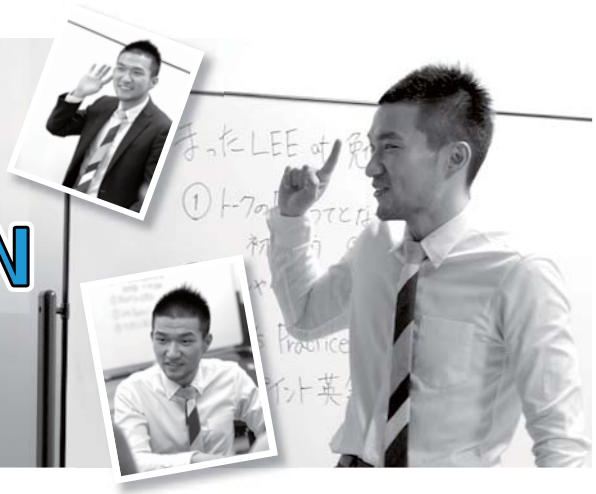
第2代国際交流員コラム

リー・ブライアン

マンスLEE・BRIAN



プロフィール　BRIAN LEE（リー・ブライアン）
25歳　アメリカ（ロサンゼルス）出身
言語：英語、中国語、日本語、台湾（福建）語
趣味：音楽、ホラーゲーム、バレーボール

さよならと新しい自分

突然ですが、今月号はマンスLEE・BRIANの最終号になります。

桜が美しい四月は、日本の多くの人にとって新しいステップを踏む時期ですね。新しい職場、学校、クラスメートなど、四月はいつも期待に胸を膨らませます。新しい環境で新しい趣味や習慣を作り、新しい自分を探す最適な時期だと思います。

例えば、健康のために、起床後5分間のストレッチ、そしてきちんと朝食を食べる習慣を身につけましょう。向上心を高めるために、ライバルを探しましょう。また、フレネミー（フレンド＋エネミー＝frenemy、ライバルでもある友達）を探しましょう。マラソンなどの競技でもライバルがいることでパフォーマンスがよくなります。スポーツ以外でも、ライバルがいることで自分の弱点を分かることができるし、競争心も強まります。ライバルがいたら、私もモチベーションが高まり、ワクワクします。

この四月、新しい習慣を作り、新しい自分を探してみましょう！

ちなみに、マンスLEE・BRIANが最終号というのはエイプリルフール！四月なので、ビックリさせようと思いました。私はまだここにいますので、今後ともマンスLEE・BRIANのご愛読をよろしくお願いします！

※エイプリルフール（April fool）とは、毎年4月1日に、嘘をついてもいいという風習です。

Goodbye and Hello New Me

I'm sorry to inform you that I will be leaving and this is the last issue of Month-LEE Brian.

With the beautiful cherry blossoms blooming, April marks the new start for many people in Japan. Whether it's a new job, a new school, or new classmates, April is full of excitement. With a new environment, it's the perfect. chance to rediscover yourself, find a new passion, or get into a new habit.

For example, a healthier body, consider habits such as stretching for 5 minutes after you wake up or before showering, or eating breakfast every day. Also, find a rival, or better yet, make a "frenemy" (a true friend who is also a rival). Having a rival has been proven to improve performance in sports such as running. Rivalry allows us to see our weaknesses and spark our competitive spirit. I find myself motivated and excited when I have a rival.

This April, get into a new habit, find a rival, and rediscover yourself!

By the way, APRIL FOOL!!! Don't worry. I' m still here, writing more articles for you every month. Hope you'll continue to enjoy them!

挥别迎接新的自我

很遗憾的，我即将离开，所以这将是我的专栏的最后一期。

在日本，美丽的四月对许多人而言是新的开始。不论是新工作，新同学，新学校，四月充满着兴奋与期待。进入新环境是再造新自我，寻找新热情，培养新习惯的良机。

比方，促进健康，您可以在起床或淋浴前做5分钟的伸展运动，或养成每天吃早餐等好习惯。或者您可以在心里设定一位对手或结交亦敌亦友的伙伴。长跑等运动竞赛中，劲敌的存在可以使选手有更出色的表现。同时，劲敌可以让我们看见自己的弱点并激发斗志。当我有好敌手时，我觉得自己精神振奋，更力求上进。

四月不妨培养新习惯，寻找好敌手，发现新的自己。另外，愚人节快乐！这并不是我的专栏的最后一期。我还会在这里继续为大家撰写有趣的文章。希望您继续支持！

ブライアンのランゲージ・コーナー

第4回　「遊ぼう！」

友達を誘う時「遊ぼう！」とよく言いますよね。直訳したら「let's play」になりますが、「let's play tennis」など具体的にすることを言わないと、不自然に聞こえます。英語では、誘う時は「hang out」という言葉をよく使います。例えば、「今週末遊ぼう！」は「Let's hang out this weekend!」と言います。また、家などでのんびりする場合は、「chill」あるいは「chill out」という言葉をよく使います。例えば、「You wanna chill out at my place after school?（放課後僕の家に来て遊ばない？）」と誘ったら、すごくネイティブに聞こえます。使ってみてくださいね。