詞の性と数

英語の a にあたるスペイン語の不定冠詞にも、名詞のように、性・数があります。
基本的な考え方としては、

- スペイン語の不定冠詞は次の通りです。

不定冠詞

	男性	女性
単数	un ウン	una ウナ
複数	unos ウノス	unas ウナス

- 不定冠詞は、話し手同士の間で「一般的なもの」、「不確定なもの」として思い浮かべている名詞のときに使い、「性・数」は、後に来る名詞の「性・数」と一致させます。

例: un libro ウン・リブロ ある本

※ libro が「男性・単数形」なので、不定冠詞も「男性・単数形」

unas frutas ウナス・フルータス いくつかの果物

※ frutas が「女性・複数形」なので、不定冠詞も「女性・複数形」



LECCION5: 形容詞

スペイン語の形容詞は、英語や日本語と違う特徴があります。

- 通常、名詞の後ろにきます。
- 修飾する名詞に合わせて性・数が決定します。

<ポイント> 順番はこうなります。

定冠詞 or 不定冠詞 + 名詞 + 形容詞

例: un carro nuevo ウン カーロ ヌエボ 新しい車

※ 各単語全ての性・数が一致します。

- 「bueno」(良い)と「malo」(悪い)が男性・単数の名詞を修飾する場合は、基本、名詞の前にきて、語尾の「o」がとれて「buen」「mal」となります。

un buen café ウン ブエン カフェ 良いコーヒー

el mal tiempo エル マル ティエンポ 悪い天気



LECCION6: 数字を最速で覚えよう!

1. 数字1から10

本格的に動詞を学ぶまでに、日常会話において一番よく使う表現であり最重要項目でもある

「数字・曜日・日付」

を学びます。これらを言えるようになるだけで、スペイン語で話せる楽しさが爆発的に増大します。

しかも、これらを覚えるのに、文法は全く必要なく、フレーズを覚えるだけで大丈夫です。これで頭のいいあなたは、

「ピーン」

ときたと思いますが、文法は机に向かって勉強するものではありません。

実践で使っていく中で自然と身について、後で確認のために文法の説明を聞く。というのが正しい方法です。

最初の目標としては、1から100まで言えるようになりましょう。そうすることで、日付(1日から31日までありますね)、時間(60分まであります)などが言えるようになるからです。

いきなり大変に感じるかもしれませんが、しかし、安心してください。少しずつ分けてわかりやすく教えていきます。

それでは、今回は「数字1-10」を勉強します。



<数字1から10>

1 ウノ uno

2 ドス dos

3 トレス tres

4 クアトロ cuatro

5 スインコ cinco

6 セイス seis

7 スイエテ siete

8 オチョ ocho

9 ヌエベ nueve

10 ディエス diez

動画で詳しく説明しています。

動画:

<https://youtu.be/S73-3P4iErs>

動画ではどうやって覚えたらいいかのポイントも説明しているので、しっかりと聞いて実践してください。

2. 数字「11から20」

ここでは、前回で覚えた1から10までの数字に加えて、11から20まで言えるようになりましょう！

日常会話では数字はどうしても欠かせません。買い物のお金を言ったり、日付を言ったり…

とてもよく使う分、すぐに覚えられるはずです！では、早速数字11-20を覚えましょう！



<数字11から20>

11 オンセ once	17 ディエスイスイエテ diecisiete
12 ドセ doce	18 ディエスイオチヨ dieciocho
13 トレセ trece	19 ディエスイヌエベ diecinueve
14 カトルセ catorce	20 ベインテ veinte
15 キンセ quince	
16 ディエスイセイス dieciséis	

今回も動画でわかりやすく説明していますので、そちらを参考に勉強してくださいね。

動画:

<https://youtu.be/zdprkCSWvs0>

まずは31まで覚えて日付を言えるようになることを目標に頑張りましょう！

3. 数字「21から29」

前回は20まで言えるようになりました！

今回は、29まで言えるようになりましょう！

21から29は、特別な言い回しです。とはいえ、ここをおさえてしまえば、そのあとはずっと楽になりますので、先を見越して、覚えてしまいましょう。

<数字21から29までの考え方>

21 ベインティウノ veintiuno

22 ベインティドス veintidós



23 ベイントイトレス veintitrés

21-29

ベイントィ〇〇(〇〇は1-9の数字)

【ポイント】

では、今回も動画を見て、学びましょう。

動画:

<https://youtu.be/c6neJcePfto>

31までもう少しです！日付を言えることを目標に頑張りましょう！

4. 数字「30から40」

もう少しで日付が言えるようになります！

日付は後日練習しますが、言えることが増えていくと嬉しいし、楽しいです！

ペラペラ数字を言える自分を想像しながら学びを続けましょう！

今回は数字30から40を覚えます。今回のポイントは、ここで「法則を見出す」ということ。30から40で法則がわかれば、あとは、100までワンパターンになりますので、とても楽になります。

<数字30から40>

30 トレインタ treinta

32 トレインタ イ ドス

treinta y dos

【ポイント】

31の考え方

「30と1」と考える。

トレインタ イ ウノ

treinta y uno

33 トレインタ イ トレス

treinta y tres

34 トレインタ イ クアトロ

treinta y cuatro

35 トレインタ イ スインコ

treinta y cinc



それでは、今回も動画をみて、学びましょう。

動画:

<https://youtu.be/Z-2Thjj8Whw>

ここまできたら後はワンパターンで簡単です！よく頑張りました！！

もうちょっとです。楽しく勉強しましょう！

5. 数字「40から100」

これで一旦ひと段落です。本当によく頑張りました！

「1-100までスペイン語で言えるようになった。」これは本当にすごいことです！

自分を褒めてあげてくださいね！

<数字40から100>

40 クアレンタ cuarenta

80 オチエンタ ochenta

50 スィンクエンタ cincuenta

90 ノベンタ noventa

60 セセンタ sesenta

100 スィエン cien

70 セテンタ setenta

それでは、自分に誇りを感じながら、動画で100まで覚えてしまいましょう。

動画:

<https://youtu.be/-lKHKhqwv3Y>

覚えた数字を駆使して、これからは曜日、日付を覚えていきます！

LECCION7: 曜日

数字をマスターしたところで、まずは、曜日を覚えます。

曜日をスペイン語で言えるようになると、一気に世界が広がります。

曜日というのは、日常生活で毎日気にするし、話す内容です。

だからこそ、毎朝起きたら

「今日は何曜日？」

「今日は火曜日だ」

のようにスペイン語で言えば、一週間もすれば、完璧に言えるようになっていきますので、暗記しようと思わず毎日使うことで自然と覚えていくことを意識しましょう。

<曜日の聞き方>

質問:

¿Qué día es hoy? ケ ディア エス オイ?

(意味:今日は何曜日ですか?)

回答の仕方:

Es + 曜日.

例

Es miércoles. エス ミエルコレス

(意味:水曜日です。)

<ポイント>

•スペイン語では曜日の最初の文字を大文字にしません。

それでは、動画でわかりやすく開設しているので、そちらで学んでください。

<https://youtu.be/UptBUjsSGag>



LECCION8: 日付

今回から「日付完全インプット」として4回にわけて日付をまなんでいきます。

1. まずは「日」から

数字が100まで言えるようになったので、これからついに「日付」をスペイン語で言えるようにしていきます。

数字がわかっていれば、難しくありません！

<日付の聞き方>

¿A qué estamos hoy? ア ケ エスタモス オイ?

(意味:今日は何日ですか?)

まずは、このフレーズを覚えましょう。

そして、例えば、「8月6日」と言いたいとしたら、「8月」「6日」を二つに分け、まずは、「6日」を言えるようにしていきます。

<日にちの言い方>

回答の仕方:

Hoy es el seis. オイ エス エル セイス.

(意味:今日は6日です)

1日 プリメーロ primero

2日 ドス dos

3日 トレス tres

4日 クアトロ cuatro

5日 スインコ cinco

6日 セイス seis

7日 スィエテ siete

8日 オチヨ ocho



9日 又エベ nueve
10日 ディエス diez
20日 ベインテ veinte

30日 トレインタ treinta
31日 トレインタ イ ウノ
treinta y uno

※1日のみ、「一番目」という意味の primero を使います
日付が言えるようになると毎日使う表現ですから、スペイン語で言える自分が
誇らしくなります！

それでは、今回も動画をみてマスターしてください。

動画:

https://youtu.be/oQ_Chw5ssjU

マスターするためには、何度も繰り返し日々の生活のなかで声を出してつかって
くださいね。

2. 月

「今日は何日ですか？」 A que estamos hoy?

このフレーズは、もう脳にインプットできましたね？

前は、「8月」「6日」を二つに分け、「6日」を言えるようになりました。

今回は、「8月」を言えるようになりましょう！月は英語にも似ているところがある
ので、覚えるのはそんなに難しくないはずですよ。

<月の言い方>

回答の仕方:

Hoy es el 6 de agosto. オイ エス エル セイス デ アゴースト
(今日は8月6日です)



1月 エネロ enero	8月 アゴースト agosto
2月 フェブレロ febrero	9月 セプティエンブレ septiembre
3月 マルソ marzo	10月 オクトゥブレ octubre
4月 アブリル abril	11月 ノビエンブレ noviembre
5月 マージョ mayo	12月 ディスイエンブレ
6月 フニオ junio	diciembre
7月 フリオ julio	

簡単に覚えられるよう、動画を作成してあります。動画を何度も見て、確実に覚えてください。

動画:

https://youtu.be/9_0F7X0IGCs

3. 「誕生日はいつですか？」

ここまでで日付は完璧になったでしょうか？

少なくとも考え方はわかったと思うので、あとは、日々使うだけです。

毎日、朝起きた時に「a que estamos hoy?」と自分に声を出して聞きましょう。

そして、

「estamos a miercoles 31 de agosto!」と声に出して自分で答えましょう。

毎日行うだけで、たった1分の作業で、必ず、脳に残ります。

さて、今回は応用編で、誕生日を聞いてみましょう！中南米では誕生日はとても重要です。何歳になっても、誕生日を祝います。

早速勉強して、いろんな人の誕生日を聞けるようになりましょう！



<誕生日の聞き方>

質問:

¿Cuál es su cumpleaños? クアル・エス・ス・クンプレアニョス?

(意味:あなたの誕生日はいつですか?)

回答の仕方:

エス・エル・スイエテ・デ・マルソ.

Es el siete de marzo.

3月7日です。

<ポイント>

通常、誕生日はいつですか?と聞かれた場合、生まれた年は答えません。生まれた年を答えるときは、「あなたの生年月日はいつですか?」と聞かれた時だけなので、生まれた年は今の時点でスペイン語で言える必要はありませんので、安心してくださいな。

それでは、発音を完璧にするために、動画をチェックしてください。

動画:

<https://youtu.be/uLSRXU8Rchl>

以上で、「数字1から100」「曜日」「日付」が完璧になりました！！

おめでとうございます！ここまでがんばった自分にご褒美をあげてください！

それではいよいよここから文法の確認をしていきます。



LECCION8: 「私(僕)は」「あなたは」などの主語になる代名詞(主格人称代名詞)

いよいよ動詞の活用に入っていきますが、その前に、「私(僕)は」「あなたは」など、主語になる代名詞をおさえましょう。

	単数		複数	
一人称	yo ジョ	私は	nosotros ノソートロス (男)	私たちは
			nosotras ノソートラス (女)	
二人称	tú トゥ	君は	vosotros ボソートロス (男)	君たちは
			vosotras ボソートラス (女)	
三人称	él エル	彼は	ellos エージョス	彼らは
	ella エジャ	彼女は	ellas エージャス	彼女らは
	usted ウステ ッ	あなたは は	ustedes ウステデス	あなたたちは は

- 主語は、スペイン語では省略されることが多いです。
- スペイン語では、話す相手によって「tú(君は)」「usted(あなたは)」を使い分けます。

「tú(君は)」 → 家族、友人、親しい人、

「usted(あなたは)」 → 目上の人、上司、尊敬する人



- 中南米では、vosotros (君たちは) を使わず、その代わりに、すべて ustedes (あなたたち) を使います。

- 複数形の場合、次のように主語を使い分けます

男性のみの複数形 → 男性形を使用 (nosotros, vosotros, ellos)

女性のみの複数形 → 女性形を使用 (nosotras, vosotras, ellas)

男女混合の複数形 → 男性形を使用 (nosotros, vosotros, ellos)



LECCION9: スペイン語の be 動詞(1) ser(〜です)

スペイン語には、英語の be 動詞にあたる動詞が2つあり、それぞれ役割が異なります。まずは、ser 動詞を覚えましょう。

- ser(〜です)は、「不変的な事実」を意味します。
- スペイン語の動詞は、主語によって活用が変わります。

	単数			複数		
一人称	yo ジョ	私は	soy ソイ	nosotros ノソートロス(男)	私たちは	somos ソモス
				nosotras ノソートラス(女)		
二人称	tu トウ	君は	eres エレス	vosotros ボソートロス(男)	君たちは	sois ソイス
				vosotras ボソートラス(女)		
三人称	él エル	彼は	es エス	ellos エージョス	彼らは	son ソン
	ella エジャ	彼女は		ellas エージャス	彼女らは	
	usted ウステツ	あなたは		ustedes ウステデス	あなたたちは	

- 主語＋動詞＋補語の順番で文章を組み立てます。(主語と補語は同じもの(人)を指します)

例: Yo soy estudiante. ジョ ソイ エストゥディアンテ.
 (私は学生です。)

Él es japonés. エル エス ハポネス。(彼は日本人です。)



LECCION10: 疑問文と否定文の作り方

スペイン語では、疑問文と否定文はとても簡単に作ることができますので、ここでさくっと覚えてしまいましょう。

- 疑問文は、文章はそのまま文頭に「¿」文末に「？」をつけます。

例: ¿Usted es chino? ウステツ エス チーノ?

あなたは中国人ですか？

No. Yo soy Japonés. ノ。 ジョ ソイ ハポネス。

いいえ。私は日本人です。

- 否定文は、語順はそのまま、動詞の前に「no」を置くだけです。

例: ellas no son estudiantes.

エージャス ノ ソン エストゥディアンテス。

彼女たちは学生ではありません。



LECCION11: スペイン語の be 動詞(2) estar (～です)

スペイン語には、英語の be 動詞にあたる2つめの動詞が estar です。Ser との役割の違いをしっかりと覚えてしまいましょう。

- estar (～です)は、“気分”や“状況”など「一時的な状況・状態」を指します。
- スペイン語の動詞は、主語によって活用が変わります。

	単数			複数		
一人称	yo ジョ	私は	estoy エストイ	nosotros ノソートロス(男)	私たちは	estamos エスタモス
				nosotras ノソートラス(女)		
二人称	tu トウ	君は	estás エスタス	vosotros ボソートロス(男)	君たちは	estáis エスタイス
				vosotras ボソートラス(女)		
三人称	él エル	彼は	está エスタ	ellos エージョス	彼らは	están エスタン
	ella エジャ	彼女は		ellas エージャス	彼女らは	
	usted ウステツ	あなたは		ustedes ウステデス	あなたたちは	

- 主語＋動詞＋補語の順番で文章を組み立てます。(主語と補語は同じもの(人)を指します)

例: Yo estoy bien. ジョ エストイ ビエン.
 (私は元気です。)

Ella está feliz. エージャ エスタ フェリス.
 (彼女は幸せです。)



LECCION12: ar 動詞

スペイン語の動詞は、大きく分けて ar 動詞、er 動詞、ir 動詞の3つの種類があります。まずは ar 動詞を覚えましょう。

- 「-ar」より前は活用せず、「-ar」の部分が主語によって変化します。

例: estudiar エストゥディアール 勉強する
 「estudi」 → 活用しません。
 「ar」 → 主語によって活用します。

つまり、基本的には、「ar」で終わる動詞は、ar 動詞とされ、すべて同じ活用するので、この語尾の変化を覚えてしまえば、すべての ar 動詞を使いこなすことができます。

- ar 動詞の活用は以下のとおりです。例: estudiar 勉強する

	単数		複数			
一人称	yo ジョ	私は	エストゥディオ estudio	nosotros ノソートロス(男)	私たちは	エストゥディアモス estudiamos
				nosotras ノソートラス(女)		
二人称	tu トウ	君は	エストゥディアス estudias	vosotros ボソートロス(男)	君たちは	エストゥディアイス estudiáis
				vosotras ボソートラス(女)		
三人称	él エル	彼は	エストゥディア estudia	ellos エージョス	彼らは	エストゥディアン estudian
	ella エジャ	彼女は		ellas エージャス	彼女らは	
	usted ウステツ	あなたは		ustedes ウステデス	あなたたちは	

- 活用する語尾の部分は、一人称から順に並べると、「-o」, 「-as」, 「-a」, 「-amos」, 「-áis」, 「-an」となります。これを ar 動詞の -ar をとって、主語に合わせてくっつけば OK です！



例: Yo estudio el español.

ジヨ エストゥディオ エル エスパニョール.
私はスペイン語を勉強します。(勉強しています)。

Nosotros tomamos unas cervezas.
ノソートロス トマモス ウナス セルベーサ.
私たちはビールを何本か飲みます。

※ tomar 飲む cerveza ビール



LECCION13: er 動詞

大きく分けて3種類ある ar 動詞、er 動詞、ir 動詞のうち、er 動詞を覚えましょう。

- 「-er」より前は活用せず、「-er」の部分が主語によって変化します。

例: comer コメール 食べる

「com」 → 活用しません。

「er」 → 主語によって活用します。

つまり、基本的には、「ar 動詞」と同じ考え方で大丈夫です。「er」で終わる動詞は、er 動詞とされ、すべて同じ活用するので、この語尾の変化を覚えてしまえば、すべての er 動詞を使いこなすことができます。

- er 動詞の活用は以下のとおりです。例: comer 食べる

	単数			複数		
一人称	yo ジョ	私は	コモ	nosotros ノソートロス(男)	私たちは	コメモス
			como	nosotras ノソートラス(女)		comemos
二人称	tu トウ	君は	コメス	vosotros ボソートロス(男)	君たちは	コメイス
			comes	vosotras ボソートラス(女)		coméis
三人称	él エル	彼は	コメ	ellos エージョス	彼らは	コメン
	ella エジャ	彼女は		ellas エージャス	彼女らは	comen
	usted ウステツ	あなたは		ustedes ウステデス	あなたたちは	

- 活用する語尾の部分は、一人称から順に並べると、「-o」、「-es」、「-e」、「-emos」、「-éis」、「-en」となります。これを er 動詞の -er をとって、主語に合わせてくっつければ OK です！



例: Yo como carne. ジョ コモ カルネ.
私は肉を食べます。

Ustedes corren rápido. ウステデス コレン ラピド
あなたたちは早く走ります。

※ correr 走る rápido 早く



LECCION14: ir 動詞

大きく分けて3種類ある ar 動詞、er 動詞、ir 動詞の最後、ir 動詞を覚えましょう。

- 「-ir」より前は活用せず、「-ir」の部分が主語によって変化します。

例: vivir ビビール 住む

「viv」 → 活用しません。

「ir」 → 主語によって活用します。

つまり、基本的には、「ar 動詞」「er 動詞」と同じです。「ir」で終わる動詞は、ir 動詞とされ、すべて同じ活用するので、この語尾の変化を覚えてしまえば、すべての ir 動詞を使いこなすことができます。

- ir 動詞の活用は以下のとおりです。例: vivir 住む

	単数			複数		
一人称	yo ジョ	私は	ビボ vivo	nosotros ノソートロス(男)	私たちは	ビビモス vivimos
				nosotras ノソートラス(女)		
二人称	tu トウ	君は	ビベス vives	vosotros ボソートロス(男)	君たちは	ビビス vivís
				vosotras ボソートラス(女)		
三人称	él エル	彼は	ビベ vive	ellos エーゴス	彼らは	ビベン viven
	ella エジャ	彼女は		ellas エージャス	彼女らは	
	usted ウステツ	あなたは		ustedes ウステデス	あなたたちは	

- 活用する語尾の部分は、一人称から順に並べると、「-o」、「-es」、「-e」、「-imos」、「-ís」、「-en」となります。これを ir 動詞の -ir をとって、主語に合わせてくっつければ OK です！



例: Yo vivo en Japón. ジョ ビボ エン ハポン.

私は日本に住んでいます。

※ en ㇿ Japón 日本

Usted escribe un correo a ella.

ウステッ エスクリベ ウン コレオ ア エジャ.

あなたは彼女にメールを書きます。

※ escribir 書く correo メール a ㇿ



LECCION15: その他の重要な不規則動詞

今まで見てきた ar 動詞、er 動詞、ir 動詞の最後、ir 動詞でほとんどの動詞を使うことができるようになりますが、やはり、何事にも例外というものはあるもので、スペイン語の動詞にも不規則動詞というのがあります。今の時点で全部を覚える必要はありません。実践で ar, er, ir 動詞を使っていく中で自然と不規則動詞も使えるようになっていきます。ただ、不規則の中で、よく使う動詞というのがあるので、ここではそれらをピックアップしてお教えします。

① Tener テネール 持つ (英語の have に相当)

「所有(〜を持っている)」、「体の状態(〜の状態です)」などの意味をもち、また、「tener que(動詞の原形)」(熟語)で「〜しなければならない」という意味にもなります。

➤ tener の活用は以下のとおりです。

	単数			複数		
一人称	yo ジョ	私は	テngo tengo	nosotros ノソートロス(男)	私たちは	テネmos tenemos
				nosotras ノソートラス(女)		
二人称	tu トウ	君は	ティエネス tienes	vosotros ボソートロス(男)	君たちは	テネイス tenéis
				vosotras ボソートラス(女)		
三人称	él エル	彼は	ティエネ tiene	ellos エーゴス	彼らは	ティエネン tienen
	ella エジャ	彼女は		ellas エージャス	彼女らは	
	usted ウステッ	あなたは		ustedes ウステデス	あなたたちは	

例: Él tiene un computador MAC.

エル ティエネ ウン コンプタドール マック.

彼はマックのパソコンを持っています。

※ computador パソコン

(地域によっては computadora となる場合もあります)



Yo tengo mucha hambre.
 ジョ テンゴ ムチャ アンブレ
 私はとてもお腹が空いています。

※ mucha とても hambre 空腹(女性名詞)

② Ir イール 行く (英語の go に相当)

➤ ir の活用は以下のとおりです。

	単数			複数		
一人称	yo ジョ	私は	ボイ	nosotros ノソートロス(男)	私たちは	バモス
			voy	nosotras ノソートラス(女)		vamos
二人称	tu トウ	君は	パス	vosotros ボソートロス(男)	君たちは	バイス
			vas	vosotras ボソートラス(女)		vais
三人称	él エル	彼は	バ	ellos エージョス	彼らは	バン
	ella エジャ	彼女は		ellas エージャス	彼女らは	van
	usted ウステツ	あなたは		ustedes ウステデス	あなたたちは	

➤ 基本構造は次の通りです。

主語 + 動詞 + 前置詞 a(に) + 場所.

例: Yo voy a Colombia. ジョ ボイ ア コロンビア.
 私はコロンビアへ行きます。



③ Venir ベニール 来る (英語の come に相当)

➤ venir の活用は以下のとおりです。

	単数			複数		
一人称	yo ジョ	私は	ベンゴ vengo	nosotros ノソートロス(男)	私たちは	ベニモス venimos
				nosotras ノソートラス(女)		
二人称	tu トウ	君は	ビエネス vienes	vosotros ボソートロス(男)	君たちは	ベニス venís
				vosotras ボソートラス(女)		
三人称	él エル	彼は	ビエネ viene	ellos エージョス	彼らは	ビエネン vienen
	ella エジャ	彼女は		ellas エージャス	彼女らは	
	usted ウステツ	あなたは		ustedes ウステデス	あなたたちは	

➤ 基本構造は次の通りです。

主語＋動詞＋前置詞 de(から)＋場所.

例: Yo vengo de Japón. ジョ ベンゴ デ ハポン.

私は日本出身です。(日本からきます。)

主語＋動詞＋前置詞 a(に)＋場所.

例:Ellos vienen a mi casa.

エージョス ビエネン ア ミ カーサ.

彼らは私の家に来ます。

※ mi 私の casa 家



④ Hacer アセール する (英語の do に相当)

➤ hacer の活用は以下のとおりです。

	単数			複数		
一人称	yo ジョ	私は	アゴ hago	nosotros ノソートロス(男)	私たちは	アセモス hacemos
				nosotras ノソートラス(女)		
二人称	tu トウ	君は	アセス haces	vosotros ボソートロス(男)	君たちは	アセイス hacéis
				vosotras ボソートラス(女)		
三人称	él エル	彼は	アセ hace	ellos エージョス	彼らは	アセン hacen
	ella エジャ	彼女は		ellas エージャス	彼女らは	
	usted ウステツ	あなたは		ustedes ウステデス	あなたたちは	

➤ 基本構造は次の通りです。

主語＋動詞＋名詞.

例: Yo hago un trabajo duro.

ジョ アゴ ウン トラバホ ドゥーロ.

私はきつい仕事をします。



<まとめ>

ここまで、おさえておいたほうがいい、必要最低限の入門文法を学んできました。あくまでも、この教材は「スペイン語脳のインプット」が目的であって、文法書ではないので、文法はここまでとします。

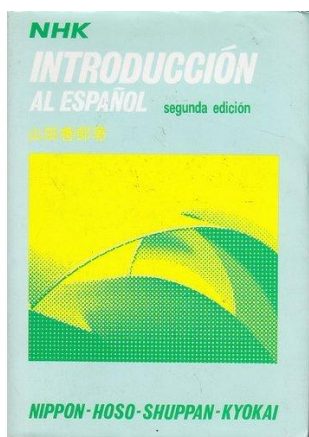
というのも、ここまでの文法をしっかりと押さえておけば、日常会話はできるので。しかも、ここまでの過程で、実際にスペイン語を使う楽しさを実感していれば、あとは、自然に、ここから先の文法をインプットすることができるようになります。基盤がしっかりしていれば、その上にビルを建てることは難しくないので。

ここから先の文法を深めたい方は、今までに買ったスペイン語の文法書どれでも良いと思います。どれでも、今のあなたであれば、最大限に活用することができるはずです。

とはいえ、何か推薦してほしい、とよく言われるので、そのときには、下記の本を勧めています。

NHK スペイン語入門 山田善郎(著)

<http://www.amazon.co.jp/gp/product/4140350237>



1979年の本で、中古しか売っていませんが、僕のスペイン語のメンターから紹介さ



れた本で、僕はこの本で勉強しました。文法の説明がめちゃくちゃわかりやすいです。

文法から学べるスペイン語 井戸光子 著

<http://goo.gl/IYcsVM>



現在、アマゾンでも No.1 ベストセラーになっています。
わかりやすく解説されていますので、文法をしっかりと理解したい人にはオススメです。



【PAS09】スペイン語脳インプット(1):スペイン語で考える癖をつける

お待たせしました！

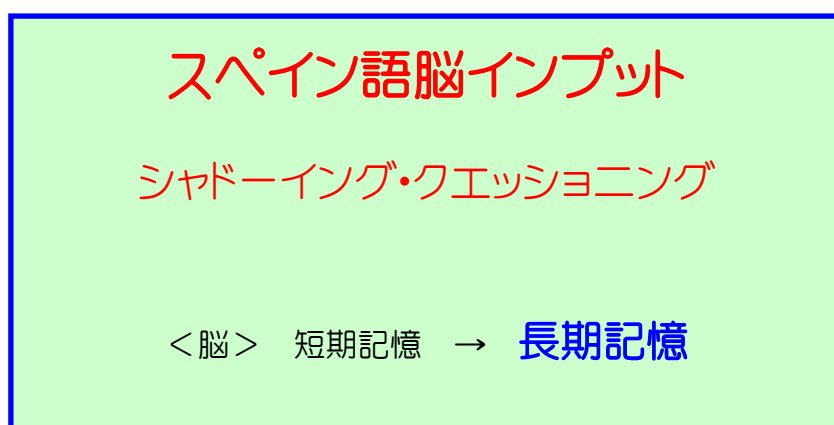
ここまでの下地があって、いよいよスペイン語脳のインプット(1)です！

もちろん、今までのステップも全てがスペイン語脳インプットの一部であり、インプットはすでに始まっているのですが、この章では、ダイレクトにスペイン語脳インプットを行います。

やり方には、

「シャドーイング」と「クエショニング」という2つのやり方を使います。

この二つのトレーニング方法は、英会話などでも独学、自主練習で有名な方法なので、知っている人もいるかもしれませんが、これを繰り返していくことで、短期記憶に入るスペイン語脳を長期記憶へと移していきます。



そこで、まずは、この2つの方法について説明します。

シャドーイングとは？

シャドーイングとは、プロの通訳が実践している手法で、テレビ、ラジオ、CDなどを使って、ネイティブが話しているスペイン語を影(Shadow)のように、

少し遅れて後から追いかけて同じように発音していく練習

です。必ず声に出して練習します。

例えるなら

Yo vivo en Tokio. (ネイティブの声)

Yo vivo en Tokio. (あなたの声)

となるイメージです。

音声をただ音として真似しようとせず、言葉の意味を瞬時に捉えて内容を脳内でイメージしながら口に出すことが重要です。

最初、難しいと感じた時は、文字を目で追いながら練習しましょう。少し、聞き取れるようになったら、文字を見るのをやめます。そして、音だけに集中して、正確に繰り返すようにします。

このシャドウイングを行うと、次の5つの効果があります。



シャドウイングの効果

1. 発音が綺麗になる
2. リスニング力がアップする
3. イントネーションが自然になる
4. アウトプットの練習になる
5. スペイン語脳が発達する

これだけ、素晴らしい効果をもたらしてくれるので、絶対やったほうがいいため、スペイン語脳インプットに取り入れています。

ちなみに、僕もシャドウイングは大好きなのですが、僕が素晴らしいと思う点は、

自分のスペイン語の弱点がわかる

ようになります。

シャドウイングは、自分が知っている単語・文章であろうとなかろうと関係なく行います。知っている単語であっても、文章の中で使われた時のイントネーションや使い方などを学ぶことができるからです。逆に意味がわからなくても気にせず、どんど



んシャドウイングをすることで意味がわかるようになってきます。

でも、シャドウイングでスラスラできるときとできないときがあります。また、途中で引っかかる時があります。そのスラスラできないところや、引っかかる部分があなたの**スペイン語での弱点**です。やってみるとわかりますが、本当におもしろいくらいに自分の力がわかります。

クエショニングとは？

クエショニングとは、

英語の質問を浴びて、それに答える勉強法です。

言葉というのは、コミュニケーションツールです。つまり、相手がいてその人とコミュニケーションをとるために、存在しています。だから基本、会話はキャッチボールのようなものです。

スペイン語脳の一つ目である「日本語に訳さずに理解する」、ということはどうやって身につけるか、というと、このクエショニングをとおして、「スペイン語で質問を受け、スペイン語で答えを言う」、ということを繰り返すことで、

質問・回答パターンを脳に植え付けていく

作業をします。

この練習をすることで、スペイン語への反射神経だけでなく、スペイン語を組み立てる能力を鍛えながら、同時に、スペイン語で話しかけられることに自然と慣れていきます。

ちょっと想像してみてください。



突然、ネイティブに「Como esta?」と話しかけられたとします。文章はとても簡単ですね。冷静になれば、わかるのに、その場ではとっさに慌ててしまって答えがでなかった、ということがよくあると思います。僕もそういう経験あります。

では、どうして、慌ててしまって、答えられなかったのか？

それは、

スペイン語で質問されて、スペイン語で返答することに 慣れていない

からです。

これは、どんな場面でも一緒ですよ。

では、逆に言えば、あらゆるシチュエーションに慣れてしまえば、慌てることなく、質問されても、返答できるようになりますよね。

実は、会話とは質問→返答、質問→返答、の繰り返しなのです。これに慣れてしまえば、もう怖いものはありませんよね。

クエッションングで練習することで、

スペイン語の「質問→返答」に脳が慣れて、瞬時に対応できる

ようになるのです。

クエッションングは、聞き取った文章を記憶して、瞬時に回答を用意する必要があるため、脳内処理のプロセスがある分、聞こえたものをそのまま発音していくシャドウイングより少し難しい、とも言えます。



練習としては、単なる音として記憶するのではなく、スペイン語が表現している内容を脳内でイメージしながら処理し、イメージ化したものから反射的に回答をスペイン語で引き出すということを行います。

正確で、スムーズに反射的に答えられるようになるまで練習しましょう。脳の中にフレーズが響き残るくらいまで繰り返し聞くことがポイントです。何回繰り返したかによって、あなたのスペイン語の進歩に明らかな違いがでてきます。

シャドウイングの効果に加え、クエショニングをすることで次の効果がさらに得られます。

クエショニングの効果

シャドウイングの効果に加え、さらに

1. 反射力がつく
2. スペイン語で話しかけられることに慣れることができる
3. スペイン語を話す恐怖から解放される
4. 表現する概念とスペイン語がしっかりと結びつき、スペイン語力が爆発的に伸びる
5. スペイン語脳のインプットが加速する



この「シャドウイング」と「クエショニング」を同時に行っていくことで相乗効果を狙います。

では、具体的にスペイン語脳インプットのメニューを見ていきましょう。

スペイン語インプットメニュー

これからあなたに、「質問・返答」で構成されている会話フレーズを40パターンお教えします。どれも、日常会話でよく使うものです。これらのフレーズをおぼえるだけで、日常会話ができるようになるほどパワフルなフレーズのみを厳選しました。これは、音声も合わせてお渡しします。音声はメンバーズサイトにあります。

- ① 1日1パターンのみ(1質問・1回答)。簡単に思えても、この1パターンのみを徹底して練習します。そして、表現的に簡単なものから難しいものへという順番で選んであるので、今回提示している順番で取り組んでください。
- ② 音声は40本=40日分あるので、それを1日1つ聞いてください。
- ③ 具体的な練習方法は、音声で説明していますので、メンバーズサイトにある音声を聞いてください。
- ④ これを1日1つ、徹底的に練習してもらいます。時間は大体10分から15分、理想は30分繰り返し聞いて、練習してください。これを40日続けると、自然とスペイン語脳をインプットすることができます。



1日のメニューが終わってから、そのフレーズを振り返ってみてください。もう日本語で考えなくても、文章を見ただけで、意味を理解しているはずですよ！

これって言われてみれば、「なーんだ」「ふーん」って思うかもしれませんが、とても重要なことをお教えしています。

今あなたの脳の中では劇的な変化が起きているんです。

これを繰り返していくことでスペイン語脳が定着していきます。最初は、日本語脳とスペイン語脳が入り混じります。スペイン語脳で対応しているときと日本語脳に戻ってしまうときがあります。でも、考え方としてはこの練習をとおして、スペイン語脳で居られる時間を増やしていく、ということです。



【PAS010】スペイン語脳インプット(2):中南米の文化を知り、受け入れ、自分のものとして愛着をもつ

これこそが、

スペイン語脳のもう一つの側面であり、絶対に欠かせない要素

です。

外国語を勉強するというと、文法、単語、発音ってすぐに考えるのは日本の英語教育の弊害です。あくまでもそれは一部でしかありません。スペイン語というものには、いろんな側面があり、スペイン語脳をインプットするときも、文法とか発音だけじゃなくて、そのさらに奥にある文化を知り、受け入れ、自分のものとして愛着をもつことが重要です。全部を知って、好きになることが大事です。

なぜか？

それは、

言語とはコミュニケーションツールであり、常に「相手」がいるもの

だからです。どんなに文法ができて、相手のことをわかることができない、相手を受け入れることができないならば、全く意味がないからです。せっかくスペイン語をやっているのですから、中南米を大好きになりましょう！

文化、中南米というのは、とても広く、いろんなことが重なり合っているので、その全部を一度にといいよりは、あなたの好きなことから深掘りしていくのがいいと思います。ここでは、そのやり方の例をあげていきます。



1. ボディーランゲージ

中南米の人たちは、表現力がとても豊かです。ただ、話すだけでなく、ボディーランゲージをたくさん使います。常に体が動いている感じです。実際に近くに中南米の友人がいればいいですが、そうでない場合は、テレビやYoutubeなどでそうした動きを見て、真似したり、自分も大げさに体を動かしながら、話をするようにしましょう。

これをやらないと、日本人は、動きがないだけに、「感情がない。」「冷たい。」「何を考えているかわからない」と思われがちです。想像してみればわかると思いますが、みんなが表現力豊かに話をしているところで、一人、ぼーっとしているように見えてしまうからです。

なので、ボディーランゲージを取り入れることで、

あなたも表現力が豊かな人間だと相手に思ってもらえる

ようになります。

2. ジェスチャー

ボディーランゲージにも通じますが、中南米の人たちはジェスチャーもたくさん使います。それがわからないと、会話についていけないこともよくあります。

そのため、僕は、週に1回「[初心者こそ極めたいスペイン語ジェスチャー](#)」を Youtube、メルマガで発信しています。毎週しっかりとジェスチャーを学び、覚えて、実践で使ってください。そうすることで、より一層、中南米のネイティブ達の言いたいこと、思いもわかるようになりますし、相手もあなたが中南米に溶け込もうとしている努力を汲み取ってくれるようになります。

【Youtube】初心者こそ極めたいスペイン語ジェスチャー



<https://goo.gl/yBPDoH>

毎週チェックできるように、すぐにチャンネル登録しておいてください。

3. 外見(身だしなみ、靴、手、歯並び、歯の白さ)

日本人の中には、日本＝先進国、中南米＝発展途上国と単純に捉え、自分たちが彼らよりも優れていると勘違いしている人が意外に多いです。この意識の面倒なのは、日本にいるときは、そんなつもりはなくても、実際に中南米に行った時や、中南米の人を目の前にしたときに、ふっと湧いてくる感情なのです。その時に、

「自分はこんな感情を持っていたのか」

と驚く人が多いです。

外国語を学ぶことは、日本の枠を飛び出し、
世界市民になるということ

です。

上も下もありません。同じ人間です。その視点で、相手を見ていく必要があります。

なぜ、こんなことを書いているかというと、日本人は、自分の方が上、優れていると思って、中南米に来て、逆に、中南米の文化から見たら、日本人のほうが下、変とされていることに気づいていないという滑稽な状況が、実はよくあるのです。僕がスペイン語通訳をしていて、よく見る光景です。それがこの「外見」なのです。具体的に見ていきます。

1) 身だしなみ

中南米の人(特にコロンビア)はとても綺麗好きです。暑い地域の人だとシャワーを



1日何回も入っている人もいます。髪型、服装など、汚らしいのは嫌がられます。

特に気をつけたいのが、シャツなど服は、かなりしっかりとアイロンをかけます。肌着などもアイロンをかけるほどです。くしゃくしゃな服は恥ずかしいのでやめましょう。

2)手

挨拶で握手をする文化だからか、手を見られます。爪が伸びていたり汚かったり、ささくれがひどい、手が汚れている、などは、とても嫌がられます。手を綺麗に見せるために、男性でも、透明のマニキュアを爪にぬるくらいです。日本人の男性は特に見落としがちなポイントですが、男性だからこそ、手を綺麗にしてください。

3)靴

中南米では、靴が常に綺麗であることがとても重要です。中南米で、道端に靴磨きの人がたくさんいるのは、それだけ需要があるからです。彼らの革靴はまるでエナメル靴のように光り輝いています。それが常識なのです。汚れている靴は論外です。常識のない人間だと思われれます。

4)歯並び、歯の白さ

これが一番日本人が無頓着な部分ですが、西洋では、歯並びと歯の白さは、基本中の基本です。そのため、小さいときから歯の矯正をし、大人であっても、歯並びが悪くなってきたら矯正をします。歯石は最低半年か1年に一回はとります。ホワイトニングも欠かせません。笑顔を含め、相手への第一印象に歯が大きな影響を与えることを彼らは知っているのです。なので、歯並びが悪い、歯が黄色い、汚い、というのは、教養がない人間として、見下されてしまいます。コロンビアでは、歯並びが悪い人は下層階級の人だけです。上流階級で歯並びが悪かったり、歯が汚い人はいません。それくらい常識とし徹底されています。

僕も、日本にいたときは、全く気にしていませんでしたが、こちらに来てから、やは



り、中南米の人たちと仲良くやっていくためには必要と考え、歯の矯正もしましたし、歯のホワイトニングなどに気を使っています。また、今では結構人を見る時に、歯を見るようになってしまい、逆に日本のテレビとか見ると歯並びの悪い芸能人が多くてびっくりします。

※ この点に関しては、日本に住んでいるとなかなか実践できないこともあるかと思いますが、参考までに知っておいてください。

4. テーブルマナー

西洋と同じく中南米でも、テーブルマナーはかなり厳しいとってください。日本人は結構テーブルマナーができていますが、一番気をつけたほうがいいことが、**スープやコーヒーなどを飲むときに「音を立てる」**ことです。これは、日本の会社の社長レベルの人でも結構やってしまっていて、通訳で僕がついていると、横で現地の人が嫌な顔をしているのをよく見かけます。

5. 歌を覚える

スペイン語の歌を覚えて、現地の人との交流の時に歌ったり、週末クラブと一緒にいった時にみんなと一緒に歌ったりできると、とてもいいと思います。それで、僕は、週に一回「歌で覚えるスペイン語」を youtube とメルマガで発信しています。スペイン語も覚えられるし、一石二鳥ですよ。

6. サルサやメレンゲ、バチャータなどの踊りを習う

中南米というとサルサをはじめとして、踊りが盛んです！週末は年齢に関係なく、みんな踊りにいきます。日本人でも踊りができたほうが絶対にいいです。そういう意味では、踊りから文化を知るというのもとてもいいと思います。特に、日本に住ん



でいて、中南米ネイティブの友人を作りたい人は、ラテン音楽をかけるバーやクラブに行くとなんとなく友達を作ることができます。

7. 中南米レストランへ行く、中南米料理を楽しむ

中南米各国独特の美味しい料理があります。日本にも増えてきている中南米料理のレストランへ行って食文化に触れるということもとても刺激的です。それをネタにして、ネイティブと会話に花を咲かせることもできますね。



【PAS0 11】モチベーションを維持する

これまで、PAS01 から PAS010までの流れを理解し、行動を開始したあなたに、一番大切なことをお教えします。

それは、

「持続する」

ことです。

お金をかけて、ライザップへ行き、短期間で体を理想形に持っていくことができても、その後、維持しなければすぐにリバウンドがきて、元どおりになってしまいますよね。ここまでの約3ヶ月のあなたの努力でせっかくインプットした「スペイン語脳」も、その後、「繰り返す」作業を怠れば、また短期記憶に戻り、そのうち脳から消去されてしまいます。

今の世の中には、あまりにも誘惑が多すぎます。

行動しない言い訳を考えだしたらきりがありません。しかし、もし、それらに流されてしまったら、あなたの明日は、今日と何も変わらなくなってしまいます。せっかく素晴らしい未来に向かって第一歩を踏み出したのですから、それを「持続させる」方法も身につけなければなりません。

それをこれから具体的に説明します。



1. 常にスペイン語を楽しく勉強し続ける状態に自分を置くために「環境を変える」

「Paso3:目標をイメージ化できるまで高め」て、家族や友人、周りの人たちに「Paso4:口に出す」ことで自他共に言い聞かせ、「Paso5:メンターに近づけるよう徹底的に真似をする」ことをしながら、「Paso6:自分の夢を1歩、2歩先で体現している人に積極的に近づいてコンフォートゾーンを上げてもらう」ことをしていれば、あなたのモチベーションは常に高く維持されます。

このステップを正しく取り組んでいる人は、自然に自分の環境が変わっていることに気がつくはず。自分のまわりには、時間を無駄にする人はいなくなっているはず。なぜなら、あなたの「スペイン語のメンター」や「3年後の自分を体現している人」は、常にさらなる上を目指して努力しているからです。そういう人たちの輪の中にいれば(その人たちのコンフォートゾーンにいれば)、常に触発され、「よし俺も(私も)！」となります。

この状態のとき、

脳内物質ドーパミンが溢れるようにできます。

そうすると、人間は一種の興奮状態となり、楽しくスペイン語に取り組むことができるのです。

だから、しつこいですが、スペイン語脳をインプットするのに、テクニック実践部分よりも先に、マインド部分を強化しているのです。テクニックだけ身につけても、持続できなければ本当に無意味になってしまうからです。「マインドの強化」「スペイン語脳インプットの実践」の両方がある、初めて、スペイン語脳を短期間でインプットすることができるのです。



2. さらに自分ができることは？

その上で、自分のモチベーションを日々、維持していくためのヒントをお教えします。

・ラテンポップを聞いて自分を盛り上げる

僕のメルマガ内で、「歌で覚えるスペイン語」として紹介しているラテンポップは、特にテンションが上がるものを選んでいきます。それ以外にも、Youtube には、無料でたくさんの曲があります。自分の好きな曲を選んで聞いていると、脳内物質「ドーパミン」がドクドク出る状態にすることができます。ちなみに、僕は、メルマガを書いている時や、仕事をしているときに、ラテンポップを聞いています。

・中南米のイベントに参加する

日本国内でも、実は、中南米のイベントはたくさんあります。意識を持って、facebook やネットで検索をすると、結構でてきますし、常に何かしらのイベントがあります。そこに参加すると、中南米の文化に触れることで、中南米やスペイン語がより一層身近に感じることができます。

・中南米の友人をつくる

中南米のイベントやラテンバー、レストランなどに行くと、そこで中南米ネイティブとの出会いがあります。そこですかさずスペイン語を実践すれば、友人ができるでしょう。「この人ともっと話ができるようになりたい。」そうした素敵な出会いが、自分のモチベーションをさらに高めていきます。



・中南米のレストラン、バーへ行く

日本国内には、中南米レストラン、バーがたくさんあります。そこで現地の料理を楽しむことで中南米を疑似体験することができます。また、そこでは、あなたと同じように中南米を愛し、スペイン語を勉強している仲間ができることでしょう。仲間と触れ合いながらスペイン語を勉強することはとても素晴らしいことです。

・中南米関連の紀行番組を見る

メルマガでも、機会があるごとに紹介していますが、テレビで中南米関連の紀行番組などがかなりの頻度で放送されています。それを見ることで、脳の中のミラーニューロン細胞が「あたかも自分がそこに行っているように」受け止め、そういう気分になさしてくれます。「よし、いつか僕(私)も、そこへ行こう！」思いを巡らせることで、より一層、自分の目標が明確になります。

・中南米のドラマや映画を見る

中南米発のドラマや映画もとても良い刺激になります。例えば、世界中で見られている「アグリーベティー」は、オリジナル版は、コロンビアのドラマです。

最近では、Youtube で「telenovela colombiana」(コロンビアの TV ドラマ) と入れるとたくさん出てきて、しかもすべて無料で見ることができます。もちろんコロンビアに限らず、メキシコやアルゼンチンでもいいと思います。ただ、発音がきれいで聞き取りやすいのでコロンビアを最初はお勧めします。

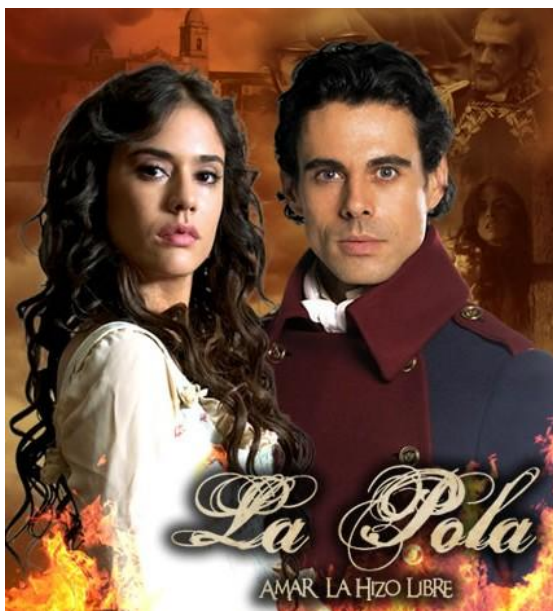
ちなみに、僕がお勧めなのはこちらのドラマです。



La Pola ラ・ポーラ

<https://youtu.be/f2CBLFU5Sc0>

中南米がスペインから独立しようとしていた19世紀の歴史ドラマ。ラ・ポーラは女性でありながら独立の英雄の一人で、現在のコロンビアの10000ペソ紙幣には、彼女の絵が描かれているほどです。大河ドラマみたいな感じでしょうか。ドラマを見ながら歴史も学べて一石二鳥です。



3. 本気でスペイン語を勉強したい人向けアドバイス

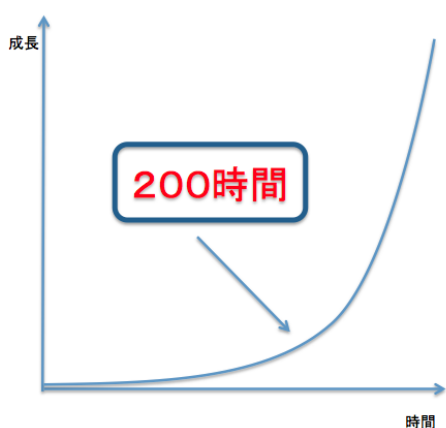
これは、すべてを差し置いてでも、スペイン語を最優先で取り組むぞ、と決意できている本気の人だけ読んでください。

もし、あなたが、スペイン語脳を活性化させ続けながら、スペインを本気で習得したいと思っているのであれば、次のアドバイスを実践してみてください。



① 200時間を目指す

語学や資格試験勉強を、ある程度自分のものにできた、と実感できるようになるには、平均で200時間かかると言われています。これが一般的に言われる「200時間の壁」です。ここまでは、進歩をほとんど感じられず、不安になることもありますが、実は着々と結果は蓄えられていて、200時間を超えたときに一気に爆発します。なので、200時間をどうやって早く突破するかを考える必要があります。



200時間を3ヶ月で達成させるとなると、1日に何時間の勉強時間を確保しないといけないかわかりますか？

正解は毎日やったとして1日2時間です。

② 言い訳「時間がない」→ 「目標達成のために時間を作るぞ！」へ転換

今の時代、時間が余っている人はいません。時間を上手く作れる人が成功し、作れない人は停滞します。どうやって成功している人は時間をつくっているか、という一つ例を見てみましょう。これは、英語で大成功している方の例です。



- ・朝食食べているとき(5分)
- ・通勤・通学時間(往復1時間)
- ・ランチ(40分)
- ・人と待ち合わせしている時(10分)
- ・夕食食べている時(5分)

合計:2時間

これで最低2時間確保できます！

この時間を使って、

- ・スペイン語の音声や坪田のメルマガを勉強
- ・テレビを見たい時は、スペイン語の番組を Youtube で見る。
- ・歩いている時や、時間があるときは、常にスマホで音声か動画を見て
シャドーイングかクエショニング

**③ これを実践するために誘惑になりそうなものはあらかじめ
消去する。**

例えば、

- ・スマホのゲームや時間を取られそうなアプリは消去。
- ・ランチは一人で食べる。
- ・スペイン語と関係のない友人との付き合いは必要最低限にする
- ・スペイン語と関係ないテレビ、漫画はやめる

ここまで徹底することはなかなか難しいですが、本気な人はぜひ、実践してみてくださいね。



【おわりに】

これまで、僕を信じて最後までついてきてくださり、心から感謝します。この教材は、僕の今までの南米に住んできた経験とスペイン語の知識の全ての結晶ですので、あなたに読んでいただけて、本当に感動しています。私の全てを注ぎ込んだ「スペイン語脳インプット式勉強法」を手にしてくださったあなたは、私にとっては家族です。

**家族であるあなたが「結果を出す」、「目標を達成する」ことが
僕の最大の願いであり、
この教材を発表した根本の目的でもあります。**

「スペイン語脳インプット式勉強法」11ステップを一つ一つ正しく行えば、必ずスペイン語脳をインプットすることができます。ここで重要なことは、スペイン語脳インプットとは、単なる薄っぺらいノウハウやテクニックではなく、本質的な観点からスペイン語、中南米を受けとめるところから始まるということです。

スペイン語脳をインプットしスペイン語を勉強することで飛躍的にスペイン語は伸びますし、そして、中南米の人や文化が理解できるようになります。そうなることで、世界20カ国4億人とより深いレベルで交流したり、彼らをわかった上でビジネスができたりするようになります。

もしかしたら、この教材を実践していく中で、疑問に思うところがあるかもしれません。そのときは、ぜひ、遠慮なく、僕に聞いてほしい、と思います。

**家族が前に進もうと努力しているとき、
全力で応援することは当然のことです。**



ですので、特典についているメールサポートなどを最大限に活用してもらえれば、
と思います。

また、補足の意味も込めて、今後ウェブセミナーやリアルでのセミナーも行ってい
く予定です。

そこで、実際に交流を深めながら、

一緒にスペイン語をとおして、人生を成功させていきたい

と思います。

そのためにも、とにかく、**行動が大事**です。行動しないと始まりません。自分で決め
た目標です。それを達成するための行動を、これからも共々に続けていきましょ
う！

¡ Muchas gracias por todo!

Cordialmente,

Atsushi Tsubota

Experto en lengua española.

=====

■ 大統領の通訳が教えるスペイン語

- 【YouTube】チャンネル登録お願い致します！ <https://goo.gl/gUDg87>
- 【BLOG】スペイン語ラーニング公式ブログ <http://spanish-learning.jp/>
- 【facebook】お友達申請お待ちしております！

<https://www.facebook.com/marcelo.a.tsubota>



=====

「<モチベーションアップ！> 南米発！イチ押しラテンポップミュージック」

スペイン語エキスパートの坪田充史が、南米コロンビアから厳選してお届けする「ラテンポップミュージック」！

ラテンポップは聞くと元気になります！
モチベーション上がりまくります！

仕事をしながら… 勉強しながら… スペイン語を勉強するため…
ラテン音楽にどんどん触れていきましょう！

こちらからチャンネル登録してくださいね！

↓↓↓

https://www.youtube.com/playlist?list=PLNo5_bIEQI4Solxb_-c_HqMU0xI3zehDB

=====

ピンクの電話 竹内都子さんと私がメインパーソナリティを務めるラジオ情報番組
「みやちゃん・アツシの南米便り」
南米の「今」情報を全国21局で毎週土 or 日曜に絶賛放送中！

放送日、放送局情報はこちらから

⇒ <http://nanbeidayori.hkc.bz/>

過去の放送を聞きたい方はこちらから

⇒ https://youtu.be/CK_ggFAqKR0



【特典】スペイン語アルファベット、アイウエオ順発音早見表

	あ a	い i	う u	え e	お o
B/b	バ ba	ビ bi	ブ bu	ベ be	ボ bo
C/c	カ ca	スイ スイ ci (=zi)	ク cu	セ セ ce (=ze)	コ co
Ch/ch	チャ cha	チ chi	チュ chu	チェ che	チョ cho
D/d	ダ da	ディ di	ドウ du	デ de	ド do
F/f	ファ fa	フィ fi	フ fu	フェ fe	フォ fo
G/g	ガ ga	ギ gi	グ gu	ゲ ge	ゴ go
		ヒ ヒ gi (=ji)		ヘ ヘ ge (=je)	
Gu/Gü gu/gü	グア gua	グイ güi		グエ güe	グオ guo
H/h	ア ha	イ hi	ウ hu	エ he	オ ho
J/j	ハ ja	ヒ ヒ ji (=gi)	フ ju	ヘ ヘ je (=ge)	ホ jo
K/k	カ ka	カ ka	ク ku	ケ ke	コ ko
L/l	ラ la	リ li	ル lu	レ le	ロ lo
Ll/ll	ジャ lla	ジ lli	ジュ llu	ジェ lle	ジョ llo



M/m	マ ma	ミ mi	ム mu	メ me	モ mo
N/n	ナ na	ニ ni	ヌ nu	ネ ne	ノ no
Ñ/ñ	ニャ ña	ニ ñi	ニユ ñu	ニエ ñe	ニヨ ño
P/p	パ pa	ピ pi	プ pu	ペ pe	ポ po
Qu/qu		キ qui		ケ que	
R/r	ラ ra	リ ri	ル ru	レ re	ロ ro
rr	rra	rri	rru	rre	rro
S/s	サ sa	シ si	ス su	セ se	ソ so
T/t	タ ta	ティ ti	トゥ tu	テ te	ト to
V/v	バ va	ビ vi	ブ vu	ベ ve	ボ vo
W/w	ワ wa	ウィ wi	ウ wu	ウエ we	ウオ wo
X/x	クサ xa	クシ xi	クス xu	クセ xe	クソ xo
Y/y	ジャ/ヤ ya	ジイ/イ yi	ジユ/ユ yu	ジエ/イエ ye	ジヨ/ヨ yo
Z/z	サ za	スイ スイ zi(=ci)	ズ zu	ゼ ゼ ze(=ce)	ゾ zo

販売者情報



販売者名: 坪田 充史

住所: 〒174-0074 東京都板橋区東新町 2-3-5

電話番号: 03-3956-9501

メールアドレス: spanish.tsubota@gmail.com

サポート期間

ご質問などありましたらいつでもメールでお問い合わせください。

- サポート期間:購入時より6ヶ月
- サポート回数:無制限

購入者限定 スペイン語脳インプット式勉強法 メンバーズサイト

<http://kmajapan.com/cim-miembros-top/>

(ログイン名とパスワードは、購入後メールにて申請ください)

