

日本語母語話者への英語発音の効果的指導法
— 英語の子音の強烈さと持続の長さを際立たせ体得させる —
How Can We Make Teaching English Sounds in Japan More Effective?
— Put Huge Emphases on the Strength and Duration of English Consonants —

田 口 順 一*
TAGUCHI Junichi

要 旨

英語は日本語に比べ、子音量がはるかに多く、強烈で長い子音を使いこなすことで、話者は気持ちや主張を相手に伝え、コミュニケーションを深める。しかし、この子音の強烈さと重要性が日本ではあまり注目されていないし、教育の場でもあまり重視されていないと感じられる。

この稿ではまず、先行研究のデータを用いて、英語は子音量が多いこと、子音が長いこと、子音の長さが増えることを示す(Ⅱ)。

次に例として英語L音は、息の続く限り長く伸ばすことができる子音であるという属性を持ち、瞬間的に消える日本語ラ行音子音とは大いに異なることを示し、豊かな表現力を持つ英語L音をどうすれば身につけることができるかの指導法の一部を紹介する(Ⅱ~Ⅲ)。そしてさらに、英語R音(Ⅳ)、M音、N音(Ⅴ)も、息の続く限り長く伸ばすことができる子音であり、伸ばすことで生き生きとしたコミュニケーションがとれることと、その指導法の例を示す。(この稿では、日本語音との違いを際立たせるため、主として強調音を扱っている。)

以下、破裂音、日本人が苦手とするTH音を含む摩擦音(Ⅶ・Ⅷ)、H音(Ⅸ)、さらには母音(英語母音は、強勢時には破裂性を帯びる)についても、日本語音との違いと、習得のための練習法の例を説明する(Ⅹ)。最後に、明瞭な英語音声を支えるのは、空気の圧力を高め一気に破裂させることだということを強調して締めくくる(Ⅺ~)。

Abstract

In English language consonants are far stronger and dominant than in Japanese language. Strength and duration of consonants are crucial in communication in English. But in Japan, notably in most of Japanese schools, this crucial importance of strong consonants seems to be neglected.

Data from researchers show English consonants are longer than Japanese consonants and often gets even longer, taking far higher percentage of time in speech.

To take an example, English L sound can be made very long and continued until all the air in the lung is exhaled, whereas in Japanese ラ行 the consonant is over in an instant. Effective ways to make students understand and acquire the duration of English L sound are shown from my experience of teaching for decades. English R, M, and N sounds are also durable and duration helps convey not only messages but speaker's emotions and attitudes. How to make students see the difference and acquire these English sounds is explained.

How to show the difference and teach the knacks in pronunciation of plosives, fricatives (including TH sounds which are hard to acquire for the Japanese), H sound, and then vowels follow. (English vowels are often pronounced like plosives with high pressured air.)

All in all, it is the air pressure and its burst that make English sound system so different from Japanese sounds.

キーワード：英語発音指導 日本語音と英語音の違い 英語子音の長さ 破裂音 母音の子音化

keywords：teaching English pronunciation, difference between English sounds and Japanese sounds
duration of English consonants, plosives, consonantal vowels

I はじめに — 問題の所在 —

英語と日本語の音声の大きな違いは子音の破裂と持続にある。英語では、破裂音以外の子音もタメをつくって空気圧を高め一気に音を出し持続させるのが基本だ。言い換えれば、英語子音は強烈でしつこく長い。子音だけでなく母音まで破裂音的に発音される。そして、強烈さや長さを調整することで、主張や思いを相手に伝えコミュニケーションを深めていく。子音の強さが *debate-style communication* の土台となっている。

それに対して日本語子音はあっさり短い。空気圧が弱い。この低空気圧あっさり子音で *native* の英語をすらすら上手く真似たところで、日本でしか通じない「英語」になってしまう。これでは肝心の時に理解してもらえないし、耳も英語耳にはならないから聴き取り理解力も伸びないことになる。

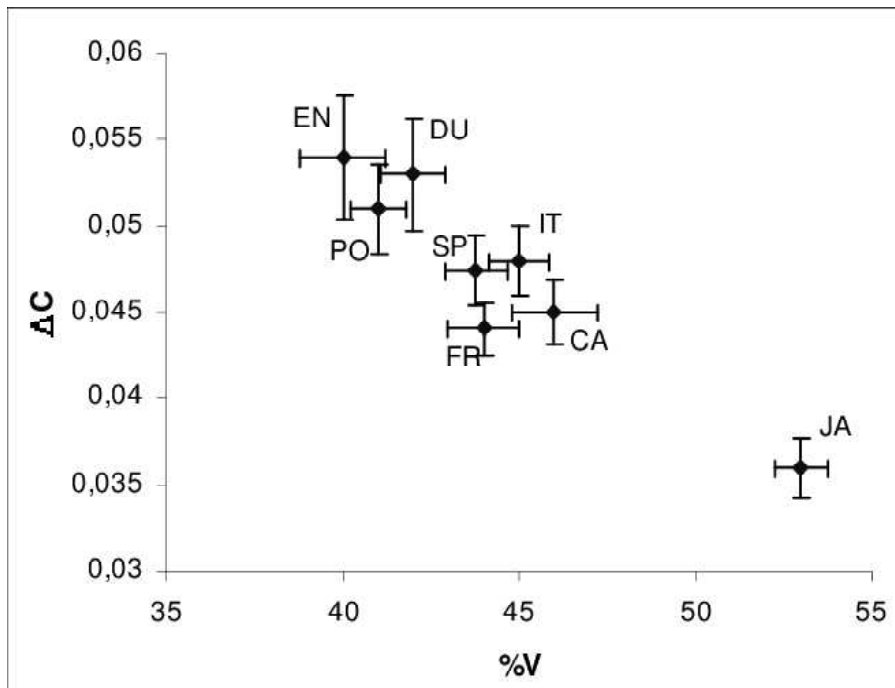
しかし残念なことに、日本の教育現場では、英語の発音というとせいぜい、発音記号、舌の位置、アクセント(強勢)、文強勢、イントネーション等で、それらを支える土台とでも言うべき子音の強さ、呼吸法の違い、タメ、空気圧の違いについて触られることはほとんどないという現状がある。CiNii「英語発音指導」でヒットしたものの中にも、英語子音の強烈な破裂性や持続性を

扱ったものは見当たらない。(そういう事情もあり本稿では、英語発音を扱ったネット動画を資料として重視している。なお、発音や呼吸の微妙な差異を文字で記述し言及する本稿の目的上、各所で必要に応じ、インターネット上のアドレスと再生時分を示す形で引用することにする。)

小学校から正式の科目として英語が授業に入るが、現場の先生は英語の発音に自信がない方がほとんどのようだ。子供たちに身につけてほしい英語音、つまり、日本語母語話者として身につけるべき英語音を模索する一助に書いたのがこの稿である。カタカナ英語ではなく、英語音としての基本を欠いたまま *native* を真似るのではなく、日本語話者としての *identity* をしっかり持った *communicative* な英語音が日本の英語教育の場に定着することを願い、私の40年以上の高校での実践経験から得た実践知を以下に記述していく。

II (1) 英語は子音が強く長い — データで確認しよう ① —

下のグラフは、諸言語の「母音量」と「子音量」を、話された文中の時間の比率で比較している。(英語、オランダ語、ポーランド語、フランス語、スペイン語、イタリア語、カタロニア語、日本語)



《表1》

English 英語
Dutch オランダ語
Polish ポーランド語
(stress-timed languages)
French フランス語
Spanish スペイン語
Italian イタリア語
Catalan カタロニア語
(syllable-timed languages)
Japanese 日本語
(mora-timed language)

X軸：母音クラスターの長さが文全体の長さに占める割合。(母音の割合)
Y軸：子音クラスターの長さの標準偏差 (子音の長さがどれくらい変わるか) (Ramus 2002, p. 30) (井上美穂 2009)

X軸を見ると、母音は日本語では発話の約53%なのに対して、英語では約40%しかない(つまり、英語の母音量は、日本語の4分の3ぐらいにすぎない)。また、

日本語の母音量は、イタリア語やスペイン語など母音が強いとされるヨーロッパ諸語に比べても、はるかに多い。日本語は母音が主役であるのに対して、英語は子音が主

役だと言えるだろう。

Y軸は、子音クラスターの長さ〔持続時間〕の標準偏差を表す。大ざっぱに言うと、子音（や子音連続）の長さがどれくらい変化するかを表している。

日本語では標準偏差が非常に小さく、子音の長さはほぼ一定であり変化しないことが確認できる。X軸情報と合わせると、「日本語では子音は短く、長く伸ばさない」ということになる。

日本語に比較すると、英語子音の長さの標準偏差は非常に大きい。これは、子音（や子音連続）の長さが大いに変化することを示している。

言いかえると、日本語は「《微量の子音》+《母音》」がユニットになっている。例えば、カタカナ「カ」「キ」「ク」「ケ」「コ」であり、ゆっくり言うほど母音量は増えるが、子音量は一定に保たれ増えない。

それに対して「英語は子音量が多く、子音の長さが変化する（伸びる）し、子音が連続することもある」。

II (2) 英語は子音が強くて長い

— データで確認しよう ② 破裂音編 —

無声破裂音/p/ /t/ /k/ で、VOT（破裂が始まってから、声が出始めるまでの時間）を測定したデータがある（Nagamine2011）。アメリカ人と日本人に次の文を言ってもらい測定したものである。《表2》

“Say _____ again.” ←下線部に下の語を入れる
 /p/ --- pit, pat, put
 /t/ --- tick, tap, took
 /k/ --- kick, cap, cook

測定結果は以下の通り。《表3》

VOT(voice onset time) Values of Native Speakers of English and Japanese			
	/ p /	/ t /	/ k /
English* (American)	58.00	70.00	80.00
Japanese**	30.00	28.50	56.70
(単位1000分の1秒)			
*English data was taken from Lisker and Abramson (1964).			
**Japanese data was taken from Riney, Takagi, Ota, & Uchida (2007).			

対象は無声子音だから、測定された VOT（「破裂が始まってから、声が出始めるまでの時間」）は、「子音の持続時間」と考えられる。

/p/ の子音持続時間は、アメリカ人英語では日本人英語の2倍近い。/t/ ではなんと約2.5倍、/k/ では約1.4

倍ある。アメリカの方が、子音は圧倒的に長い。

子音が長いのは、破裂時の空気の勢いが強いからであり、破裂時の空気の勢いが強いのは、破裂直前の閉鎖状態の空気圧が高いからである。空気圧を高めるための閉鎖時間（圧を溜めるための「タメ」の時間）は、英語では日本語より当然長い。

英語の無声破裂音の特徴をまとめると：

長いタメ → 空気圧が高まる → 強い破裂
 → 子音が長く響く

なお、上のデータで無声破裂音しか扱っていないのは、有声破裂音 /b/ /d/ /g/ では子音の部分だけを取り出すのが難しいからだと思われる。

II (3) — 英語の子音は長い —

例えば、英語のL, R はいくらでも伸ばせる

日本語「ラ行」と違って、英語の L, R は子音だけでいくらでも伸ばすことができる。

日本語「ラ」「リ」「ル」「レ」「ロ」では子音は一瞬で終わって母音に移行する。「はい、ながーいラの音を出しましょう」とがんばっても、伸びるのは母音のAだけにすぎない。

それに対して英語の L, R は、やろうと思えば、息が続く限り出し続けることができる。

西洋語の L, R は（時にはM, Nとともに）、古来「流音」とも呼ばれている。古代ギリシャ以来、英語の liquid「液体、流体」に相当する西洋語で呼ばれてきた。それは、空気の流れを止めたり（閉鎖音 [=破裂音] と破擦音）、妨害したり（摩擦音）せずに、いくらでも続けて流れるように出せることと関係がある。

西洋諸言語のR音は、時代や地域によって多様なバラエティーがあるが、私の知る限りでは、いくつかの例外を除いて、息が続く限り流れるように伸ばせるようだ。子音でありながら母音と同じく長く伸ばせるので「母音的子音」とか「半母音」と呼ばれることすらある。

（日本語「ラ行」も習慣的に「流音」とされているが、厳密には「弾き音（tap / flap）」であり、一瞬で終わるから「流音」と呼ぶのは不適切であろう。）

再度確認しておくが、「ラ行」は子音が一瞬で終わって母音に移行し、「ラ」を伸ばしても伸びるのは母音だけなのに対して、英語のL音、R音は子音だけでいくらでも長く伸ばせる。

「ラ行」の子音が「弾き音」と呼ばれるのは、舌が口の天井（歯茎あたり）をはじいて出る音だからである。それに対して標準的な英語音ではLもRも、舌で弾く音ではなく、子音を出し終わるまで舌は定位置に留まり続ける。

Ⅲ L音についてよく知ろう

L音は日本語のラ行とは違ふとよく言われるが、具体的に何がどう違ふのかは、実はあまり理解されていないようであり、従って教え方にも改善の余地が大きいと思われる。

Ⅲ (1) L音の一般的な指導法と、その欠陥

L音のごく一般的な指導法は、「上の前歯の付け根に舌を当てて声を出す」「上の前歯の裏に舌を当てて声を出す」「上の歯茎に舌を当てて声を出す」である。インターネット上の例をいくつか挙げておきたい。(以下、太文字の部分は、特に注目いただきたい部分)

(例1)

- Lの発音は、**舌の先を前歯の上の付け根に置く**だけで、簡単に発音できます。(MYスキ英語)
<https://mysuki.jp/pronunciation-rl-110>

(例2)

- 「L」の発音は、**舌の先を上の前歯の付け根あたり(前歯の裏でもOK)に持って行き少しグッと押しながら、舌の両側から息を出しながら**発音します。
- 「L」は、有声音ですので、声帯を振動させながら発音します。つまり、のどに手を当てて、のどが振動していればOKです。
- 上記のように発音してみると、**唸り声**みたいな音がでると思います。これが「L」の発音です。この**唸り声**のような音をしっかり出すことがポイントです。(カナダ留学館.com)
<http://canadaryugakukan.com/english/sound-l>

似た例はインターネット上でいくらでも見つかる。

こういう指導法の問題の1つは、舌先の位置にある。英語のL音は、舌先が「上の歯茎」「上の前歯の根元」「上の前歯の裏」と指導されることが一般的だ。しかしこれでは、ふだん舌の位置なんかを気にしないで暮らしている普通の日本人には「ラ行」との舌先位置の違いが非常にわかりにくい。「ラ行」の舌先位置も歯茎あたりだから、「あ、日本語とあまり変わらないんだ」と感じやすく、「ラ行」でL音の代用をすることにつながりやすい。

もう1つの問題は、舌先の当て方である。例1「舌の先を前歯の上の付け根に置く」のように、舌を「置く」「つける」「当てる」という説明をしているケースが多い。しかし舌先が上の前歯の裏(や歯茎)からすぐ離れてしまえばL音は出ない。音が出る前に舌先が離れてしまうからだ。まだL音が出ていないのに、出たと思ってやめ

てしまっている。日本人のL音の問題の核心はここにある。

Ⅲ (2) 意外なL音の出し方がある：舌出しL音

あまり知られていないようだが、L音は舌を前歯よりも前に突き出して発音する場合があります、それに注目したL音指導法もある。

例えば「呼吸と音とくちびると」という本(中津燎子1975)だ。中津氏は著書では、舌を出す指導をするのは「舌が極端に長いとき」と述べられているが、実際の訓練では常に舌出しで指導されていた。(私は、中津氏を中心とする「発音研究会」に数年参加していた。)THとLは舌を出す音という指導だった。

インターネット上でも、舌出しL音練習を推奨する動画サイトがいくつもある。

【YouTube：舌出しL音指導の例1】

「Lの発音はTHの発音と一緒にしても同じ音がでる」つまり「L音は舌を出しても出る」としている。(ダンディー・ランディー

<http://dandyrandy.net/?p=1061>)

このサイトは、native speakerによる舌出しLの動画にリンクされている。

【YouTube：舌出しL音指導の例2】(例1のリンク先)

Pronunciation of "L" and "N" in English - Accent reduction for Mandarin Chinese
6:15あたりから「LもTHと同じように舌が出ることもある」という説明を native speaker 自身がしている。

【YouTube：舌出しL音指導の例3】

English: How to Pronounce L consonant: American Accent

https://www.youtube.com/watch?v=pejo6YC_BnM
(1:00あたりから「時には舌を出す」と映像とともに説明している)

【YouTube：舌出しL音指導の例4】

English Sounds - L Consonant - How to make the L Consonant

<https://www.youtube.com/watch?v=FP0jHNoFqWo>
1:00あたりから「Lの発音には2通りある。舌を前歯のすぐ後ろの天井につけると、歯の間から出すのと」と映像とともに説明。(講師は、例3と同一人物)

【YouTube：舌出しL音指導の例5】

How to pronounce the L sound with Teacher Steve!
https://www.youtube.com/watch?v=Hgc-qY_Y_Nc
2:40あたりから、「(前歯の裏に舌先を押し当てるやり方もあるが) 上の前歯下に舌先を置くやりかたもある」と映像とともに説明がある(舌先が出ていることを別の表現で言っている)。

【YouTube：舌出しL音指導の例6】

「That」って言えてますか? 「Th」の発音は"助走"がポイント
<https://www.youtube.com/watch?v=kLD2JiPFaQQ>
これは講師が日本人。TH音を教えるサイトだが、L音も舌出しで教えている。3:20ぐらいから all を舌出しLで指導。

以上6例あげたが探せばもっとあろう。

私自身も、アメリカ人は約半数が舌を出してLを発音することがあると観察している。(なお私の観察範囲では、イギリス人はあまり舌は出さないようだし、YouTubeでもそういう例は見当たらない。)

Ⅲ (3) 「舌出しL音」練習の効果：

「ラ行」との違いがはっきりわかる

利点1：

「舌を出すL音」なら、Lは「ラ行とは違う」ということが、視覚的にも、口内感覚的にもはっきり印象づけられる。

利点2：

外に出ている分だけ、舌の引っ込むタイミングが遅れ、その分L音の持続が確保されやすい。

Ⅱ (3) で見たように、「ラ行」の子音は一瞬で終わるごくあっさりした音(弾き音)であるのに対して、英語L音は、持続するしつこい音だ。だから「持続するしつこさ」を強調して学習者に印象づければ、L音習得には非常に効果がある。舌出しL音指導なら「持続するしつこさ」を身につけやすい。native speakerの英語講師に、舌出しL音指導の要領を教えたところ、「生徒たちがすぐにL音を出せるようになった」と驚きながら感謝されたこともある。

Ⅲ (4) 「舌出しL音」の具体的な練習法

①「舌先を上の前歯より前に出す」(舌出し練習)

舌先を上の前歯より前に出すことで、「ラ行」との舌位置の違いが、学習者にはっきりわかる。

(しかし、「あっさりラ行音」で育った日本人は、せっかく出した舌も一瞬で引っ込んでしまい、英語Lの「唞

り音」が出ないことが多い。この唞りの持続がないと、日本人の英語音に慣れていない native speakers はL音(のつもり)だとは聴き取ってくれない。)

②「舌先が引っ込むとL音は出ない」(指立て練習)

そこでちょっとした指導テクニック。口の前に人差し指を立て、舌先を指に触れさせる。舌先が指から離れないように保ちながら、声を出すと「唞り音L」が出る。声は大きい方が唞りも大きいので、印象づけるには効果が大きい。舌先が指から離れないよう保つのは意外と「しんどい」。しんどいことで、英語L音はラ行と違うことがインプットされやすい。

③「Lは唞り音」というイメージを定着させる。

深呼吸をして息が続く限り、「指立て唞り音L」を続ける。このことで、L音は母音がなくてもいくらかでも続けることができる(日本人にとってはとても風変わりな子音だ)とインプットされる。これも大音量で朗々と響かせる方が効果的だ。

④「唞り音Lを体に覚えさせよう。舌を出したままの発音練習」(舌の筋トレ)

次も、指に舌先がくっついたままで、LaLiLuLeLoと五段活用の発音をする。この時、日本舌は、引っ込もう、引っ込もうとするが、抵抗してがんばることで体に覚えさせる。大音声でLaLiLuLeLo, LaLiLuLeLo, LaLiLuLeLo, LaLiLuLeLo...と息が続く限り繰り返す。

ここで生徒たちに、「なぜ舌は引っ込もうとするのだろう?」と考えてもらう。「舌が引っ込みたがるのは、日本舌は出たままに慣れているから」という答が返ればうれしい。「慣れていない」だけではなく、「舌の筋力が足りない」ことにも気づいてほしい。日本語で育った舌には、伸ばした状態をkeepするだけの筋肉がない。L音用に舌の筋トレをしないと、十分明瞭な唞り音Lは出ない。

「指立てLaLiLuLeLo五段活用」は口から舌が出ている状態なので、日本語アイウエオのような明瞭な母音は伴わない。生徒たちから「変な感じがする」「アイウエオがおかしい」という発言があれば、大歓迎。なぜなら、「英語は子音が主の言語。母音は従」。子音が強く長く振動し、母音はその後に付録のようにつくだけ。付録どころか、あいまい母音[a]のようになってしまったり、なくなってしまうことすらごく普通にある。この母音の影の薄いことに慣れたら英語の聴き取り力も大きく伸びる。L音が明瞭になると反比例的にアイウエオが日本語離れてくる。

⑤ 「舌出し L 音の習慣化」

上記の「深呼吸指立て長唸りL音」一日10回と、「指立てLaLiLuLeLo 五段活用」一日10回を宿題にして1週間練習してきてもらおう。「LaLiLuLeLo 五段活用」も、決して指から舌を離さないよう徹底させる。

指立てに飽きたら、鏡を見て舌が出ているのを確かめながらのL音筋トレも効果的だ。

⑥ 「L 音を出しながら、舌をさらに押し出す」— L 音をさらに強化する

「英語の唸りL音」が「日本語的あっさりラ行音」とどれほど違うかを学習者たちにイメージしてもらうには、「舌を上の前歯の先に出す」よりも「前歯の先に出して押し当てる」方が有効だ。さらに効果があるのは「唸り音を出しながら、舌をさらに前に押し出し続ける」というイメージを持たせる。こうすることでL音がさらに強化される。この時は、指立てはしないでもいい。指が押し出しの邪魔になるからだ。

例えば、light [laɪt] の発音なら、舌を押し出しながら「唸り音L」を十分響かせて、[aɪt]を付け足す。lightの主体はあくまでも「唸りL音」で、ラ行の子音のようにあっさり母音に移行しない。イメージとしてはllightぐらいで。

III (5) L 音の美学：

正確で強いL音がメッセージ性を高める

英語は子音が主体の言語であり、子音の響きが英語らしさと英語の美しさを支えている。それに対して日本語は、母音が命であり、子音を強く響かせることは避けられる。この2つの美意識のズレが、日本人が英語発音を苦手とする原因だとも言える。美意識をキーワードにすると、日英2言語の音の違いが生徒たちに伝えやすいかもしれない。

当然のことだが、ジャズボーカリストなど声が勝負の方の中には、並の英語教員が及びもつかないほど音に熟達している人もおられる。その例として Mutsuko Kawamoto さんが L 発音のコツを紹介した YouTube をあげておきたい。https://www.youtube.com/watch?v=Dw_qrBccKsk (1分20秒ぐらいから)

Mutsuko さんは「Lは最初のタメが大事！」と表現している。母音が出る前の「タメ」で、先ほど私が「唸りL音」と言ったのと同じことである。「I love you. も love の l にタメがないと英語にならない」と彼女は言う。L音のタメがないと愛も通じないのである。

IV 英語R音と日本語「ラ行音」の違い

英語R音は子音だけでいくらでも長く伸ばせる音であ

るのに対して、日本語ラ行の子音は舌先を弾いて一瞬で終わる。言い換えると、英語Rは唸り音、日本語ラ行は弾き音。また別の表現をすると、英語R音はしつこく、ラ行の子音はあっさり音だ。

IPA (国際音声記号) では、英語Rは[r̥] (歯茎接近音) あるいは[r̠] (そり舌接近音) で、ラ行の子音は[r] (弾き音 tap あるいは flap) とされる。(教科書では英語R音を[r]で表し、日本語ローマ字表記でラ行を ra ri ru re ro と書くことも、R音とラ行の混同の一因だろう。)

英語Rは ([r̥]であろうが[r̠]であろうが)、舌が口の天井に接近して気流の通り道を狭めることで出る響きだから、気流が続く限り出し続けることができる。また、一定の時間持続させないと認識されない音でもある。英語ではL音と同じく、R音も「唸り音」だ。大英百科事典では sonorant 「響き音」ともされている。In English the sonorants are y, w, l, r, m, n, and ng. (Encyclopaedia Britannica)。また、resonant と呼ぶこともある (sonorant も resonant も「よく響く (子音)」の意味)。

日本語ラ行の子音は1回天井を tap してしまったらその瞬間に終わってしまうのでごく短く、すぐに母音へと移行する。ラ行の子音は「あっさり音」だ。

英語R音の出し方にはいろんな説明法がある。「舌を巻く」「舌を巻いてはダメ」「舌先を持ち上げる (天井にはつかないように)」「舌を後方に反らせる」「舌を奥に引っ込める」「舌の奥を高める」「舌の両サイドを奥歯につける」「舌を巻いて舌の裏側を天井につけてちゃんと裏返っているのを確認してから、天井から離して声を出す」など多様な説明がある。

(私は口をすぼめて [u] の音を出しながら、舌を天井につかないようにしつつ、奥にいろいろ引っばったり曲げたりしてみて、音色の変化を自分で感じとるのがいいのではないかと考えている。そうすることで、いちばん響きがいい時の舌の位置や形状、口の形を自分の感覚でとらえることができる。最も sonorant なRを自分で作るイメージである。)

多様な説明があるが、説明はたいてい舌と口のことには終始し、英語の「唸りR音」(あるいは「響きR音」と、日本語ラ行「弾き音」の違いが明確には説明されていない。このことが英語のR音がきちんと出せない原因の一つになっていると考えられる。

R音が出ないということは単に1子音の問題ではなく、時にはコミュニケーションを阻害することにもなる。例えば、Right! 「そのとおりだ!」。Wrong 「それは間違ってる!」という主張もRの唸りがないと、肝心の時に相手に届かない。

V 英語は、M音も、N音も「唸り音」

日本語の「マ行」も「ナ行」も子音はごくあっさり短くすぐに母音へと移行する。それに対して、英語M音N音は（L音R音と同じく）子音が唸る時間が経過してから母音に移るのが基本であり、sonorant「響き音」と呼ばれるにふさわしい。

英語M音では、口を閉じた唸り音が十分出してから母音に移る。英語N音では、口を開けた唸り音が十分出してから母音に移る。

このM音、N音の唸りも、母音が出る前の「タメ」と説明すればイメージしやすいだろう。

冒頭の表1から読み取ったように、英語子音は元々日本語子音より強い[長い]うえに強さ[長さ]が変化する。Mの唸り音が特に強調されるのは、例えば It's mine! 「それ私のよ（あなたのじゃないの）！」のように自己主張する時であり、mmmine ぐらいの感じにさえなる。日本語のマ行で発音すれば「私のよ（取らないで）！」という主張は相手に届かない。

Nの唸りが強調されるのは例えば no や not で強く否定する時だ。No! 「絶対ダメ!」「やめて!」「絶対違う!」と言う時は、Nno! ぐらいの感じで唸りが響く。

VI 英語の子音は「タメ」がメッセージを伝える

破裂音（閉鎖音）には、空気圧を高める閉鎖時間（「タメ」の時間）が必要だが、英語では日本語より閉鎖時間が倍ぐらい長いことを《表3》で確認した。流音では子音の持続がタメであるが、破裂音では「タメ」は音が出る前の閉鎖時間にある。

破裂音 p t k b d g の「タメ」も、主張や気持ちを相手に伝えるのに重要な役割をしている。

例えば Do it. を「(つべこべ言わずに) やりなさい」といった感じで強く言う時には、Dの前のタメ（空気圧）が強くなり破裂も強くなる。

Don't! 「やめろ!」も D の前のタメを強めることで強い表現になる。

「アメリカでビールを注文したのに聞いてくれなかった。差別されたのか」と言うのを聞いたことがあるが、差別と捉えるより、Beer の B の「タメ」と「破裂」が足りなかったのだと考える方が妥当だろう。日本式破裂音では英語として通じず、異文化誤解が起きる。特に酒場のなどの喧嘩の中や、忙しい状況では起きやすい。

VII THの一般的な指導法と、その欠陥

TH は「上下の歯の間から舌を出したまま発音する」という説明が一般的だ。しかし、Lの場合と同じく、日本語はすぐ引っ込んでしまい、/s/ や /z/ の音になってしまいがちだ。また /th/ 音がなんとか出ている場合でも、/th/ の分量が少なすぎて、native speaker の英語耳

には届かないことも多い。

VII (1) TH音の効果的指導法

Lと同じように「指立て舌出し法」でTH音の特徴を実際立たせるのが効果的だ。

①「舌先が引っ込むとTH音は出ない」ということを体で覚える。

L音の場合と同じように、口の前に人差し指を立て、舌先を指に触れさせる。力を入れて舌先が指から離れないように保ちながら、強く息を出すと声を出すと「擦(こす)れ音 /θ/」が出る。声も出すと「擦れ音 /ð/」が出る。空気圧を高めて息を強く出せば出すほど擦れ音も大きいので、頭だけでなく体でも覚えるには効果が大きい。

②「THは擦れ音だというイメージを定着させる」

深呼吸をして息が続く限り、「指立て擦れ音TH」を続けよう。このことで、TH音も母音が伴わなくてもいくらでも続けることができる（少なくとも日本人にとっては）とても風変わりな連続音だと気づくはず。無声音 /θ/, 有声音 /ð/ どちらも、この連続量が少なくないと相手に通じにくいし、気持ちを伝える効果も少ない。

③「擦れ音THを体に定着させよう。舌を出したままの発音練習」

次も、指に舌先がくっついたまま、THaTHiTHuTHeTHo と五段活用の発音をする。（もちろん /θ/ も /ð/ も。）この時、引っ込もうとする舌に抵抗してがんばることで体が覚える。舌を離さないで THaTHiTHuTHeTHo を連続して大音量で息が続く限り繰り返すと効果も大きい。

ここでL音の場合と同じように、「なぜ舌は引っ込もうとするのだろうか?」と考える。答はLの場合と同じだ。「日本語は出たままに慣れていることに慣れていないし、出たまま keep するだけの筋肉がないから」。

TH音用に舌の筋トレをしないと、十分な擦れ音THは出ないことを納得してもらおう。

④筋トレの必要性が納得できたら、例えば「深呼吸指立て長擦れTH音」一日10回と、「指立てTHaTHiTHuTHeTHo 五段活用」一日10回を宿題にして練習。「THaTHiTHuTHeTHo 五段活用」も、決して指から舌を離さないよう徹底させる。「指立てTHaTHiTHuTHeTHo 五段活用」は口から舌が出ている状態なので、日本語アイウエオのような明瞭な母音は伴わない。生徒たちから「変な感じがする」「アイウエオがおかしい」という発言があれば、大歓迎したい。

⑥「TH音を出しながら、舌をさらに押し出す」

さらに効果があるのは「擦れ音を出しながら、舌をさらに前に押し出し続ける」というイメージ。

例えば、this なら、舌をさらに押し出しながら擦れ音 ð を十分響かせたうえで、[is]を付け足す。this の主体はあくまでもTH音だから、[ðððis] ぐらいのイメージだ。

⑦I like this better than that. というような TH音が強調されると意味上の効果がある文で練習する。

VIII TH以外の摩擦音 s z f ʒ f v h

― 擦れ音を長く強烈に ―

日本語母語話者は、θ ð 以外の摩擦音 s z f ʒ f v h についても、英語音として通用するには擦れ音の量が足りない傾向がある（空気圧も足りないし、持続時間も足りない）。摩擦音も（流音と同じく）子音だけで息が続く限り出し続けることができる。

空気圧を高めて（タメをつくり）、一気に解放し、擦れ音をできるだけ強く長く出す練習が効果的だ。（通常の日本語摩擦音はタメがなく、なんとなく息が出てくるケースがほとんどである。）

IX H音は「ハヒフヘホ」ではない

英語のH音（声門摩擦音）は帯気性の強い音であり、例えば Who? や How? Hungry? はH音（の帯気性）が強調されると、一語だけでメッセージ性の強い文になる。

日本語の通常のハ行音は、おとなしくあっさりしていて、帯気性を極力弱める傾向があり、英語H音の代わりにはならないと指導した方がよい。

（「フ」は fu と表記される習慣があるが、実は f 音でも h 音でもなく、[ʰ] 両唇摩擦音（上下の唇を近づけてその間で空気を（かすかに）摩擦させる音）である。）

帯気音Hの練習法としては以下のような例がある。

息の音で ハーッハーッ How?

// フーッフーッ Who? (この練習は日本語フはH音ではないことを理解するにも役立つ)

// フーッフーッ Whom?

// ホーッホーッ Hot!(熱ッ!と火傷をした気分で)

X 英語では、母音まで破裂音性がある

― 語頭の強い母音は、空気圧を高めて（タメを作って）発音する

X (1) 英語の母音はまるで破裂音

英語の母音はまるで破裂音であるかのように強調されるとイメージしよう。（それに対して日本語母音は通常、単独で発音しても、文頭にあってもなんとなく音が出て

くる。例えば、"Apple" と「アップル」の違いだ。）

英語の母音が強く明瞭に出される時は、声門を閉鎖して空気圧を高めて、一気に破裂するという「破裂音の性格」がある。

このことは、「母音の前に声門閉鎖音という子音がある」とも説明される。声門閉鎖音は、英語発音指導ではあまりなじみのない用語だが、声門破裂音とも言い、IPA発音記号は[ʔ]である。

ちなみに、英語の兄弟語であるドイツ語では、語頭の母音は直前の語の最後の子音とリエゾンすることはないが、それは語頭の母音に声門閉鎖音[ʔ]という子音がついているからだとも説明するようである。

また、声楽でも、楽器のリコーダー演奏の練習でも、声門閉鎖を意識させるようだ。英語の歌の出だしの声門閉鎖についてはよくわかるサイトがある（Singers Secret: "How to do a glottal stop for singing"）。また別のサイトでは、最近の歌では声門閉鎖がリズムの切れを良くするために多用されていると指摘されている（singwisevocals: "CONTEMPORARY SINGING TECHNIQUE: Glottal Stops"）。

X (2) A と「エイ」の違い

アルファベットのAは日本では「エイ」と読み、エイは同じ長さ、同じ強さだ（と意識されている）。ゆっくり長く言うと「エーイー」となる。

しかし英語読みのアルファベットAは発音記号では /eɪ / で、強く長く発音すると /e/ の部分の音が強く長く /ɪ / は最後に添えられるだけにすぎない。これは、声門破裂で /e/ が出て破裂がおさまるまで続くからである。破裂がほぼおさまってから /ɪ/ がちょこっと添えられる。

この違いは、英語の/eɪ / は「二重母音」という1個の母音であるのに対して、「エイ」は「エ」と「イ」が連なっただけの連母音だからという説明もできる（「英語びより」2017.05.31 <https://ipa-mania.com/diphthong/>）。大きくはっきり発音した eight や april と、「エイト」「エイプリル」を比較してみよう。

アルファベット I についても同じことが言える。日本語では連母音「アイ」(=「ア」+「イ」)であるが、英語では2重母音 /ai/ であって、破裂で始まり、/a/ が長く大きく /ɪ/ は最後の添え物という感じである。I love you. で I が強調される時は I は破裂音的に発音される。

アルファベット O も同じ。「オ」+「ウ」ではなく、破裂性の /o/ で始まり、/u/ は破裂がおさまってからしめくくるだけ。

XI 再び、日本語と英語の音の違い

— 英語音素の典型音を身につけよう —

以上 I～X は日本語音との違いをわかりやすくするために、英語音の特徴が増幅される場合を取り上げて説明した。言いかえれば、似た日本語音との違いだけを際立たせた。

どの言語でも音素には異音がある。例えば、L 音には「明るい L (clear/light L) と「暗い L (dark L)」がある。T 音についても、アメリカ英語とイギリス英語では water の t の音が違う。子音も母音も、単語や文の中の位置によって変わる場合がある。さらに、地域差も個人差もあるうえ、同じ人でも状況や目的や気分が音が変わってくる。

いろいろある異音の中でも、日本語との違いを際立たせて説明しやすい「典型的な音」を I～X では選んだ。英語 L 音の典型はこれだ、英語 R 音の典型はこれだ、英語破裂音の典型はこれだ、という音の典型イメージが(日本語音との対比を通じて)できてしまえば、カタカナ音は出る幕がなくなるだろう。典型イメージ音習得を通じて、氣息の空気圧に気持ちを込める英語音の世界も入っていけるだろう。

この稿で取り上げた英語音は強調音に偏っているが、この偏りには意図がある。学習者に英語の典型イメージ音を発見してもらうという目的がある。英語の各音素の典型音を自分の中に確立できれば、日本語音で代用するカタカナ英語になったり、「実は通じていないぺらぺら英語」になってしまう心配もないだろう。

この稿で提唱しているやり方は、同時に耳からのインプットが大量にあってこそ本当に効果が出る。子音の強さ、氣息の破裂、唸り音等々に自分で気づいて納得するには大量のインプットが欠かせない。大量にインプットすることで、典型音が、地域により、人により、気分により、目的により、前後関係や位置により、変化することがわかってくる。発音練習はアウトプットだから、大量のインプットなしでは効果は限定される。

XII サーロー節子さんのスピーチ(ノーベル平和賞授賞式)の英語音

2017年ノーベル平和賞を核兵器廃絶国際キャンペーン(ICAN)が受賞し、カナダ在住の被爆者であるサーロー節子(Setsuko Thurlow)さんが代表して英語で受賞演説をした。決して流ちょうな英語ではない。日本人訛も強い。しかし子音が明確で歯切れが良く、native speakers にも明瞭な英語でメッセージが伝わる。彼女の場合、日本人訛が、マイナスどころかプラスに働き、説得力が増す要素になっている。いわゆる「カタカナ英語」との違いは、英語としての基本の音をしっかり押さえていることにある。演説の中の world の語も/w/ /r/

/l/ /d/ すべての子音が明瞭に発音されているなど、一音一音、一語一語を噛みしめるように話している。

節子さんの英語が生徒たちにとって最良のモデルであるとは、時代が違うこともあり、判断できないが、私たちの英語観を考え直すためには良い材料ではないかと考える。

XIII まとめ

日本語母語話者への明瞭な英語発音の指導は、英語の子音の強烈さと持続の長さをイメージ付けて体得させることで大きな効果が出る。そして、明瞭な英語音声を支えるのは、空氣の圧力を高め一気に破裂させることだ。日本語と英語の音声の違いの根本は、空氣の圧力の使い方にあることはいくら強調してもしすぎではない。英語では、空氣の流れを閉じることで空氣圧を高めて一気に破裂させるのが基本である。ハッキリ言いたい時や感情を込めようとする時には、特に空氣圧が高まる。それに対して、日本語では空氣圧を感じさせるような発音は極力避けられる。

英語の発音というと、入門書であれ専門の学生用のものであれ、子音や母音を分類して、そのそれぞれについて発音記号を示し、口内の舌の位置などを説明し、アクセントやイントネーションを解説したものがほとんどである。英語では氣息[空氣圧]が日本語よりはるかに強く、空氣圧の調整がコミュニケーションに非常に重要だということについて説明したものはほとんど見かけない。

唇を閉じても空氣圧が不足であれば英語の B や P の音にはならず、native に聞きとってもらえないことが起きる。L や R についても舌の位置をいくら練習しても、子音を鳴り響かせるだけの空氣圧がなければ、感情を乗せる音にはならない。

もちろん英語にも弱い子音や弱い母音があり、日本語式空氣圧でもかまわない場合も多くある。しかし、明確に言いたい時や、主張しなければならぬ時や、深い感情を伝える時には、空氣圧を高めて一気に解放する音が英語には欠かせない。英語教員は、英語らしく感情を込めた、必要な時には相手に異を唱えることもできる音声を身につけるべきであろう。それは、たとえ語彙が貧弱でも、文法が不確かでも、小学生でも役立てることができる技能なのだからなおさらである。

また、英語音の強音をマスターした上で、弱音との違いを理解していくように指導すれば、リスニング力も大いに伸ばすことができる。

英語の授業で生徒たちに activity をさせる、タスクを実行させる、英語で何かをすることによって英語を学ぶということに私は大いに賛成である。しかし残念なことに、そういう活動中の生徒たちの英語音に首をかしげてしまうことが多々ある。日本の外では通じそうにない

カタカナ英語で activity が行われているケースも多い。それどころか、肝心の先生の発音にかなり問題がある場合も少なくない。

「英語音は破裂だ」は決して筆者の独創ではない。もう40年以上前に「なんで英語やるの？」(中津燎子1974)を読んだ時にさかのぼる。中津氏を中心とする発音研究会に何年も在籍し活動していたが、「母音も含めて英語音は破裂が基本」というのが中津氏の一貫した意見であった。中津氏の訓練を受けられた当時茨城大学助教授の長澤邦紘氏(現茨城大学名誉教授)が「教師のための英語発音」というすぐれた本を書かれたが、結局残念ながら、中津流が十分大きな流れになることはなかった。

筆者は「native speaker の真似をせよ」という主張をしているのではない。「英語として不可欠な要素がちゃんと確保できているなら、日本人訛り英語でいい」「むしろ日本人訛りがある方がいい」という考えである。(この考えは中津氏に大いに影響を受けたものである。)

必要な時に十分強く子音が出せるか、子音だけでなく母音でも必要とあれば破裂を効かせることができるかは、外国語として英語を学ぶ私たちがぜひとも身につけたい基本技能である。

引用文献

- Encyclopaedia Britannica. . sonorant.
<https://www.britannica.com/topic/sonorant>
 井上 美穂. (2009). 「フランス語中級学習者・上級学習者・母語話者における母音と子音の長さの比較」 学習院女子大学紀要 第11号pp.29-38
 Nagamine, T. (2011). Effects of Hyper-Pronunciation Training Method on Japanese University Students' Pronunciation. Asian EFL Journal Professional Teaching Articles Volume 53 July 2011.
<http://asian-efl-journal.com/PTA/Volume-53-tn.pdf>
 Ramus, F. (2002). Acoustic correlates of linguistic rhythm: Perspectives.
http://cogprints.org/2273/3/ramus_sp02.pdf
<http://www.shin-eiken.com/info/2017/20171210thurlow.html>

文献外引用資料 (インターネットの動画サイト等)

- Anna V. (2013). Pronunciation of "L" and "N" in English - Accent reduction for Mandarin Chinese.
<https://www.youtube.com/watch?v=PbF-f5UrETg>
 ダンディー・ランディー. 「英語のLの発音がやばいほど良くわかる動画」 <http://dandyrandy.net/?p=1061>
 藤永 丈司 (Fujinaga, J). (2015). 「RとLの発音がビックリするほど上達する簡単トレーニング」 (MYスキ英

語)

- <https://mysuki.jp/pronunciation-rl-110>
 ホウドウキョク. (2017). 「「That」って言えてますか? 「Th」の発音は"助走"がポイント」
<https://www.youtube.com/watch?v=kLD2JiPFaQQ>
 カナダ留学館.com (2018). 「実はかなり難しい「L」の発音」
<http://canadaryugakukan.com/english/sound-l>
 川本 睦子 Kawamoto, M. (2014). 「Lの発音について〜【ep01】」.
https://www.youtube.com/watch?v=Dw_qrBccKsk
 MYスキ英語 (2015). <https://mysuki.jp/pronunciation-rl-110>
 Rachel's English. (2011). English: How to Pronounce L consonant: American Accent.
https://www.youtube.com/watch?v=pejo6YC_BnM
 Rachel's English. (2017). English Sounds - L Consonant - How to make the L Consonant
<https://www.youtube.com/watch?v=FP0jHNoFqWo>
 Singers Secret, (2013), "How to do a glottal stop for singing",
<https://www.youtube.com/watch?v=qZJGnA5vJ5E>
 singwisevocals, (2017), "CONTEMPORARY SINGING TECHNIQUE: Glottal Stops",
<https://www.youtube.com/watch?v=gG5BDuDq6hE>
 Teacher Steve One's Word Global English. (2014). How to pronounce the L sound with Teacher Steve!
https://www.youtube.com/watch?v=Hgc-qY_Y_Nc
 ヨス. (2017). 「二重母音って何? 英語の「ai」は日本語の「アイ」と違うよ!」 英語びより」 2017.05.31.
<https://ipa-mania.com/diphthong>

参考文献

- 深沢 清治. (1987) 「英語発音指導上の諸問題」 中国地区英語教育学会研究紀要 17 (0), 107-110,
 堀田 隆一. (2017). 「hellog~英語史ブログ, #2814. 母音連続回避と声門閉鎖音」
<http://user.keio.ac.jp/~rhotta/hellog/2017-01-09-1.html>
 猪井 新一. (2017). 「英語発音指導講習を通しての小学校現職教師の英語発音意識変化」 茨城大学教育学部紀要. 教育科学, 66: 271-281
 井上 美穂. (2011). 「破裂音 [p] [t] [k] [b] [d] [g] における閉鎖部分の長さの測定」 慶應義塾大学外国語教育研究センター
 石黒昭博, 高坂京子, 山内信幸. (1992). 「発信型 実践英語音声学」 金星堂
 Lee Haruki 李 春喜. (2017). 「初めての英語発音指導

- －英語の歌を歌おう－ 関西大学外国語学部紀要 =
Journal of foreign language studies, 16: 61-75
- 松井 千枝. (2014) .「英語音声学－日本語との比較による－ [改訂版] (朝日出版社)
- 長澤 邦紘. (1987) .「教師のための英語発音」 (開文社出版)
- 中津 燎子. (1974) .「なんで英語やるの？」 (午夢館)
- 中津 燎子. (1974) .「呼吸と音とくちびると」 (午夢館)
- 佐藤 寧, 佐藤 努. (1997) .「現代の英語音声学」 金星堂
- Todaka, Y, Nagamine, T, (1996), "An Experimental Study on English Aspiration by Japanese Students", (宮崎公立大学紀要)
- ウィキペディア. (2017) .「声門破裂音」
<https://ja.wikipedia.org/wiki/%E5%A3%B0%E9%96%80%E7%A0%B4%E8%A3%82%E9%9F%B3>

文献外参考資料 (インターネットの動画サイト等)

- サーロー節子. (2017) .「サーロー節子さんらがノーベル平和賞受賞スピーチ」