

弱くなる言葉12個 言い換えシート

自分の原稿に出てくる言葉に印を付けて、右の欄に「その言葉を使いたくなった実際の場面」を書きます。直した例は、書き方の見本です。

直すときの手順（全部で25分）

1. 消す 5分

抽象的な言葉（貢献・幅広く・寄り添う・グローバル・成長）に、まず線を引いて消します。文が壊れて構いません。

2. 場面に置き換える 10分

その言葉を使いたくなった、実際の場面を1つ思い出します。いつ・どこで・誰が・何をしていたか。

3. 数字を1つ入れる 5分

期間・回数・人数・変化のどれか1つ。数字が入ると、読み手はその場面を实在のものとして扱います。

4. 声に出して読む 5分

言いにくい文は、面接でも言えません。読みながらつかえた場所が、直す場所です。

印	よくある言い方（なぜ弱いかな）	直した例	自分の原稿では（場面・数字）
☐	〇〇について幅広く学びたいと思いました。 「幅広く」は、何に関心があるか決まっていなことの言い換えに読めます。狭くするほど強くなります。	高校2年の探究で扱った「商店街の空き店舗」を、地価と人口のどちらで説明できるかが分からず、都市経済学を学びたいと考えました。	
☐	社会に貢献できる人材になりたいです。 「貢献」は誰も反対しない言葉なので、情報量がゼロです。誰の、どの困りごとかまで書くと一気に具体になります。	介護施設で見た「申し送りが紙で、次の人に伝わらない」状態を、情報設計の側から変えられる人になりたいです。	
☐	患者さんに寄り添う看護師になりたいです。 「寄り添う」は、あなたが見た具体的な行為に置き換えられます。見た場面を1つ書けば、言葉はいらなくなります。	祖父の入院中、看護師の方が痛みの強さを「10段階でいくつですか」と毎回聞いていました。感覚を言葉にする手助けができる看護師になりたいです。	
☐	貴学は設備が充実しており、経験豊富な先生方がいます。 大学名を入れ替えても成立する文は、志望理由になりません。科目名・演習名・研究室名のどれか1つを入れてください。	貴学の〇〇演習は2年次から少人数で扱うと聞き、私が知りたい「〇〇」をその段階で調べられる点に惹かれました。	
☐	コミュニケーション能力を活かして貢献したいです。 能力の名前は、面接で「それはどこで発揮しましたか」と必ず聞かれます。先に場面で書けば、その質問が消えます。	部活では、練習に来なくなった1年生に理由を聞く役を続けました。3人のうち2人が戻りました。	
☐	小学生の頃から興味を持っていました。 「小さい頃から」は検証できません。いつ・何がきっかけかが1点でも書けると、面接で話が続きます。	中学3年の夏、〇〇を調べていて「〇〇が説明できない」と気づいたのが最初です。	
☐	将来はグローバルに活躍したいです。 「グローバル」は範囲が広すぎて、何をやる人なのか像が結びません。地名・言語・相手を1つ出してください。	ベトナムからの技能実習生が多い地域で育ち、日本語教室の手伝いを1年続けました。同じ状況を制度の側から見たいと考えています。	

☐	多くのことを学び、成長できると考えています。 「成長」は結果であって、志望理由ではありません。何を確かめたいのかを書くと、学ぶ理由になります。	1年次の統計の必修で、自分が探究で使った集計が間違っていたことを確かめたいです。	
☐	この経験から、協調性の大切さを学びました。 学んだ「気持ち」ではなく、変えた「行動」を書きます。行動は再現できるので、大学側が評価しやすくなります。	この経験から、意見が割れたときは先に「どこまでは合意できているか」を確認する、という進め方に変えました。	
☐	〇〇に感銘を受けました。 感銘・感動は、読み手には中身が伝わりません。何がどう変わったかに置き換えてください。	〇〇を見て、自分がそれまで「〇〇は〇〇だ」と思い込んでいたことに気づきました。	
☐	地域活性化に取り組みたいです。 大きい言葉は、それだけで薄く見えます。数字を1つ入れると、調べた人の文章になります。	私の住む町は、10年で商店が〇軒から〇軒に減りました。残った店の共通点を調べたいです。	
☐	以上の理由から、貴学を志望します。 結びの定型文は、直前まで積み上げた印象を平らにします。消して構いません。	(この1文を消して、本文でいちばん強い場面の1文で終える)	

置き換えたあと、自己採点シートで「独自性」と「具体的エピソードの有無」をつけ直してください。くわしい説明：sogogata-moshi.com/guide/words/