

1000組以上の中学受験生と保護者をサポートしてきた  
中学受験コンサルタント直伝！ 読解力がアップする方法

他の科目の成績も  
自然とUP！

# 1日10分で国語の成績が上がる！ 小学生の語彙力が伸びる「言いかえトレーニング」

2025年5月13日発行

株式会社あさ出版(代表取締役:田賀井弘毅、所在地:東京都豊島区)は齋藤達也著『1日10分で国語の成績が上がる！ 小学生の語彙力が伸びる「言いかえトレーニング」』を2025年5月13日(火)に刊行いたします。

中学受験で求められる語彙は**中3レベル**！ 国語を「苦手」から「得意」にする極意

中学受験で使われる国語の文章は大人向けの本から引用されることが多く、小学生には難しい言葉が含まれています。具体的には、**中学受験で求められる語彙レベルは公立高校受験とほぼ同等**であり、**小学6年生の時点で中学3年生と同じくらいの語彙力が要求**されています。そのため、文章題の正答率を高めるには、小学生の日常会話では使わないような言葉の意味やニュアンスまでも理解している必要があります。

本書で紹介する「**言いかえトレーニング**」では、**語彙を意識的に広げることで、日常生活では身に付けきれない語彙をカバー**できます。保護者に役立つ、ChatGPTによる学習サポート方法も掲載。

タイトル:1日10分で国語の成績が上がる！小学生の語彙力が伸びる「言いかえトレーニング」

著者:齋藤達也 ページ数 :232ページ ISBN : 978-4-86667-749-1

価格 : 1,650円(10%税込) 発行日 : 2025年5月13日

## 【目次】

- 第1章 国語力が上がれば、すべての科目の成績が上がる！
- 第2章 知っている単語の数を増やせば、国語力は伸びる
- 第3章 「言いかえトレーニング」で語彙力アップ！  
読解力を支える語彙力の育て方
- 第4章 言いかえノートの活用法
- 第5章 音読でさらに語彙力と読解力を飛躍的に伸ばす！
- 付録 覚えておきたい最重要語句300

## 【著者プロフィール】



齋藤達也  
(さいとう・たつや)

中学受験コンサルタント

1976年、横浜市生まれ。聖光学院中学・高等学校卒業、東京都立大学法学部卒業。通塾を始めた新5年生の2月から、偏差値50前後の状態が半年以上続いたが、母親の試行錯誤で偏差値は70まで上がり、聖光学院中学校に合格。

大学卒業後は趣味で中学受験関係の情報を紹介するサイトをつくったところ、受験相談が殺到するように。相談に応えるうちに受験生およびその保護者の力になりたいと決意し、中学受験コンサルタントとして独立。これまでアドバイスをした中学受験生および保護者は1000組以上。直接指導した生徒は120名近く(2025年3月時点)。著書に『小6からでも偏差値が15上がる中学受験合格法』『1日10分！「音読」で国語の成績は必ず上がる！』『怒らずにわが子のやる気を引き出す中学受験合格法』(すべて、あさ出版)がある。



語彙力があれば「読解力」が上がる！ 設問が解ける！

## 【国語の成績UPに欠かせない語彙力を計画的に伸ばす方法】 ＝【言いかえトレーニング】を大公開

※以下、本書より一部抜粋編集

個人のセンス関係ナシ！ 国語の成績UPには「語彙の増加」が有効

### 語彙力不足は読解問題でこんなに困る

読解問題に使用  
されているもと  
もとの文章

語彙力のない子  
ども(小学生)に  
は文章がこう見  
えている！  
これでは文章の  
意味を理解する  
のが困難。

科学は、  
に正しいもの  
と考える。反  
対に、科学は  
もう必要だと  
考える。科学  
文化の発展を  
押し止める、  
人間の、有  
効な、科学文  
化を、ことな  
るのではない  
でしょうか。

科学は絶対的に正しいものと考え、科学信仰の立場では、科学を健全に活かすための有効な批判が欠けることとなります。反対に、科学はもう必要だと考える反科学の立場では、科学文化の発展を押し止める、人間の知的営みが途絶えてしまう危険性があります。そのいずれにも偏らず、有効な批判と援助を与えることが健全な科学文化を築くことにはなるのではないのでしょうか。

(「生きのびるための科学」 池内丁(鼎文社)より)

### 国語のテキストだけで語彙を増やすのは難しい…そこで「言いかえトレーニング」

言いかえトレーニングで語彙を学習する手順  
言葉の意味を知る→自分の言葉に言い換える  
→例文をつくる

単に単語を覚えるのではなく、知っている言葉に言い換えることで、その言葉の意味やニュアンスを自分なりにつかむことができ、語彙が増えていくのが、言いかえトレーニングの特長。

- ①がっかりする  
②うんざりする

どちらも…

嫌な気持ちを抱く

という意味

▲言葉の意味やニュアンスを自分なりにつかむ

## 【問題文を読む力UPで他科目の成績も上がる】「言いかえトレーニング」の効果

### なぜ子どもは読んでいるはずなのに理解できないのか？

国語が苦手なお子さんの「読めている」は、あくまで「音」として読めているだけであって「意味」として読めているわけではありません。

一方で国語が得意な子どもたちは、文章を読むときに、書かれている内容を自分の言葉で言い換えて理解しながら読み進めています。「読むこと」と「理解すること」は別なのです。



イラスト:イケマリコ

また、「選択肢を2つまでは絞れるけれど、いつも最後で間違える」のは、言葉のニュアンスを正確に理解していないからです。

言葉のニュアンスはなんとなくでは身につけません。だからこそ、言いかえトレーニングや雑談を通して語彙の学習をしっかり行い、こうした微かな違いを理解できるようにすることが、テストでの正答率を高めるカギになります。

### 言い換える力をつけると設問が楽に解ける

設問は、主に問題文の中で意味がわかりにくい部分に傍線が引かれ、その内容について問われる形でつくられます。特に、「傍線部と同じ内容を問われる問題」ではわかりづらい表現や難しい言葉が含まれている箇所が狙われやすいです。

つまり、問題文を読まなくていいというわけでは決してないですが、日ごろから言葉を言い換える習慣を身につけていると、選択肢を一目見ただけで解けてしまう設問も存在するのです。

### 語彙の記憶定着のために「言いかえノート」をつくろう

語彙が増えれば読解力も上がり、設問に正しく答える力も、記述を書く力も伸びていきます。

本書では、国語力を総合的にアップさせる「言いかえノート」のつくり方・活用術も紹介しています。

| 羅列  | 物色    | 案の定   | 語句   |
|-----|-------|-------|------|
| 並べる | 探して回る | 思った通り | 言いかえ |

▲本書では言いかえノートのつくり方を詳しく紹介