

20 章 総合問題 20

問題

【1】

解答

(1) 工 (2) ㉔

(3) 不要となる段落 e 1 番目にくる段落 b 4 番目にくる段落 d

【選択肢 e の下線部訳】

「全訳」の下線部参照。

(4) b

解説

以下の流れで各設問を見ていく。

1) 主題をつかむ

この文章は 8 つの段落で成り立っている。導入部はまさに、ESL (= English as a Second Language (第 2 言語としての英語)) 教育において、ほとんどのライティングの指導書で教えられている型どおりの構成になっている。今日世界に存在するさまざまな種類の飼い犬について一般的によく知られている内容から始まっている。そしてその後、Yet という対照を示すトランジション・マーカー (つなぎ言葉) に導かれ、すべての犬は同じ種に属しているという重要な論点が提示されている。

通常、主題を述べた文は第 1 段落の終わりか終わり近くに現れることが多い。そこに主題を明らかに述べる文が見られなくても、その代わりに、主題を予測させるような何か (問題提起) があるはずである。それは、しばしば、以下のような問いかけの文である。

But what was the dog originally? 「しかし、犬はもともと何だったのであろうか。」

この後に、これから述べられる内容を予測させる 1 文が続いている。

Three main theories on the origin of the domestic dog have been proposed.

「飼い犬の起源に関して 3 つの主な仮説 が提起されている。」

2) ディスコース・マーカーと指示 (語) の役割を理解する

第 2, 第 3, 第 4 段落は (例えば, first, second, third という形の) 列挙という手法で、上記の予測を裏付けている。多くの場合これは便利な手法だが、最近はそれが一種の黄金律であるかのように重要視されて使われすぎていたり、列挙が不自然であるかまったく意味をなしていない使われ方をしている。ここでは列挙の意味がある。この文章を書く時点で、すでに実際、3 つの仮説があったからだ。しかし、この列挙の型は、文章の形式を整えるには有益だが、設問の焦点にはなっていない。

ここでは、列挙の表現は、第 2, 第 3, 第 4 段落の始めに用いられている。

One theory is based on ... ['missing link' theory]

「1 つの仮説は…に基づいている」(「失われたつながり」の仮説)

According to the second theory ... [wolves and jackals theory]

「2つめの仮説によると…」(オオカミとジャッカルの仮説)

The third theory is …〔wolves only theory〕

「3つめの仮説は…」(オオカミを原種とする仮説)

設問(1)は第2段落から第3段落のどこかに1文を挿入する問題である。正解は**工**である。この文は、失われたつながりの仮説に関連する段落に入る。(「失われたつながり」とは、現在のところ化石として未発見の、もはや存在しない種のことである。)段落の最後に入れるのが適当である。筆者は、その仮説を支えと考えられる理屈を述べたあとに、直接的な証拠がないためにその仮説が一般に認められなかったことを説明しているからである。第3段落では、筆者は別の仮説の説明に移っているので、**才**にこの文を入れることはできない。オオカミとジャッカルは今も生存していて、遺伝学などで直接的に調べることができる。

3) 趣旨から外れない

設問(2)は、文脈に合わない文を取り除く問題である。正解は④である。この主張はここでは必要ない。筆者はすでにオオカミの仮説を紹介しており、その後の説明から筆者はこの仮説を支持していることがわかるので、複数の原種に関する議論はここでは不適切である。

4) 一貫性を認識する

設問(3)は、欠けている4つの段落を正しい順序に並べ、5つの選択肢の中から1番目と4番目にくる段落、そして、不要な段落を答える問題である。

恣意的に並べられた5つの段落同士を比べ、空欄の前の文章とのつながりも考えなければならぬ。文章の前半に first, second, third という‘列挙’を表す語が見られるが、それはこの問題を解くには使えない。設問(1)の場合と同様に、文章の趣旨とその一貫性を成り立たせている手法を理解することが重要である。

最初の空欄に入る段落は **b** である。オオカミが犬の唯一の原種であるという3つめの仮説を支持し、そこから話を発展させている。犬とオオカミとの類似点からオオカミと人間との類似点へと焦点を移している。犬と人間が協力関係を築いたことの根拠として、オオカミと昔の人との類似性(もろろん、見かけではなく行動の面において)を挙げている。

2番目にくる段落は **c** である。オオカミの飼育が始まったのはいつかという問題に移り、前の段落からつながる一つの見解を述べている。

3番目にくる段落は **a** である。ここでは最初の見解に反論し、別の見解を提示している。2つの見解が対照されていることは、however というつなぎ言葉で示されている。

4番目には **d** の段落が入る。この段落は、‘譲歩’を示す言葉の though を第1文の最初の単語に用い、オオカミの飼育がいつどのようにして始まったかがはっきりしないことを認めることから始まっている。オオカミが犬の唯一の原種であることと、さまざまな種類が生まれたのは人間が繁殖をコントロールしたためであることを(遺伝学を引き合いに出しつつ)再び述べて、文章を結んでいる。

不要となる段落は **e** である。有史前の動物の飼育に関する、もっと長い文章にはこの段落が入るかもしれないが、ここでは主題から外れている。馬に関する段落はこの文章では必要ない。

5) 主題を見極める

設問(4)は、一般化された筆者の視点として正しいものを選ぶ問題である。

a 「動物の飼育はいつでも同じ経路を辿る。」

筆者はそのような考えはまったく述べていないので誤りである。

b 「さまざまな犬種はすべてオオカミの子孫である。」

これまでに説明したように、これが正解である。

c 「議論されている3つの説のうちどれが実際に正しいかを決めるのは難しい。」

筆者は第2段落と第3段落で、最初の2つの仮説を否定しているので、これは誤りである。

d 「実際のところ、飼い犬の起源に関してはほとんど科学的な証拠が存在しない。」

これは誇張である。筆者はすべての疑問が完全に解決されたわけではないことを認めてはいるが、犬の原種はオオカミであると主張している。

全訳

世界には数百品種もの飼い犬がいて、その姿、大きさ、才能は広範囲にわたる。セント・バーナードやグレートデンは、近縁にあたるミニチュア・ヨークシャー・テリアの何倍もの重さ及び大きさである。だが、外見の多様さにもかかわらず、すべての犬は同じ種の仲間である。さまざまな種類の犬の分化した特徴は、人間によって数千年にわたり飼育されてきた結果であり、それは有史以前に始まった。だが、犬とはもともと何だったのであろうか。飼い犬の起源に関しては、主に3つの説が提唱されてきた。

1つの仮説は、「失われたつながり」という考えに基づいている。すなわち、今日のオーストラリアのディンゴに似た、古代の野生の犬種のことである。この説によれば、今日の犬のものはや絶滅してしまった野生の原種は、古代人が既に飼い慣らしていた犬と交配して雑種化するのを防ぐため、古代の人間によって絶滅させられた、とされている。この説を支持する人たちは、飼育された犬が野生化し、他の野生の犬の群れと交配し始めると、世界中で似たような種に再び戻る、と言っていた。オーストラリアのディンゴ、中東のパリア犬、南北(両)アメリカのインディアン犬は皆、体の大きさや姿が酷似している。だが、理論上原種となる種の直接的証拠は未だかつて発見されておらず、この説はもはや広く受け入れられてはいない。

2番目の仮説によれば、さまざまな品種の犬は、オオカミおよびジャッカルという2つの野生種に起源をもつ、とされている。この見方は、1つには動物行動学者コンラート・ローレンツの著書『人、イヌにあう』のお陰で、しばらくは評判がよかった。だが、後の研究で、この説は正しくないということがわかった。綿密な調査の結果、ジャッカルは犬とオオカミのどちらともまったく異なることが判ったのだ。他方、オオカミの生態や身体的特徴を調べた結果、ほとんどあらゆる点で、犬に酷似していることもわかった。さらに、最近の遺伝子研究で、犬はジャッカルの子孫ではないことが確認された。

3番目の仮説は、現代の飼い犬はすべて共通の原種、すなわちオオカミに起源をもつ、というものである。考古学者の中には、それは8千～1万年前に起こった、と考える人もいる。だが、DNA研究の結果では、複数の家畜化(の段階)があったかもしれず、最初はひょっとしたら10万年以上前に起こったのではないかとされている。

b オオカミと犬の類似性は、驚くべきことではないかもしれないが、オオカミと昔の人間との間にも重要な類似性があり、まさにその類似性こそが、何千年にも及ぶ人間と犬との

絆を生み出したのである。人間もオオカミも、自分たちより大きい動物の狩りに特化した集団すなわち群れで狩りをすることによって暮らしていた。高度に発達した社会組織が、この手の狩りには必要であり、その中には、意思の疎通や縄張り及び主導権に関する複雑な決まり〔規則〕が含まれている。

c 正確なところ、オオカミの家畜化に向けての最初の一步がどのように起こったのかは、未だ定かではない。ある見方によれば、もともと人間とオオカミは競争相手として暮らしていたのであるから、人間の野営地内に持ち込まれた最初のオオカミはおそらく、食料として捕らえられた幼いオオカミの子であったろう、という。その内の何匹かが、人間の子供の玩具として野営地内で暮らすのを許されたとしたら、オオカミと人間の双方の掟を含めた条件に基づいて社会化されていったのであろう。そうして、人間は、飼い慣らされたオオカミの持つ護衛および狩りのお供としての価値に素早く気づいていたのだろうし、飼う数も増えていったのであろう。そして遂に、獐猛すぎて手におえないようなオオカミの子は殺して食べてしまうという、単純な形式の選択的飼育が始まったのであろう。ふさわしいものだけが、人間の群れの一員として暮らすことを許されたのであろう。

a だが、研究者の中には、大昔の人間が、少なくとも現代のオオカミでは生後18日目には終わってしまう社会化期の重要な間に、オオカミの子を育てられたはずはない、と主張する者もいる。その時期を過ぎてから訓練しようとしても、人間を恐れったり疑ったりするオオカミとなってしまう。彼らは、このように推測している。オオカミの中には、最初、人間社会の辺縁での生活に馴染むことによって、そして今日世界各地でいわゆる「野良犬」がしているように、人間の出す生ゴミを食べることによって、かなりの程度まで自ら飼い慣らされていったものもいたのであろうと。

d オオカミと人間とがいつどのようにして初めて一緒に暮らし始めたのかは未だ定かではないが、遺伝子の研究で、犬とオオカミとは明確に関連づけられた。犬と人間との協調関係が数千年もの長きにわたることも、同じく明確である。その期間の間に、管理された飼育の結果、労働者、護衛者、狩猟者、兵士、芸当をしたりお供をするものとして、人間に仕えるのに適した独自の特徴をもつ、(専門的役割に)特化した何百もの犬の種が生まれたのである。

<不要な一文>

④さまざまな犬種の中に存在する多岐に及ぶ変形のために、野生のイヌ科動物の複合種は現代の犬の原種である、と以前は思われていた。

<不要な選択肢>

e 対照的に、馬の飼育はまったく異なる過程を辿った。まず野生馬が人間に捕らえられ、人間は馬に急な崖を疾走させたりすることもあった。後に馬は柵で囲まれた場所で飼われるようになったが、しかしそれは依然として(食用)肉や革製品に利用されるためであった。さらに時が経ってようやく、人が乗るためや物を引くための動物として、馬は飼育され、訓練されるまでになった。それは人間の歴史に大きな影響をもたらす一步であった。

【2】

解答

「全訳」の下線部①、②参照。

全訳

赤ん坊に付けられた名前が、その後の人生に大いなる影響を及ぼすということを信じる者もある。私は、名前がそれを背負った子供のその後の人生を暗示しているということに関して、彼らがどれほどの実例を知っているのかと疑問に思う。①私は10代のクリスチャンという名前の者たちを知っているが、その名前が彼らの人格の形成においていかなる役割であれ果たしたという形跡は、実を言うとほとんど見られなかった、ということを告白しよう。

しかし、我々が知る人間の大半が本人にぴったり合った名前を付けられているように思われる、ということもまた確かな真実である。彼らの名前は、まさにそのような容貌、そのような性格を有する者に付けられることをほとんど免れ得ぬもののように思われる。本人以外の名前によってその人物の容貌や性格が適切に表現されていると想像できる友人など私にはほとんど1人としていない。②親というものは自分の赤ん坊に名前を選ぶ時以上に真剣になることはめったになく、そうしてその真剣さの余りに、彼らは予言者が持つような先を見通す力の高みにまで上ってしまう、ということなのかもしれない。

注

- ℓ. 1 ◇ infant = a baby or very young child
◇ exert = exercise; use or apply a quality, skill, pressure, etc.
「(影響)を及ぼす」
- ℓ. 3 ◇ subsequent = following
◇ bear = have (as an attribute)
◇ some Christians 「クリスチャンという名の複数の人々」(直訳)
※名前の影響力がテーマだから、「キリスト教徒」とした者は文脈を掴みそこねている。
- ℓ. 4 ◇ few signs that …
○ that : few signs の内容を示す同格の名詞節を導く接続詞。
- ℓ. 5 ◇ the moulding of ~
○ 動名詞 moulding に the がついている形。
○ mould = make; shape ※ mould [英] = mold [米]
- ℓ. 6 ◇ be the case = be so; be true
- ℓ. 7 ◇ inevitable = certain to happen
◇ features = the whole face
- ℓ. 8 ◇ imagine + A + …ing 「A が…することを想像する」
- ℓ. 10 ◇ prophetic = having to do with a prophet or prophecy
＜ prophet = a person who foretells events
- ℓ. 11 ◇ vision = the ability to think about the future with great imagination 「洞察力」

【3】

解答・解説

- (1) あらゆる点を考慮すると；全体として；一般に
○ all in all = considering everything; on the whole; generally
- (2) **c**
a 「スポーツは精神の発達に役立つ。」
○ help A (to) … 「A が … するのに役立つ」
b 「スポーツは文明化への1つの手段である。」
○ means = way; method
c 「スポーツは盲目的な力の使用を抑制する。」
○ restrain = check; hold back; keep under control
d 「スポーツはその国がいかに文明化しているかを示す。」
- (3) **ア** yourself **イ** be **ウ** led
- (4) In
○ in itself = viewed in its essential qualities 「それ自身において；それ自体で」
- (5) **c**
○ inversion < invert = turn upside down
- (6) another < for *one* thing (ℓ. 7)
- (7) **ア b**
イ e
○ derive = get; obtain
○ perform = do
○ feat = a noteworthy act or achievement
○ could：仮定法：主語 any of them が条件。
○ acquire = gain; obtain
- (8) **e**
○ do someone *good* ⇔ do someone *harm*
- (9) leisure

全訳

①概して、競技やその競技の規則に関する旧来の英国式の考え方は考察に値する。それは気晴らしと娯楽のための肉体活動をより高い次元にまで引き上げる。運動競技は肉体活動を精神に属する目的に奉仕せしめる。運動競技はその最高の状態においては文明をもたらすものへの寄与となるが、それはそれが力というものを使いこなし、教化することに役立つからである。しかしスポーツの概念や競技という考えを理想化することは容易である。もし我々がスポーツ固有の難点や危険性を考慮しなかったとしたら、愚かなことであろう。

1つには、スポーツへの熱狂はその熱狂者たちを非現実の世界に生きさせかねないからである。そこでは偉大な出来事といっても虚の出来事であり、世の中の現実の問題は忘れ去られてしまう。狩猟やクリケットのチームやサッカーのチームに熱狂的になることは、それ自体ではまったく大いなる過失とはならない。しかしそのような熱狂が人生の真剣な目的とな

るとき、学校、そして後の人生においてさえ起こりうるのだが、そこには価値基準の重大な倒錯が生じているのだ。

もう1つには、これがより重大なのだが、我々は競技もスポーツも他の事柄と同様に、人口の増加と機械化の進展に伴ってある変化を余儀なくされてきたということを認識しなければならないからである。それらは大規模な見せ物〔最大のショー〕となり、プロの選手たちによって公開され、経済原則に基づいて組織化されてしまっている。

しかし、プロの選手たちはスポーツを芸術的技巧の水準にまで引き上げる能力を持つ。そしてまた我々は、サッカーや他の試合を見るために何千、何万人もの集団となって集う「ファン」の群れを、今を上回る方法で叱る必要もない。彼らは、自分たちでは到達することのできない水準で試合が行われるのを見ることによって、何がしか得るところがあるのだ。彼らは、毎週の退屈な仕事から逃れて感覚と情動の世界に入り込むことによって、何がしかの利益を得ているのだ。その世界に入り込むことによって彼らは解放されるのである。スポーツはそれ固有の難点や危険性を有するが、それはいかなる国の生活においても常に大いなる関心事であり続けるに違いない。そして余暇が増大すれば——社会のシステム化と生産の向上に伴ってそれは増大し得るのであるが——スポーツは将来においてより一層大きな関心事となるのかもしれない。

注

- ℓ. 1 ◇ the game 「運動競技というもの」
 - the: 総称。
- ℓ. 2 ◇ worth ... ing = deserving to ...
 - something を修飾。
 - ◇ It = the game
 - ◇ lift A to B = raise A to B cf. lift (英) = elevator (米)
 - ◇ physical = of the body
 - ◇ of relaxation and recreation
 - of = having; with
- ℓ. 3 ◇ plane = a flat surface
 - ◇ play = an activity
 - ◇ serve = work for (as a servant) > service
- ℓ. 4 ◇ contribution to < contribute A to B
 - ◇ the cause of civilization
 - < (Something) causes civilization
 - the cause = reason; ground
 - ◇ make for = contribute to
 - ◇ the taming and humanizing of force
 - < tame and humanize force
 - tame = make less powerful and easier to control
- ℓ. 5 ◇ conception < conceive = think
- ℓ. 6 ◇ should: 仮定法。

- ℓ. 7 ◇ for one thing = as a single consideration, ignoring others
 ◇ devotion < devote = give (*one's* energy, time, etc.) to something
 ◇ lead A to ... = cause A to ... (wrongly)
 ◇ those (who are) devoted
 ○ devoted = very loving or loyal
- ℓ. 8 ◇ which : 先行詞は an unreal world.
 ◇ mimic = imitating; imitative of something
- ℓ. 11 ◇ values = *one's* judgment of what is valuable in life
- ℓ. 13 ◇ suffer = experience or be subjected to (something bad or unpleasant)
- ℓ. 16 ◇ an art = a skill
 ◇ Nor need we scold ~
 ○ 否定語が前に出たことで疑問文の語順になる倒置。
 ○ nor = and not ~ either
 ○ need は助動詞。
 ◇ scold = speak angrily
- ℓ. 17 ◇ mob = a large noisy crowd of people, especially one that is disorderly and intent on causing trouble or violence
 ◇ fan = a person who has a strong interest in or admiration for a particular sport, art form, or famous person
 ◇ gather = come together; assemble
 ◇ in: indicating quantity or number
- ℓ. 18 ◇ gain = obtain or secure (something wanted or desirable)
 ◇ watching things (that are) done at a height (that) they cannot attain themselves
- ℓ. 19 ◇ attain = arrive at; reach; accomplish; gain
 ◇ profit = obtain an advantage or benefit
 ◇ the : [計量単位を表す名詞の前で]「～という単位 (で)」
 ◇ drudgery = hard mental or dull work
- ℓ. 20 ◇ which : 関係代名詞。先行詞は a world of feelings and emotions。
- ℓ. 21 ◇ remain = continue to be
 ◇ factor = a circumstance, fact, or influence that contributes to a result
- ℓ. 22 ◇ leisure = free time
 ◇ as (with the improvement of methods and production) it may (increase),
 ○ 前のカッコ内が挿入句で、後のカッコ内が省略を示す。
 ◇ method = a particular procedure for accomplishing or approaching something, especially a systematic or established one
- ℓ. 23 ◇ even = still; yet
 ○ 比較級の強調。

【4】

解答

「全訳」の下線部参照。

全訳

今日でも、求職者と面接する際に、学歴や学業成績に対して我々は重きを置きすぎる傾向がある。我々はその求職者が実際にはどのような人物で、その潜在能力はどのようなものであるのかということを見出そうとする、より困難な手段を取るよりも、むしろこうした(学歴や学業成績などの) 明らかなものを受け入れたがるものである。

注

- ℓ. 1 ◇ candidate = a person who applies for something 「候補者」
 ◇ be inclined to do = be favorably disposed towards or willing to do; have a specified tendency, disposition, or talent
 ◇ attach A to B = attribute A (importance or value) to B
- ℓ. 2 ◇ background = a person's education, experience, and social circumstances
- ℓ. 3 ◇ would rather [sooner] A than B, would as soon A as B 「BするよりもむしろAしたい」
 ○ A, Bとも動詞の原形。
 ○ soon = readily
- ℓ. 3 ◇ evidence = the facts, signs or objects that make you believe that something is true
 ◇ take the more difficult step of trying ...
 ○ step = a measure or action, especially one of a series taken in order to deal with or achieve a particular thing
 ○ of : 「同格」
- ℓ. 4 ◇ what ~ is like 「～はどのようなものか」 < What is ~ like ?
 ※外観や性質など大体の概念を尋ねる。
 cf. What is he like? = What kind of man is he? (彼はどんな人ですか。)
 ◇ applicant = a person who applies for something
 < apply for = make a formal request for

【5】

解答

- (1) The interest Americans have in reducing stress is indicated in the results of (consumer) surveys.
- (2) The speaker discusses which methods are (effective) in relieving stress.
- (3) The (claims) made for herbal stress remedies may not always be true. Some of these remedies may even seriously (threaten [endanger, harm, damage]) your health.
- (4) Experts on herbal products say that a plant called valerian has been used for

centuries as a mild cure for nervousness and (*sleeplessness*). According to some reports, however, valerian should not be (*taken [used]*) together with certain medicines.

- (5) Exercise can help reduce stress and has been connected with other health benefits, including a lower (*risk [chance; danger; possibility; probability; likelihood]*) of cancer and heart disease.
- (6) Many people (*suffer*) increased nervousness and sleeplessness because they depend on caffeine to get through their busy days.
- (7) Regular, balanced, nutritious meals are necessary for both (*physical*) energy and the (*mental*) energy you need to make decisions and handle difficult situations.
- (8) Recently, books and magazine articles suggesting ways to (*simplify*) life have been popular.
- (9) If you're going to try to (*get*) (*rid*) of stress, you should start with lifestyle changes that can bring you additional (*benefits*) for energy and health.

Script

CD 1 19 ~ 21

Americans are interested in easing stress. This is clear from the number of shelves the topic fills in bookstores, the popularity of health spa vacations, and the results of consumer surveys. But which methods are effective in relieving stress?

If you are considering herbal stress remedies, you should realize that there are no
5 guarantees that the claims made for these products are always true. Some may even seriously threaten your health.

However, experts in the field of herbal products say that a plant called valerian has been used for more than a thousand years as a gentle cure for nervousness and sleeplessness. Valerian is reported as effective and without side effect, though there are
10 some reports that it should be avoided when taking pain killers and certain other medicines.

Kava is another herbal product that is used to reduce anxiety. However, while there are reports describing its effectiveness, there is little information from proper scientific studies, including information on how safe it is or how much should be taken.

Exercise is also recommended to help reduce stress. The decrease of stress with
15 increased physical activity could be due to changes in brain chemicals or the distraction

from other concerns such as work, study, or personal problems that often occurs when doing exercise. Exercise offers advantages over herbal remedies for anxiety because regular exercise has been strongly linked with various other health benefits, including a lower risk of cancer and heart disease. Worry about health problems is a major source of stress, especially as one reaches middle age.

Another way to improve an over-stressed life is to avoid or limit caffeine from coffee, tea, soft drinks, and so-called energy drinks. Many people become trapped in a cycle in which they are exhausted from busy schedules without enough sleep, get through the day with the help of caffeine, and then suffer increased nervousness and sleeplessness because of it.

Changing poor eating habits should also help. Going long periods without eating, or substituting sweets or junk food for balanced, nutritious meals can leave you low on both physical energy and the mental energy you need to make decisions and handle difficult situations. Neither healthier eating habits nor cutting down on caffeine will actually eliminate stress from your life. Stress also comes from work and economic pressures, from social interactions, and from environmental influences, such as air or noise pollution, that we cannot individually control. But being careful about what you put into your body will make you more capable of handling challenges without feeling as much stress.

The idea of simplifying life is now a popular topic in books and magazine articles. These writings suggest moving away from valuing possessions, spending more time with family and friends, and turning away from the pressure to succeed at all costs.

With the variety of ideas for reducing stress available today, if you think the level of stress in your life is too high, it makes sense to take steps to change it. And if you're going to try something, it may make sense to first choose lifestyle changes that offer additional benefits for energy and health. [521 words]

全訳

アメリカ人はストレス解消に関心がある。このことは、書店にその類のトピックの本が多く並んでいることや、温泉保養地で過ごす休暇の人気ぶりや、消費者調査の結果から明らか

である。しかし、ストレス解消にはどの方法が効果的なのだろうか。

薬草によるストレス療法を考えているなら、これらの製品に対して言われていることが常に正しいという保証はまったくないということを認識しておくべきである。中には、健康を深刻に脅かしさえするものもあるのだ。

しかし、薬草製品の分野の専門家によると、カノコソウと呼ばれる植物は、イライラや不眠症に対する効き目の穏やかな治療薬として千年以上も使われていると言う。カノコソウは効果があり、副作用がないと報告されているが、痛み止めや特定の他の薬を飲んでいる場合には避けるべきだという報告もある。

カバも、不安を軽減するのに使われる薬草である。しかし、その効用を示した報告がある一方で、それがどれくらい安全なのか、またどのくらいの量を飲むべきなのかといったことに関する情報を含め、正確な科学研究から得られた情報はほとんどない。

運動もまた、ストレスを軽減するのに勧められる。体をもっと動かすことでストレスを減らすというのは、脳内物質の変化や、運動している時によくある、仕事・勉強・個人的な問題のような心配事の発散によるものかもしれない。運動することは、不安に対しては薬草治療よりも効果的である。というのは、定期的に運動することによって、ガンや心臓病の発症率を下げることを含め、他のさまざまな健康面での利点とも強い関係があるからである。健康のことに神経をつかうのは、特に中年に近づくにつれて、ストレスの主な原因となる。

過度のストレスがある生活を改善するもう1つの方法は、コーヒー、紅茶、ソフトドリンクやいわゆるエネルギー補給飲料からのカフェインを控えたり、制限したりすることである。多くの人が、十分な睡眠もとれずに忙しいスケジュールに疲れ果て、カフェインの助けを借りて1日を何とか過ごし、そのためにいっそうイライラや不眠症に悩まされるという悪循環にはまっている。

悪い食習慣を変えることも助けになるはずである。長時間食事をしなかったり、バランスの取れた栄養のある食事をしないで菓子やジャンクフードを食べたりすることによって、肉体的エネルギーだけでなく、判断をしたり困難な状況に対処するのに必要な精神的エネルギーをも低下させることになる。食生活をよくすることもカフェインを減らすことも、実際には生活からストレスをなくすことにはならない。ストレスは、仕事や経済的な困難、人付き合い、大気汚染や騒音といった個人にはどうしようもない環境の影響からもくる。しかし、体に取り込むものに気を付けることによって、困難な状況においてもそれほどストレスと感じずに対処することができるようになるであろう。

生活を簡素にするというのが、現在、本や雑誌の記事で人気のあるトピックである。これらの書物によると、持っているものに価値を置くことよりも、家族や友達とより多くの時間を過ごし、何が何でも成功しなければならないというプレッシャーから目を背けることを勧めている。

現代のストレスを減らすのに利用できるさまざまなアイデアを使って、もし自分の生活の中でストレスがあまりに大きい「強い」と思っているなら、それを変えようと何かを試みることは有意義である。そして、もし何かに挑戦してみようとするなら、活力と健康にも利益をもたらすような生活スタイルの改善をまず選ぶのが有意義であろう。

注

- ℓ. 1 ◇ ease ～「～を取り除く；楽にする」
 ◇ the number of shelves (that) the topic fills 「そのトピックの本が占めている棚の数→そのトピックの本が多く並んでいること」
- ℓ. 2 ◇ health spa 「(減量・健康維持などのための) 温泉保養地」
- ℓ. 4 ◇ remedy 「治療法」
 ◇ there are no guarantees that … 「…という保証はない」
- ℓ. 5 ◇ the claims made for ～ 「～に対する主張→～について言われていること」
- ℓ. 6 ◇ threaten ～ 「～を脅かす」
- ℓ. 7 ◇ valerian 「カノコソウ」
- ℓ. 8 ◇ gentle cure 「効き目の穏やかな薬」
 ◇ nervousness 「神経症；イライラ」
- ℓ. 9 ◇ sleeplessness 「不眠症」
 ◇ side effect 「副作用」
- ℓ. 10 ◇ pain killer 「鎮痛剤」
- ℓ. 11 ◇ kava 「カバ；カワカワ (ポリネシア産の低木)」
 ◇ anxiety 「不安」
- ℓ. 12 ◇ proper scientific studies 「正確な科学研究」
- ℓ. 14 ◇ the decrease of stress with increased physical activity 「体をもっと動かすことによってストレスを減らすこと」
- ℓ. 15 ◇ be due to ～ 「～のためである；～による」
 ◇ brain chemicals 「脳内物質」
 ◇ distraction from ～ 「～の発散」
- ℓ. 16 ◇ concern 「心配事」
 ◇ that often occurs when doing exercise : 先行詞はthe distraction from other concerns …。
- ℓ. 17 ◇ offer advantages over ～ 「～よりも優れている」
- ℓ. 18 ◇ be linked with ～ 「～と関連している」
- ℓ. 22 ◇ become trapped in ～ 「～にはまる」
- ℓ. 23 ◇ be exhausted (from ～) 「(～で) 疲れ果てる」
 ◇ get through the day 「1日を(何とか) 過ごす」
- ℓ. 24 ◇ suffer ～ 「～に苦しむ」
- ℓ. 25 ◇ go (long periods) without …*ing* 「(長時間) …しないで済みます」
- ℓ. 26 ◇ substitute ～ for … 「…の代わりに～を用いる」
 ◇ leave you low on ～ 「～を低める」
- ℓ. 27 ◇ the mental energy (that) you need to … 「…するのに必要な精神的エネルギー」
 ◇ handle ～ 「～(事態) に対処する」
- ℓ. 28 ◇ cut down on ～ 「～を減らす」
- ℓ. 29 ◇ eliminate ～ 「～をなくす」
 ◇ economic pressures 「経済的に苦しいこと [困難]」

- ℓ. 30 ◇ social interactions 「他人との付き合い」
 ◇ environmental influences 「環境的な影響」
- ℓ. 31 ◇ put ~ into *one's* body 「～を体内に取り入れる」
- ℓ. 32 ◇ be capable of ~ing 「…することができる」
 ◇ without feeling as much stress 「それほどストレスを感じずに」
- ℓ. 33 ◇ simplify ~ 「～を簡素化する」
- ℓ. 34 ◇ move away from ~ 「～しないようにする」
 ◇ value ~ 「～に価値を置く」
 ◇ possessions 「所有物」
- ℓ. 35 ◇ turn away from ~ 「～から顔をそむける」
 ◇ pressure to succeed at all costs 「すべてを犠牲にしても成功しなければならないというプレッシャー」
- ℓ. 37 ◇ it makes sense to … 「…するのが賢明である」
 ◇ take steps to … 「…するための措置を講じる」

【6】

解答

- (1) a (2) e (3) c (4) a (5) b

解説

- (1) ストーリーの流れをつかんでいれば、容易に解ける問題。特に、ℓ. 2～6, ℓ. 8～17, さらにℓ. 23～25, ℓ. 43～53, ℓ. 59がヒントになる。よって、aが正解。念のため、a以外の選択肢が誤っていることを確認しておこう。ℓ. 23～25のマロニー夫人の言葉から、b～dとは言えない。そして、本文最終段落の状況から、eは明らかに誤りである。
- (2) まず、ℓ. 50～51がヒントとなる。もちろんℓ. 51のactingとは、マロニー夫人が買い物から帰った時に初めて、夫の死体を見つけたかのように演技することである。また、ℓ. 53～59にパトリックの死体を発見した時の状況が描かれているが、その最後にIt was easy. No acting was necessary. と言っていることから、eであることは明らか。
- (3) ℓ. 2～6から、この時点でマロニー氏が死んでいることは十分に読み取れる。よって、cが正解。
- (4) ℓ. 2のthe wife of a detectiveは、ℓ. 7のMary Maloneyを指している。したがって、Maloney氏の職業はaである。
- (5) ℓ. 10～16, ℓ. 50～51のKeep things absolutely natural and there'll be no need for acting at all., ℓ. 59のNo acting was necessary. は、いずれもマロニー夫人に関する描写。したがって、bが正解。

全訳

奇妙なことであるが、今になって突如として彼女の思考がはっきりとした。彼女の思考がものすごいスピードで働き始めた。刑事の妻なので、どんな罰を受けるのか、重々承知して

いた。それで結構だった。彼女にとって、そんなことはどうでもよかった。実際、罰を受ければそれが彼女にとって救いとなるだろう。一方、子供はどうなるのだろうか。胎児のいる犯罪者に関する法律はどういうものであろうか。法律によって、母親と胎児の両方の命が奪われるのであろうか。あるいは、妊娠10カ月まで待ってくれるのであろうか。法律は何をしてくれるのであろうか。

メアリー・マロニーにはわからなかった。そして、確かなことは、一か八かやってみる覚悟ができていない、ということであった。

彼女は肉を台所に運び込み、平なべに乗せ、オーブンを高温にし、そこに肉を押し込んだ。それから手を洗い、寝室へと階段を駆け上がった。鏡の前に座り、唇と顔の化粧をちょっと塗り直して、身繕いをした。笑顔を作ろうとしたが、やや奇妙な感じになってしまった。もう一度、試してみた。

「こんにちは、サム。」彼女は明るく、大きな声で言った。

その声もまた、奇妙に響いた。

「ジャガイモをもらおうかしら、サム。そうね、それと、えんどう豆も1缶もらうわ。」

その方がよかった。今の方が最初よりも、笑顔も声も、自然に出ていた。それからさらに何回か練習した。そして階段を駆け下りて、上着を手に取り、裏口を出て、庭を抜けて、通りへと出て行った。

まだ6時になっていないにもかかわらず、食料雑貨屋の店内は電気が点いていた。

「こんばんは、サム。」売り台の向こうにいる男に微笑みながら、明るく言った。

「おやっ、こんばんは、マロニーさん。ご機嫌いかがですか。」

「ジャガイモをもらおうかしら、サム。そうね、それと、えんどう豆も1缶もらうわ。」

男は振り向いて、背後の棚に置いてある、えんどう豆を取ろうと手を伸ばした。

「パトリックが、疲れているから今日は外食したくないと言って、聞かないの。普段なら木曜日に出かけるの。それで、私が家に野菜を用意していないことに、パトリックが気付いたのよ。」と彼女は彼に言った。

「それでは、肉はいかがですか？ マロニーさん。」

「いいえ、肉はもうあるわ、ありがとう。いいラムの脚が冷凍庫にあるの。」

「そうですか。」

「肉が凍ったままで調理をするのは、あまり好きじゃないのよ、サム。でも、今回は一か八かやってみようと思ってるわ。大丈夫かしら？」

「私としては、何も変わらないと思いますよ。このアイダホポテトはどうですか？」

「そうね。いいわねえ。2つ頂くわ。」

「他に何か？」その雑貨屋はうれしそうに彼女を見ながら、小首をかしげた。「食後のデザートはどうですか？ 食後、何かご主人にお出しするものは？」

「そうね、何かお勧めはあるの？ サム。」

男は店内を見回した。「大きめにカットした美味しいチーズケーキ1切れはどうでしょう？ ご主人がお好きだと。」

「いいわね。大好きなの。」

そして商品がすべて包装され、勘定を済ませると、飛び切り明るい笑顔を見せて言った。

「ありがとう，サム。さようなら。」

「さようなら，マロニーさん。ありがとうございました。」

それから彼女は急いで家に向かいながら，今自分がしていることすべてをつぶやいてみた。私は夫のいる家に帰宅するところで，夫は夕食を待っている。だから，料理をうまくやって，できるだけ美味しいものを作らなくては。かわいそうに夫は疲れているのだから。そして，私が入って，たまたまいつもと違った，悲慘な，あるいは恐ろしい何かを目の当たりにしたとしたら，当然それにショックを受けるし，悲しみと恐怖で半狂乱になるでしょう。ね，いいわね，決して何かを見つけることを予期しているわけではないのよ。単に野菜を持って，家に向かっているだけ。パトリック・マロニー夫人は，木曜日の夕方，夫の夕食を作るために，買った野菜を持って家に帰る途中なの。そうよ，その調子よ。彼女はつぶやいた。何事もうまく，自然にやればいいの。まったく自然な状況にしていれば，芝居を打つ必要などまったくないもの。

だから，彼女は裏口から台所に入る時，微笑みながら少しばかり鼻歌を口ずさんでいた。

「パトリック！ どうしたの，あなた？」と，彼女は大声で呼んだ。

彼女は荷物をテーブルの上に置いて，まっすぐリビングに向かった。そして，床に倒れて，両脚が折り曲げられ，片方の腕が後ろに捻られて身体の下敷きになっている夫の姿は，実際かなり衝撃的な光景であった。彼に対するかつての愛情や思慕がすべて，彼女の心にこみ上げてきた。そして，彼のもとに走って行き，そばに跪くと，激しく泣き始めた。このくらい，訳もないことだった。演技の必要などまったくなかった。

数分後，立ち上がると，電話のところに行った。警察署の電話番号はわかっていた。それで，警察署の署員が電話に出ると，大声で泣き叫んだ。「急いで！ すぐに来て！ パトリックが死んでしまったの！」

注

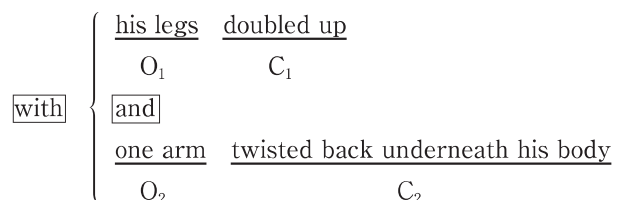
- ℓ. 1 ◇ extraordinary = unusual or remarkable
◇ all of a sudden = quickly and unexpectedly
- ℓ. 2 ◇ detective = a person, especially a police officer, whose job is to examine crimes and catch criminals
◇ she knew quite well what the penalty would be
○ quite = completely; entirely; wholly
○ well = in a good, right or satisfactory way
○ what : 疑問代名詞。
- ℓ. 3 ◇ relief = things which give comfort, or freedom from pain, anxiety, etc.
- ℓ. 4 ◇ murderers with unborn children
○ with : '所有'を表す。
○ unborn = not yet born
- ℓ. 5 ◇ the tenth month = the tenth month during pregnancy
○ until the tenth month は「赤ちゃんが生まれるまで」ということ。
cf. She was in her *eighth month*. (彼女は妊娠8カ月です。)
= She was eight months pregnant.

- ℓ. 7 ◇ take a chance = decide to do something, knowing that it might be the wrong choice
- ℓ. 8 ◇ turn the oven on high
○ turn on = start the flow of electricity, gas, water, etc. by moving a switch, button, etc.
- ℓ. 9 ◇ shove it inside
○ shove = push somebody or something in a rough way
- ℓ. 10 ◇ touch up = improve something by changing or adding to it slightly
cf. She was busy *touching up* her make-up in the mirror.
(彼女は鏡で化粧直しに忙しかった。)
- ◇ It came out rather peculiar
○ come out 「(副詞句を伴って) 結果が〜となる」
○ peculiar = strange; unusual; odd
- ℓ. 12 ◇ brightly = cheerfully
- ℓ. 13 ◇ The voice sounded peculiar too
○ sound = give a particular impression when heard
- ℓ. 14 ◇ pea = a small round green seed that is eaten as a vegetable 「えんどう豆」
cf. A number of *peas* grow together in a pod.
(沢山のえんどう豆が鞘の中で一緒に育っている。)
- ℓ. 15 ◇ That was better.
○ That は前文の内容を指す。
cf. I like children. *That's* why I became a teacher.
(私は子供たちが好きです。それが教師になった理由です。)
理由 : That / 結果 : I became a teacher
- ℓ. 16 ◇ rehearse = recite or say over
○ rehearsal = a process of rehearsing; trial performance or practice of a play, music, etc.
- ℓ. 18 ◇ It wasn't six o'clock yet and the lights were still on in the grocery shop
○ and 「それなのに (yet)」
○ still = nevertheless
○ grocery shop = a grocer or grocery shop is a grocer's shop where foods such as flour, sugar and tinned foods are sold
- ℓ. 20 ◇ Why: expressing surprise, shock, or anger at the beginning of a sentence
- ℓ. 22 ◇ reached up behind him on the shelf for the peas
○ reach = stretch your hand toward something in order to touch it, pick it up, etc.
cf. He *reached* inside his bag for a fountain pen.
(彼は万年筆を出そうとして、カバンの中に手を伸ばした。)
- ℓ. 24 ◇ you know: used to emphasize something that you are saying
◇ catch = find or discover

- ℓ. 27 ◇ lamb = a young sheep
 ◇ freezer = a large piece of electrical equipment in which you can store food for a long time at a low temperature so that it stays frozen 「冷凍庫」
- ℓ. 31 ◇ personally: used to emphasize that you are giving your own opinion
- ℓ. 34 ◇ grocer = a person who owns, manages or works in a shop or store selling food and other things in the home
- ℓ. 35 ◇ afterwards = afters, dessert
- ℓ. 37 ◇ glance = look quickly at somebody or something
- ℓ. 40 ◇ she put on her brightest smile
 ○ put on = assume; pretend to have
 ○ bright = cheerful and happy
- ℓ. 43 ◇ she told herself as she hurried back, all she was doing now
 ○ as = while
 ○ all she was doing now が told の目的語。
- ℓ. 45 ◇ if ... she happened to find anything unusual, or tragic, or terrible
 ○ happen to do = do something by chance
 ○ tragic = disastrous; greatly distressing; very sad
 ○ unusual, or tragic, or terrible は anything を修飾。
- ℓ. 47 ◇ frantic = wildly excited; frenzied
 ○ grief = deep sorrow and suffering
 ○ horror = a powerful feeling caused by great fear mixed with disgust
 ○ Mind you: used to add something to what you have just said 「いいかい；よく聞きたまえ；なにしろ」
- ℓ. 50 ◇ That's the way 「そうだ, その調子」
 ◇ Keep things absolutely natural and there'll be no need for any acting at all.
 ○ 命令文, and ~ : で条件を表す。
 cf. Talk of the devil, and he is sure to appear. (噂をすれば影。)
 ○ absolutely = totally; completely
 ○ act = pretend by your behaviour to be a particular type of person
- ℓ. 52 ◇ she was humming a little tune to herself and smiling
 ○ hum = sing with closed lips
 ○ tune = a piece of musical notes that are sung or played in a particular order to form a piece of music
- ℓ. 55 ◇ parcel = something that is wrapped up in a package for carrying or posting

ℓ. 55 ◇ when she saw him lying there on the floor with his legs doubled up and one arm twisted back underneath his body

○ 文構造に注意。



○ double up = bend or fold something so that there are two layers

○ twist = bend or turn something into a shape or position that is not normal or natural; be bent or turned in this way

ℓ. 57 ◇ longing for = intense desire for something or somebody; a strong feeling of wanting something or somebody

ℓ. 58 ◇ welled up inside her

○ well up = (of an emotion) become stronger

◇ she ran over to him, knelt down beside him, and began to cry her heart out

○ over = from one side to another

○ kneel down = be in or move into a position where your body is supported on your knees, with the lower legs bent back

○ cry *one's* heart out = cry violently

ℓ. 61 ◇ when the man at the other end answered

○ end = either of two places connected by a telephone call, journey, etc.

cf. I answered the phone but there was no one at the other *end*.

(私は電話に出たが、相手の応答はなかった。)

添削課題

解答例

What causes me stress is anxiety over the entrance exams. Although I study hard, I am often disappointed with my test results. When I feel discouraged, it's difficult to concentrate on studying. At those times the best way for me to relieve stress is to play basketball for a while. Getting some exercise and playing with my friends refreshes my mood, and I find that my confidence is restored. [69 words]

解説

- It comes as no surprise that most students cited studying for the entrance exams as their main source of stress. Please remember to eat well. Rigorous mental activity such as intensive study burns more calories than physical work. Make sure you replace those burned-up calories by eating nutritious food.
- A number of students have the habit of beginning sentences with *and*, *but* and *so*. Although, as I mentioned before, these are not actually grammatical errors, there are still many teachers that will automatically mark them as such. Try using *however* instead of *but*. When you want to reinforce an argument with an additional reason or fact, use *moreover*, *furthermore*, *in addition*, *additionally*, or *also*.
- It is probably also safer to avoid using contractions such as *don't* and *can't*. Spell them out as *do not* and *cannot*. This is not a matter of grammar, but of style. Contractions are ordinarily not used in formal writing, so unless you are writing conversational dialogue for the composition, it is better to spell the words out fully.
- Unless you are writing a story with dialogue, or need to quote someone's exact words, it is better to use indirect reported speech than direct quotation.

Not wrong, but not very good:

- My parents always say, "Study hard!"
- My mother always asks, "Can you really pass the examination?"

Better:

- My parents always tell me to study hard.
- My mother is always asking me if I can really pass the examination.

