

## <オールインワン英文読解⑤③> 長文読解編 10

### <問題15> (難) [目標タイム: 1分半]

(5) So for most of us it is difficult to find the perfect balance between too much challenge and too little.

Adjustment is made all the more difficult because we are often unconscious of the stress we are suffering.

We have become an expert at re-channeling the effects of stress through motives such as ambition, perfectionism, and dedication to work. Yet the effects of "masked stress" are all the harder to deal with because they are not easily recognizable. (76 words) (同志社大)

(問1) このパラグラフのトピックは? [ ]

(問2) このパラグラフでの筆者の主張は?

[ ]

(問3) 本文の内容と一致するものは○、一致しないものは×をつけよう。 [ ]

(1) When life is so busy and requires so much from us as today, to find a balance between too much and too little stress has become very important in our life.

## [本文解説]

① So for most of us it is difficult to find the perfect balance between too much challenge and too little.

訳: 「したがって( )にとって、( )と( )とのあいだで( )を見つけることは難しい。」

2パラでは「ストレス過多」について、4パラでは「ストレス過少」について、3パラでストレスのさまざまな問題について述べていたが、それらを受けて、そのバランスをとることの難しさを述べている!

② Adjustment is made all the more difficult because we are often unconscious of the stress we are suffering.

### [語句]

- ① adjustment: 「 」
- ② all the 比較級 because S'V'~ / for ~: 「 」
- ③ be アンカ-ンシヤズ unconscious of A: 「 」

訳: 「またその( )は、私たちは( )ストレスに( )のである。」

第1文を受けて、具体的に説明している。

③ We have become an expert at re-channeling the effects of stress through motives such as ambition, perfectionism, and dedication to work.

[語句]

- ① re-channel: 「  
 ② motive: 「<sup>モティヴ</sup>」 / ③ ambition: 「  
 ④ perfectionism: 「<sup>パーフェクショニズム</sup>」 / ⑤ dedication to ~: 「

訳: 「私たちは、( )、( )、( )といった( )  
 を通して、ストレスの影響を( )専門家になっている。」

①、②でバランスをとることの難しさを述べていて、そのせいでストレスを「感じないふり」や「建設的な動機にすり替える」ことで処理することが上手くなっている、ということ述べている。

④ Yet the effects of "masked stress" are all the harder to deal with because they are not easily recognizable.

[語句]

- ① masked stress: 「  
 ② deal with A: 「」 / ③ recognizable: 「

訳: 「しかし、その『( )』の影響は、( )  
 できないので、( )のだ。」

第3文で、バランスをとるのではなく、ストレスを別の方向へそらしている、とあったが、それに対して "Yet" と言って、それは本当の解決策ではないと言っている。