

# Phrase of the Week

リズムでマスター

フレーズ 9

December 2nd-8th, 2018

123 英検2級  
フレーズ

I was really *out of shape*.  
本当に体調が悪かったんです。



Yuina先生  
サイエイ・インターナショナル大宮校  
Paul先生

## CONVERSATION

Yuina: Why have you started working out recently?

どうして最近、運動を始めたの？

Paul: To maintain my health. I was really **out of shape**.

健康維持のためだよ。本当に**体調が悪かった**んだ。

## VARIATIONS



Your variations

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## EXPLANATION

“out of shape”は「体調が悪くて、形が崩れて」という意味です。ここでの shape には「形」のほかに、「状態、調子」の意味もあります。また、out of shape には、「運動不足」という意味もあり、体型には関係なく、運動するとすぐに疲れてしまったり、息切れしてしまうような状態を表す際に使えます。反対の意味は in shape 「体調が良い」となります。



今回のフレーズが  
動画で観られる!

