



# 受講規約 レッスンのコツ

2020年11月改定



わたしの英会話

Copyright © 2017 byZOO Corp., All Rights Reserved.

# Booking

## 1. ご予約について

My Lesson Plan は各スクールで提供している曜日・時間枠の中から、ご都合に合わせて1レッスンごとにご自身でご予約していただく自由予約制です。毎回、「受講時間」「レッスンパートナー（ネイティブ講師）」「スクール」を選択していただける便利なシステムです。

### ◆ご予約可能時間帯（下記、レッスнтаイムテーブルをご参照ください）

	10:00	10:45	11:30	12:15	13:00	13:45	14:30	15:15	16:00	16:45	17:30	18:15	19:00	19:45	20:30	21:15
Mon - Fri					★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★
Sat・Sun Holidays	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★	★				

### ◆ご予約方法（下記、3つの方法でご予約が可能です）

#### ① **b** System（予約システム）でのご予約

インターネット経由の「**b** System」で、お好きな時間帯に自由にご予約いただけます。詳しくは別紙「**b** System ユーザーズ・マニュアル」をご参照ください。

#### ② **b** 電話でのご予約

**b** わたしの英会話、下記までお電話ください。

★銀座：03-5537-3377    ★新宿：03-6228-1275    ★渋谷：03-6906-8728  
★横浜：045-594-7105    ★自由が丘：03-6805-9098    ★二子玉川：03-6431-0715  
★吉祥寺：0422-27-1520    ★東京日本橋：03-6281-9668    ★池袋：03-5904-8808

※お電話の受付時間は（平日）13時～22時・（土日・祝日）10時～19時となっております。

#### ③ スクールでのご予約

レッスン受講の前後やその他の時間帯にコンシェルジュ・デスクまでお申し出ください。

### ◆ご予約についてのご注意

- ・ 今月のご予約は今月の月末迄受付けております。翌月のご予約は今月の20日前後にスタートします。
- ・ 当日のご予約も可能です。レッスンに空きがある場合には、レッスン開始の直前までお受けします。

## <当日予約とは>

ご受講の前日 18 時以降のご予約が「当日予約」の対象となります。

当日予約のキャンセルはお受けしておりません。予めご了承ください。

- ・ 1日に2レッスン以上4レッスン以内の複数レッスンのご予約も可能です。  
但し、レッスンの効率やレッスンパートナーのスケジュールによって、ご相談をさせていただく場合がございます。
- ・ ひと月のご予約・ご受講は月に8レッスンまでとなっております。  
(その月に既にご受講されたものを含めご予約は8レッスンまでとなっております)  
それ以上のご希望がある場合は、上記の「当日予約」をご利用ください。
- ・ 選択されたレッスンパートナーが病欠などの理由により、レッスンを担当できなくなった場合は、  
スクールにて他のレッスンパートナーが代替し対応させていただきます。  
ただし、代替が出来ない場合は前日 18 時に消化扱いになったレッスンポイントを返還いたします。

## 2. ご予約のキャンセル・変更について 【大切な注意事項となります】

ご予約のキャンセル・変更は、ご予約の『前日 18 時まで』無料でお受けしております。  
前日 18 時以降のキャンセルについては、いかなる事由をもちましても、  
当日キャンセル（レッスンを受講したものと同様の扱い）としてレッスンポイント消化と  
なりますので、ご注意ください。

但し、同日に複数レッスンをご予約で、複数ともキャンセルされる場合は、ご予約の『前々日 18 時まで』の受け付けとなります。  
ご予約日 2 日前 18 時～前日 18 時までは 1 レッスンのみキャンセルをお受けしております。複数レッスンご予約の場合はご注意ください。

	1 レッスンのご予約	複数レッスンのご予約
ご予約日の 2 日前 18 時まで	キャンセル可	複数レッスンともキャンセル可
上記からご予約日の前日 18 時まで	キャンセル可	1 レッスンのみキャンセル可
ご予約日前日の 18 時以降	キャンセル不可	キャンセル不可

なお、当スクールの都合で、ご受講いただけなかった場合に関しては、当社の規定に従い、対応させていただきます。  
詳しくは、コンシェルジュ・デスクまでお問い合わせください。

### ◆ご予約の前日 18 時までのキャンセル・変更の方法

キャンセル・変更のお手続きは、上記「ご予約方法」の 1～3 と同様  System（予約システム）・  
スクール・お電話にて承ります。

## ◆ご予約の前日 18 時を経過してからの欠席やレッスンに遅れる場合

ご予約の前日 18 時を経過してから、やむを得ないご事情でご受講が出来なくなった場合、誠にお手数ではございますがお電話にてご連絡をお願いいたします。遅れそうな場合は、どの程度遅れるか大体の目安をお知らせください。レッスンパートナーを待機させ、可能な限りフレキシブルな対応を心掛けます。ご予約時間になっても、ご来校なされない場合は、確認の為、スクールよりお電話させていただきます。ご了承ください。

# Lesson Flow

## ◆ Check-in (チェックイン)

- ①スクールにいらしたら、コンシェルジュ・デスクにメンバーズカードをご提出ください。  
ご予約の確認をさせていただきます。
- ②チェックインをされた後は、Waiting Space にてお待ちください。
- ③レッスン開始のチャイムが鳴りましたら、レッスンパートナーがお迎えにあがり、  
レッスンブースにご案内いたします。

※平日 13 時と土日祝日 10 時のレッスンをご予約の場合、オープニング準備の為、  
ご来校は平日 12 時 50 分・土日祝日 9 時 50 分以降とさせていただきます。予めご了承ください。

## ◆ Check-out (チェックアウト)

- ①レッスンが終了しましたら、コンシェルジュ・デスクにお戻りいただき、レッスンパートナーより  
その日のレッスンコードをお受取りください。
- ②メンバーズカードを受け取り、次回のご予約の確認をなさってください。  
レッスンについてのご質問やご要望などがございましたら、何なりとお知らせくださいませ。
- ③お時間がございましたら、レッスンの復習などで、Waiting Space をご自由にご利用ください。

## ◆ Lesson について

- ①レッスンパートナーは事前に、お客さまの ELF (Every Lesson Focus: お客さまカルテシート) と  
過去のレッスンコードを確認しながらレッスンの準備を行っております！  
ELF は体験レッスンを担当しましたレッスンパートナーが作成し、トピック・レッスンの進め方など  
をまとめたシートです。
- ②ELF とレッスンコードは、オンラインのデータベースとして、全スクール、全レッスンパートナー  
が共有しております。普段通っていないスクールで、はじめてレッスンを担当するレッスンパートナー  
のレッスンを受けたとしても、引き継ぎがしっかりと行われておりますので  
「何でこんなに前のレッスンのこと分かっているの？」とビックリすることでしょう！

## 1. ウォーミングアップ

まずは、ウォーミングアップからです。初めてのレッスンパートナーの場合にはちょっとしたお互いの自己紹介を、そうではない場合には軽いウォーミングアップです。ELF、前回のレッスンをもとにレッスンパートナーから今日のレッスンのリクエストなどを聞いてくることでしょう。

## 2. レッスン

ウォーミングアップが終了しましたらレッスンに入ります。レッスンは特段のリクエストがない場合には、レッスンパートナーは前回のレッスンを参照して、Homework などのレビューなどからスタートします。お仕事で急な準備が必要な時(出張・プレゼンテーション)、旅行が入ってしまってトラベル会話の準備をしたい! などといった時は、もちろんフレキシブルに対応いたします!



## 3. レビュー

レッスン最後の5分はレビューです。レッスン中にレッスンパートナーはレッスンレコードをタイプしながら、学ぶべき単語、フレーズなどを記入いたします(驚くくらいに会話しながら気にならないようにみんなタイプングしますのでビックリしますよ!)。教材には出ていない単語やお仕事などで使える表現など、レッスンレコードは“第二のテキスト”として機能します。これで、今日のレッスンは終了。今回のレッスン内容、気づいた点、ご要望などをレッスンパートナーがレッスンレコードに記入します。この情報を参照しながら、ニーズに合わせた弱点の補強を行います。



## 4. レッソンの終了

以上でレッスンの終了です!レッスンパートナーは今日のレッスン内容に間違いがないことを確認しますと、レッスンレコードを打ち出します。もちろん、レッスンレコードには次回のレッスンまでの課題を「Home Work」の箇所に入れていきますので、次回に向けて準備してください!

## 5. 復習

レッスンで学んだ単語やフレーズ、文法など、次回のレッスン迄に復習しておきましょう。ご不明な点などが出てきたら、次回のレッスンで必ず確認するようにしていきましょう。毎回のレッスンはICレコーダーで録音していただくことも可能です(ご持参ください)。ご自身にぴったりのレッスンスタイルを見つけてくださいね。

## ◆ レッスン時の持ち物

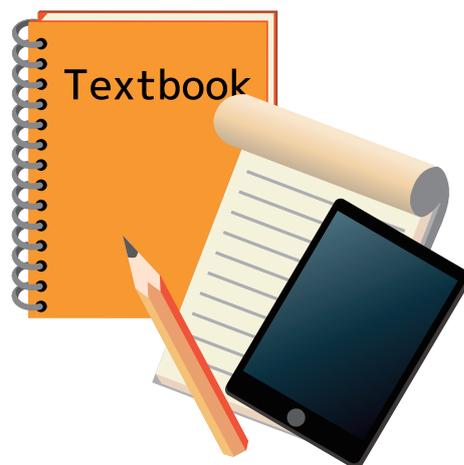
### ◎テキスト・前回までのレッスンレコード

毎回のレッスンには、テキストと前回までのレッスンレコードをご持参ください。予習、復習時やレッスン中に自由に書き込みカスタマイズしていくと、まさに「わたしだけのテキスト」になっていくことでしょう！

※当日の予約などでテキストをご持参でない場合は、スクールにてお貸出いたしますので、お声掛けください（お貸出しのテキストへの書き込みはご容赦ください）。

### ◎ICレコーダー

レッスン時に音声を録音したい、という方は遠慮なくICレコーダーや携帯電話の録音機能をお使いください！



## ◆ Program Designer（プログラムデザイナー）

毎回のレッスンのプログラムや進め方は、レッスンパートナーとプログラムデザイナーがチームを組んでお客さまと一緒に作り上げていきます。ご入会後も、ご要望に応じてカウンセリングを行い、さらに「わたし」に合ったプログラムをつくるため、プランの見直しを行います。毎回のレッスンで、ご要望やご意見などがございましたら、何なりとコンシェルジュ・デスクまでお知らせください。お客さまの担当チームが対応いたします。

## ◆ Level Check Lesson（レベルチェックレッスン）

順調にご目的に向かっていくかの確認とより良いレッスン構築の為に、およそ20レッスンに1回、「レベルチェックレッスンとカウンセリング」の機会を設けております。体験レッスン時のレベルチェックレッスンからの変化（上達具合）と課題点を確認しながら、今後のレッスンについて、お客さまとレッスンパートナー、プログラムデザイナーの3者で再構築していきます。1回目のレベルチェックレッスンを受講する頃には、英会話のご上達はもちろん、努力を続けたご自分に自信を持たれることでしょう！

## ◆テキスト（教材）についてのご注意

- ・当スクールではb以外で購入されたテキストの使用を原則お断りしております。  
ご希望がある場合は事前にコンシェルジュ・デスクまでお問い合わせください。
- ・当スクールで購入いただく全テキストには「レッスンカスタムフィー 3,300円(税込)」が含まれております。

## ◆レッスンレコードの閲覧期間

- ・毎回のレッスン後にプリントアウトしてお渡しするレッスンレコードはお客さまの「b System」にてオンラインでも閲覧いただけます。（詳しくは「別紙「b Systemユーザーズ・マニュアル」」をご参照ください）
- ・レッスンレコードはお客さまの有効期限終了後、システムの改変等により閲覧が出来なくなる場合がございますので予めご了承ください。
- ・有効期限終了後にデータでのレッスンレコードの保存をご希望の場合は、お手数ではございますが、お客さまご自身でご対応ください。

# How to Study

## 3. **b**の学び方のポイント

**b**のお客さまの9割近くの方は英会話初心者です。

初心者の方にとっての一番の不安は、  
「本当に自分でも大丈夫なの？」というはじめの一步に対しての不安と、  
「こんな自分でも続くのかしら」という継続への不安。  
英会話の上達は実はこの「続く」ということと密接に関連しています。

**b**ではこうした初心者の方ならではの不安をいかに解消するか。

そして、実際に使えるようになるために  
下記の3つの方法論を組み合わせることで無理ない形でのご上達のお手伝いをしています。

### 1. 続く＝上達する！

#### 続くことに焦点を絞った**b**習慣化メソッド

英会話の上達にとって、一番の壁は「続く」こと。ダイエットと同じで、英会話はある程度の努力（時間）を投入すれば必ず上達します。ですが、新しい事に挑戦する時多くの方が途中で断念してしまいます。**b**では、今までにお手伝いしてきた7000名以上に及ぶお客さまのデータを元に、オリジナルの「**b**習慣化メソッド」を開発しました。入会されるお客さまは過去の習い事やチャレンジしたこと、そして挫折したことを理解し、そして、**b**習慣化メソッドを通じて、まず、良い習慣を構築してもらうことで確実に1歩ずつの上達をお約束します。



### 2. 学生時代の英語のクラスが無駄にならない！

学生英語からあなたのための会話を可能にする

PhotoJournalとレッスンレコード。



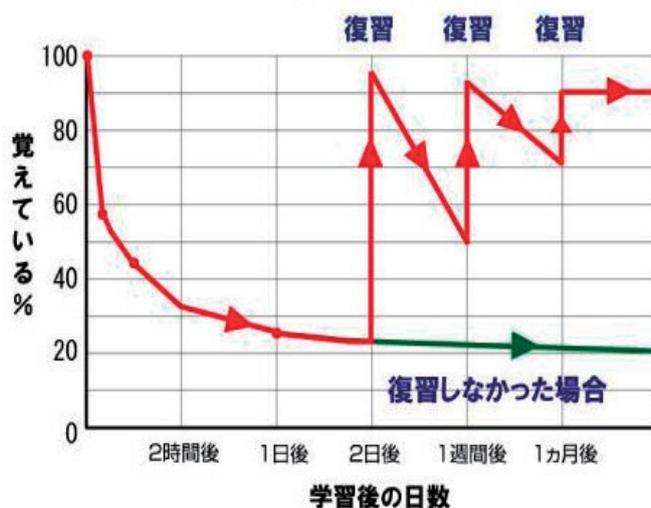
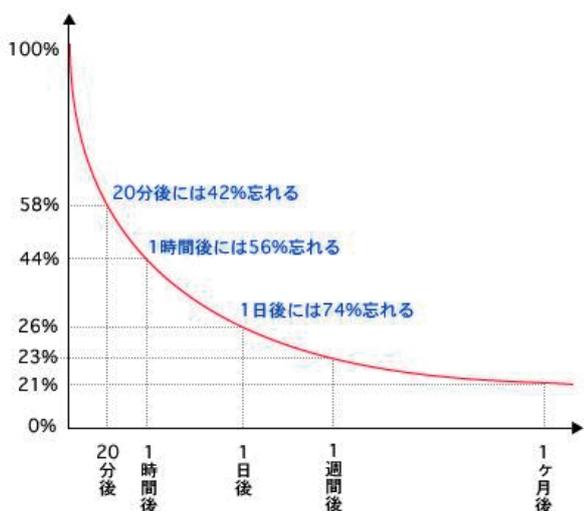
**b**では、レッスンは女性のためにオリジナルに開発されたテキスト、Photo Journalメインに進めていきます。教材は日本の英語教育システムにもとづき、中学時代・高校時代に学ぶ単語・文法をベースに、**b**のお客さまならではのシチュエーションを想定して開発されています。あたかも、学生時代のクラスを思い出しながら、それを自分のシーンにあわせて実際の生活で使えるようにマンツーマンのクラスの中でレッスンを行います。教材以外にも学んだフレーズ、単語などは、レッスンレコードとしてレッスンパートナー（講師）が記録に残して、毎回のレッスンでお渡ししますことで、自分に必要なフレーズを最短距離で学ぶことができます。

### 3. 脳科学・行動経済学を活用した学習法

人間は基本的にはサボってしまったり、学んだことをすぐに忘れてしまう生き物です。

b ではレッスンの場で学んだことを効率よく、使いこなせるようにするために最近研究が進んでいる脳科学・行動経済学の研究成果を学習ループに反映するようにしています。

#### うんちくコーナー「エビングハウスの忘却曲線」



記憶忘却についての研究で有名な、ヘルマン・エビングハウスによると、人間は新しく得た知識をわずか1日で74%も忘れてしまいます！レッスンが始まって帰る時には半分近くは忘れているのです！すべてを覚えようとするのではなく、毎回のレッスンの中で出てきた自分にとって有益な単語、フレーズをレッスンレコードの中からピックアップして、何度も書いて覚えるのが最適な学習法と言えるでしょう。

これに加えて、初心者ならではの悩みである「自分の英語が通じない時はどうしよう・・・」といった不安に対しては、bのレッスンパートナーの多くが、最後の最後は日本語ヘルプができるバイリンガルなこと。また、日本人コンシェルジュが常にサポートすることで英語独り立ちができるまでしっかりとお手伝いさせていただきます。

## 4. 学習方法

さて、いよいよ、今日からレッスンがスタートします！

私たちが今まで多くのお客さまのサポートをしてまいりました。

驚くくらいのペースで進む方、そして、ゆっくり目の方。もちろん、まずは最低限会話ができるようになっていればいいし、あまり自分を追い込まず楽しみながら勉強したい！始めるきっかけは多種多様ですので、スピードが人によって異なるのももちろんです。

とはいいいながらも、やはり、同じお金を私たちが頂戴していますので、私たちは、皆様に出るだけ負担のない形で、でも、楽しくそして効率的に学ぶ方法を今までのレベルチェックレッスンやカウンセリングを通じて構築してきました。

以下のコツは、上達するお客さまに共通している学習法を抽出し、私たちのメソッドを組み合わせることで、効率よく学習を行っていただけるようにまとめたものとなります。いわば、コツの集大成です！

こちらのコーナーは主に Photo Journal をはじめとする初心者の方向けの学習のコツですが、復習などについては中級・上級のお客さまにも当てはまります！是非、ご活用ください！

### ◆ 必要最低限の文法・単語のチェック

<p><b>DAY TWO</b></p> <p>My friends are coming over for an Italian meal tonight so I'm going to the Gourmet Garage to pick up some ingredients</p>  <p>Vendor: Good morning!</p> <p>Belle: Hello. I'm looking for some ingredients for an Italian recipe. I can't find any olive oil. Do you have any extra virgin olive oil?</p> <p>Vendor: Yes, we do. It's right over here.</p> <p>Belle: Okay, thanks.</p> <p>Vendor: Can I help you find anything else?</p> <p>4</p>	<p><b>Let's Talk About It</b></p> <p>Who is visiting Belle tonight? What is she shopping for today?</p> <p><b>The Scoop</b></p> <p><b>SOME and ANY with Uncountable Nouns</b></p> <p>Positive statements- <i>some</i>: There's <i>some</i> bread on the table.</p> <p>Negative statements- <i>any</i>: There isn't <i>any</i> butter.</p> <p>Questions- <i>any</i>: Is there <i>any</i> soup in the kitchen?</p> <p><b>Tools: Uncountable Nouns</b></p> <table border="1"><tr><td>There is</td><td>some</td><td>salt</td><td>on the table.</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td>in the fridge.</td></tr><tr><td>There isn't</td><td>any</td><td>basil</td><td>on the counter.</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td>near the sink.</td></tr><tr><td>Is there</td><td>any</td><td>mineral water</td><td>on the table?</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td>in the refrigerator.</td></tr></table> <p><b>Dialogue:</b></p> <p>Complete the dialogue with <b>some</b> and <b>any</b>.</p> <p>Belle: Yes, I need to choose _____ wine. What goes well with a tomato and mushroom sauce?</p> <p>Vendor: Well, we don't have _____ Dolcetto now, but we have _____ Bardolino. I recommend it.</p> <p>Belle: Okay. Oh, I almost forgot. Do you have _____ tiramisu?</p> <p><b>Your Turn:</b></p> <p>Plan a gourmet meal with your lesson partner. What dishes will you prepare? What will you need? "Is there any cheese?" "We will need some fresh mozzarella and basil."</p> <p>b Photo Journal 1 5</p>	There is	some	salt	on the table.				in the fridge.	There isn't	any	basil	on the counter.				near the sink.	Is there	any	mineral water	on the table?				in the refrigerator.
There is	some	salt	on the table.																						
			in the fridge.																						
There isn't	any	basil	on the counter.																						
			near the sink.																						
Is there	any	mineral water	on the table?																						
			in the refrigerator.																						

まず、右側の「The Scoop」を読んでみましょう。Photo Journal ではレッスンで学ぶ文法のテーマは「The Scoop」のコーナーに全てまとめられています。スクープというのは雑誌の独占記事の意味でカタカナ英語にもなっていますね。私達の教材では、スクープ=その日の文法のテーマ、という意味で用いられています。

文法は Photo Journal シリーズでは、基本的に中学～高校英語のものしか用いておりません。解説は「The Scoop」に記載されていますが、「英語だと難しい！」ということもあるかと思います。その場合は、予約システム内の「Photo Journal\_ 文法解説日本語」を見ながら理解してみましょう。英語だと??と思ったものも、「あっ、なんだ、これ学生時代やったな」って気づかれることでしょう!! また、日本語解説はbのホームページから閲覧することも出来ますので、ご職場で休憩中にレッスンの準備をされたりする場合には、下記のホームページからチェックしてみてください。

<http://www.b-cafe.net/photo-journal/>

## ◆ 教科書の予習・音読

次に、上記で囲われている「ストーリー」(オレンジ)を読んでみましょう。

Photo Journal に出てくる単語は、Starter のお客さまで中学 1 年生、1 と 2 の方で中学 1 年～3 年レベル、そして、3 と 4 の方で高校 1 年～3 年レベルです。とはいえ、いろいろと非難はあるものの、日本の義務教育で学ぶ英文法・単語のレベルはかなり高いです。時間が経過して忘れてしまったものもあるかもしれません。

ストーリーが終わりましたら、次に、主人公の Belle の会話を読んでみてください。  
水色で囲った部分になります。

はじめは恥ずかしいかもしれませんが、しっかりと声を出して音読してみましょう。ご職場にいて声を出せない時は、頭の中で音読するだけでも構いません!

音読をすることで自分の口から出た音声自分の脳に刷り込まれます。

こうすることで、レッスンに来たときにレッスンパートナーと練習をするときに全く見ず知らずの文章を読むのとは違い、脳のどこかに残っている文章を読むことになり、レッスンの理解度が大きく変わります。

## ◆ 前回のレッスンレコードのレビュー

さて、ここまでは予習のお話をしました。

もちろん、先に進むことも大事ですがその前に学んだことのレビュー(復習)は、予習と同じくらい大事なことです!

レッスンレコードには、テキストには出ていない文法・単語けど、レッスンパートナーが「これは知っておいたほうがいい!」と思ってタイプした履歴の集合体。いわば、Photo Journal に続く、第二のテキストです。

人によっては、テキスト以上にすぐに使える表現が沢山タイプしてあることでしょう。  
レッスンレコードは、下記の項目から成り立っています。  
実際のサンプルを見ていきましょう。

- Vocabulary and Pronunciation (単語・発音)
- Phrases and Expressions (表現)
- Grammar and Sentence Structure (文法)
- Notes / Homework (コメント・宿題)

<ul style="list-style-type: none"><li>• Member Name: Hanako Yamada</li><li>• Lesson Partner: Jennifer Aniston</li><li>• Lesson Date and Time: September 5, 2011, 6:15-7:00PM</li></ul>
<b>Vocabulary and Pronunciation:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• remain - still here from long ago.</li><li>• migrate 渡る</li><li>• various - many different</li></ul>
<b>Phrases and Expressions:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• no longer - there has been a change</li><li>• not allowed - you must not/you do not have the right/permission to use it. The policeman told me I was not allowed to park my bicycle in front of the station. I had to use a different parking place for my bicycle.</li></ul>
<b>Grammar and Sentence Structure:</b> <p><b>THERE IS and THERE ARE with Countable Nouns</b> There is a teahouse in Hamarikyu garden. There are <i>some</i> saltwater ponds in Hamarikyu garden. There are <i>three</i> saltwater ponds in Hamarikyu garden. There is a beautiful garden <b>that has saltwater ponds</b> in Tokyo (<b>relative clause</b>)</p>
<b>Notes:</b> Excellent job today, you made some brilliant sentences about Hamarikyu gardens and I learnt a lot from you. Great job!
<b>Homework:</b> Please write 5 sentences about Hamarikyu garden using 'there is' and 'there are' AND relative clauses. (that/which/who)
<b>Next Lesson:</b> Check homework and continue with PJ1 Day 1 from Dialogue.

## ・ Vocabulary and Pronunciation (単語・発音)

テキストに出てくる単語以外にも、お客さまとレッスンパートナーとの会話の中で出てきた中で「これは使える！」という単語や、発音をまとめてくれます。

## ・ Phrases and Expressions (表現)

テキストに出ている表現だけでなく、「ちょっと早いけど、これは知っておいたほうがいい！」というものはレッスンパートナーがタイプしてくれます。例では PJ1 の There is (単数形)、There are (複数形) ですが、no longer (もはや・・・ない) のちょっと、レベルの高い表現を紹介してくれています。

## ・ Grammar and Sentence Structure (文法)

基本は、Scoop に出ている文法を元にそれ以外に役立つものをタイプしています。この下位は、There is と There are を紹介していますが、少し上級レベルの文法である “that” の関係代名詞（これを学ぶのは PJ3 なのですが）を紹介しています。

## ・ Notes / Homework (コメント・宿題)

Note には、今日学ばれたことを、また、Homework は宿題です。この例では、There is / There are に関係代名詞の that/which/who を使った文章を5つ考えてみましょう、という宿題が出ています！

### ◆ IC レコーダー

音声を録音したい方は是非、録音してくださいね。

最近ですと、iPhone や Android 等のスマートフォンの録音機能を使いレッスンを録音することも可能ですし、また、録音した音声を MP3 ファイルとしてパソコンに保管したり、iPod や Walkman で聴くことも可能です。

はじめは自分の声を聴くのは恥ずかしいものですが、非常に勉強になります。是非、お試しください！



### ◆ Photo Journal の音声を聴く

英会話上達の一つの鍵は、「単語量」と「反復による刷り込み」と言われています。

カラオケなどでも、耳慣れた歌でもいざ、歌詞が出てこないと歌えなかつたりしますよね。一方、自分のレパートリーの歌は歌詞が出なくてもすぐに頭から歌詞が出てきて歌えます。

これは、脳科学の世界では System 1 と System2 の仕組みで説明できるそうです。

System1 は「すぐに自分の頭（脳）から出てくる場所に置いているもの」

System2 は「しっかりと頭のなかで考えないと出てこないもの」

これは、人間が動物から進化する過程で脳にさまざまな機能が付け加わったためと言われています。System2 は前頭前皮質と呼ばれる領域で、人間の思考を司る複雑な場所です。従いまして、語学学習をする際には、概念として文法や単語を理解し始めるのは System2 の領域を使っています。

一方で、System2 は思考を司るため処理のスピードが遅く通常の会話には向いていません。私達が英語を話す時、日本語で考えて英語にしたりするのはこの System2 を使っているためなのです。

一方で、母国語である日本語で差し障りのない会話をする時にはわざわざ考えて話すことは少ないですよね。

これは、私達が System2 の領域から System1 の領域に日常レベルの会話を処理する練習を既に行っているためなのです。

カラオケで言うと、レパートリーの歌は System1 です。

他の例で言うと、System2 で概念を理解し、その後練習を通じて System1 に移行することで考えずとも使いこなせるようになっていくものとして、

- ・ パソコンのキーボードのタイピング（スマホのフリック入力）
- ・ ゴルフなどのスポーツ
- ・ ピアノなどの楽器
- ・ 掛け算の九九

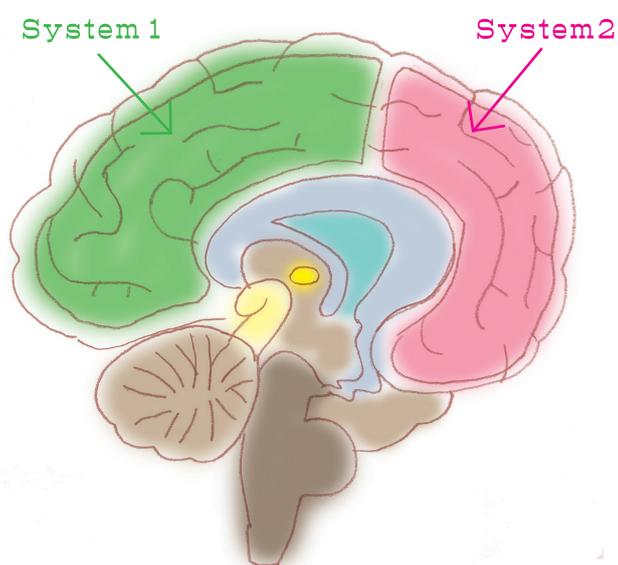
などがあります。

これらも、はじめ System2 で理解するところからはじまりますが、そのままですと実際には使えません。そこで、反復練習を通じて考えなくても使えるようにしているのです。

英会話については System2 から System1 に持っていくための一番効率的なことはズバリ「同じフレーズを反復で聴き話す」。

これを繰り返すことです。あとは、自分の話したいトピックに関わる単語を何度も手書きで書くことです（これは外国人が日本語を勉強するとき、ひらがな・カタカナ・漢字と写経する姿をよく見かけますが同じです）。

b では Photo Journal で学習するお客さまのために無料で出てくる会話表現については、b システム内からリスニングができるようになっています（ダウンロードすることも可能です）。



## ◆ 万が一、サボりかけた時の禁断のテクニック

ご入会して一番気持ちがホットな時になんでそんなことを！

私は大丈夫です！と思われるかもしれませんが、必ずしも人はサボってしまったり、サボったことに対して言い訳しちやったりするものです。

そんな時に使えるテクニックが、ご入会時にお渡ししている「b 習慣化メソッド」にも数多く紹介されています。その代表的なテクニックは、「ベビーステップ（赤ちゃんのステップ）」と呼ばれるメソッドで英会話に限らず新しい習慣を作る時に必ずおきる揺り戻しから自分を守るためのテクニックが満載です！1時間程度で読めてしまう内容ですが、今後の学習に大きな影響を与えるので是非、まず目を通しておきましょう！きっと、「初心忘るべからず」で上達していくことでしょう！



この本にも書かれていますが、是非、b で英会話を始めたことをキッカケに自分の辞書から消去しておく役立つ言葉があります。それは、「忙しい」（から）・・・できない。そう。かの、オバマ元大統領も一生使わないことを誓った単語だそうです！

確かに私たちが何か思い通りに進まない時、「忙しい」という言葉を出してしまう一番の理由は、思い通りに進まない現実と正面から向き合いたくないからかもしれません。

この「忙しい」という言葉を一度使ってしまうと、このあまりの使い勝手の良さから、その後も必ず「忙しい」を繰り返し使って現実逃避しちやいます。

確かに、漢字の「忙」は「心」を「亡」くす、というふうにも読めますね。

思わず「忙しい」と口から出ちゃった時にオバマ元大統領の話を思い出してくださいね！

# Company Information

## 会社概要

- 会社名 株式会社 b yZOO
- 代表者 大山俊輔
- 設 立 2006年5月1日
- 事業内容 女性会員限定マンツーマン英会話スクール「b わたしの英会話」の企画および運営
- 本 社 渋谷オフィス（事業本部）  
〒150-0044 東京都渋谷区円山町 5-18 道玄坂スクエアビル 7F  
Te l : 03-5456-6848 / F A X : 03-6862-8413
- スクール 銀座スクール・新宿スクール・渋谷スクール・横浜スクール  
自由が丘スクール・二子玉川スクール・吉祥寺スクール  
東京日本橋スクール・池袋スクール
- 資本金 5300万円
- スタッフ数 80人
- 主要株主 経営陣
- 取引銀行 三菱UFJ 銀行青山支店

### お客さま相談窓口（カスタマーサポート）

Te l : 03-5456-6848 / Mail : support@b-cafe.net

# Follow **b** on



bのInstagram・Facebookアカウントをフォローしちゃいましょう！  
それぞれの学校の雰囲気、イベント、レススパートナーの紹介や  
プチ英会話フレーズなど定期的にアップしています。  
また、bから紹介するさまざまなイベント、コンテストなどの告知、また、参加はInstagram、  
Facebookのフォローをすることが必要になりますので、この機会に、登録してくださいね！



## Facebook

<https://www.facebook.com/bcafe.net/>

Facebook画面より「わたしの英会話」で検索するか、  
左記QRコードからbのFacebookページに行くことができます。



## Instagram

Instagram画面より「わたしの英会話」で検索するか、  
QRコードからbのインスタページに行くことができます。

ご登録（フォロー）くださった方は、  
コンシェルジュまでお申し出ください。  
登録画面ご提示でコーヒーもしくはドリンクが  
プレゼントとなります！

# Introduce **b**

## ご紹介カード

b はご紹介にてご入会のお客様がとても多いスクールです。ご友人やご家族の方で英会話を始めよう！とお考えの方がいらっしゃいましたら、ぜひ当スクールをご紹介くださいませ。

ささやかではございますが、ご紹介くださった方、ご紹介にてご入会くださった方それぞれに下記のプレゼントをご用意しています。ご紹介の方が体験レッスンにご来校の際、下記のご紹介カードをご持ってくださいませ！



### お客様ご紹介カード

こちらを体験レッスンの際、ご持参のうえ、ご入会くださったら

★ご入会金 15,000 円 OFF !

★ご紹介者とそれぞれ 3 レッスンまたはスターバックスカード (5,000 円) プレゼント!

※20 回以上のレギュラープランでのご入会が対象となります。

★ご紹介者には体験レッスンご来校でもれなく 1 レッスンプレゼント!

ご紹介者名 [ ]



### お客様ご紹介カード

こちらを体験レッスンの際、ご持参のうえ、ご入会くださったら

★ご入会金 15,000 円 OFF !

★ご紹介者とそれぞれ 3 レッスンまたはスターバックスカード (5,000 円) プレゼント!

※20 回以上のレギュラープランでのご入会が対象となります。

★ご紹介者には体験レッスンご来校でもれなく 1 レッスンプレゼント!

ご紹介者名 [ ]



### お客様ご紹介カード

こちらを体験レッスンの際、ご持参のうえ、ご入会くださったら

★ご入会金 15,000 円 OFF !

★ご紹介者とそれぞれ 3 レッスンまたはスターバックスカード (5,000 円) プレゼント!

※20 回以上のレギュラープランでのご入会が対象となります。

★ご紹介者には体験レッスンご来校でもれなく 1 レッスンプレゼント!

ご紹介者名 [ ]



### お客様ご紹介カード

こちらを体験レッスンの際、ご持参のうえ、ご入会くださったら

★ご入会金 15,000 円 OFF !

★ご紹介者とそれぞれ 3 レッスンまたはスターバックスカード (5,000 円) プレゼント!

※20 回以上のレギュラープランでのご入会が対象となります。

★ご紹介者には体験レッスンご来校でもれなく 1 レッスンプレゼント!

ご紹介者名 [ ]

# Acknowledgement

受講規約の内容を確認しました。

お客さま名

---

日付

西暦                      年                      月                      日

---