



タイピングが速くなりたい！（キーボードのホームポジション）

⌚ 2025.01.06 ⚡ 2025.02.18



「Popタイピング」でがんばっても「100粒」ぐらいしかできないんだよね。
友だちみたいにハイスコアを取りたいな！

「[Popタイピング](#)」や「[寿司打](#)」など、楽しいタイピングゲームがたくさんあります。

しかし、初めてキーボードにさわった人だと、やみくもに遊んでもなかなかハイスコアは更新できません。



それで「タイピングはニガテ」だと思っちゃうのはもったいない。
だって、練習次第で誰でもできるようになるからです。

パソコンのキーボードをじょうずに打つには「コツ」があります。

キーボードを見なくても打てるようになる方法を「タッチタイピング」と言います。



今までキーボードを一本の指で打っていた人も、5本の指を使ってスムーズに打てるようになります。
目標は、1分間に100文字くらい打てるようになることです。

◆ 目次 ◆

1. キーボードの基本の形を覚えよう
手の形を覚えよう
2. ひらがなを打ってみよう
指を伸ばして打とう
下のほうのキーを練習しよう
3. じょうずになるコツ
さいごに

1. キーボードの基本の形を覚えよう

キーボードをじょうずによく打つには、まず「**基本の形**」を覚えることが大切です。
基本の形を「ホームポジション」と呼びます。

ローマ字入力のメインの部分



上段
中段
下段



キーが多くて目移りするけど
最初はこのあたりに注目する

両手の指を、キーボードの上に置いてみましょう。



- 左手の小指を「A」のキーに置きます
- そのとなりに、「S」「D」とつぎつぎ指を置いていきます
- 左手の人さし指は「F」のキーに来ます
- 右手の人さし指は「J」のキーに置きます
- 右手の小指は「; (セミコロン)」というキーに来ます

はじめは8つのキーだけを練習します。

これは、両手の指が自然に置かれる場所のキーだけです。

30秒で60回くらい打てるようになれば、つぎの練習に進んでもOKです。



「F」と「J」のキーには、小さな突起(でっぱり)があります。
これは、目を見なくても指の位置が分かるようにするための目印です。

めじるし

なぜキーボードを打てるようになるのが大切な？

最近は、声で文字を入れることもできるようになりました。

でも、キーボードで文字を打つことは、まだまだとても大切なんです。

それはなぜでしょう？

1つの理由は、声を出せない場所がたくさんあるからです。

図書館や電車の中など、声を出すと周りの人の迷惑になってしまいます。

2つめの理由は、話すのと書くのでは、ちがう力が必要だからです。

頭の中で考えていることを声に出して話すのは、文字で書くよりも難しいことが多いのです。

キーボードで打つと、ゆっくり考えながら文章を作ることができます。

■ 1-1. 手の形を覚えよう

手の形は、「ねこの手」や「たまごをそっと持つ」ような形にします。

指をまっすぐ伸ばしすぎないように気をつけましょう。



キーを打つときは：

- 指に力を入れすぎない
- 指の腹^{はら}でキーを押す
- ピアノを弾くような感じで、少し指を上げても大丈夫
- 肩や手のひらに力が入ってきたら、手首をぶらぶら振ってほぐす



とくに大切なのはリラックス。
力を入れすぎると、すぐに疲れてしまいます。

2. ひらがなを打ってみよう

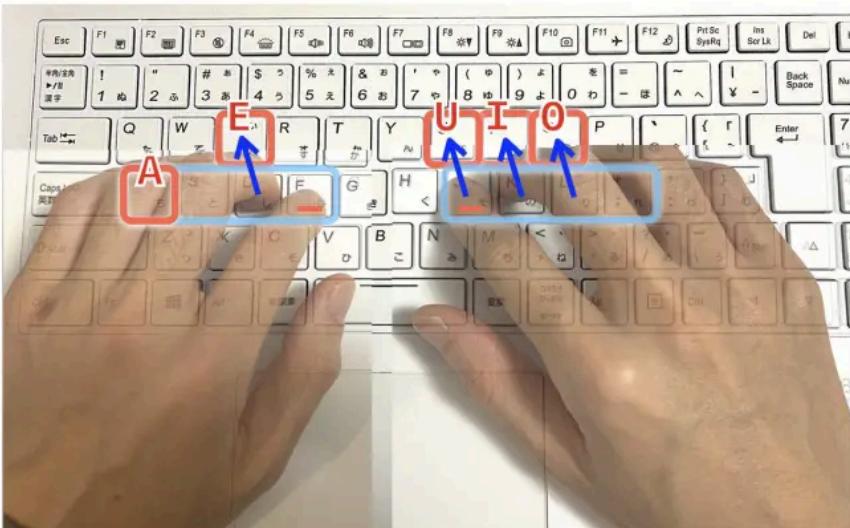
基本の位置が分かったら、つぎは「あいうえお」を打つ練習をしましょう。

ローマ字(アルファベット)は、後ろに「AIUEO」を組み合わせて打ちます。



ローマ字の基本は「AIUEO」

な	た	さ	か	あ
NA	TA	SA	KA	A
に	ち	し	き	い
NI	TI	SI	KI	I
ぬ	つ	す	く	う
NU	TU	SU	KU	U
ね	て	せ	け	え
NE	TE	SE	KE	E
の	と	そ	こ	お
NO	TO	SO	KO	O



The image shows a person's hands on a Japanese-English hybrid keyboard. The left hand is positioned to show the placement of the index finger (I), middle finger (U), ring finger (O), and pinky finger (E). The right hand is partially visible, showing the placement of the index finger (A). Red boxes highlight the keys for 'A', 'E', 'I', 'U', and 'O'. Above the keyboard, a grid of letters and their corresponding Romanized Japanese equivalents (NA, TA, SA, KA, A; NI, TI, SI, KI, I; NU, TU, SU, KU, U; NE, TE, SE, KE, E; NO, TO, SO, KO, O) is displayed, with the column for 'A' highlighted by a red border.

たとえば:

- 「か」は「KA」と打ちます
- 「き」は「KI」と打ちます
- 「さ」は「SA」と打ちます
- 「し」は「SI」と打ちます

「AIUEO」は、見つけやすいところにあります。

- 「あ」は左手の小指のところにあります。
- 「い」「う」「お」は右手の指を少し上に伸ばします。
- 「え」は左手の指を少し上に伸ばします。

■ 2-1. 指を伸ばして打とう

つぎは、少し遠くにあるキーも練習します。

人さし指を内側に伸ばして打つキーと、小指で打つキーがあります。



キーボードは少し斜めに並んでいます。

左手は右手よりも、少し手首を曲げる形になります。

でも、あまり強く曲げすぎないように気をつけましょう。

■ 2-2. 下のほうのキーを練習しよう

手の下にあるキーは、少し見えにくいです。

まずは「N」「M」「B」「Z」という字を覚えましょう。

指を軽く握るような形にすると、打ちやすくなります。

「ー」(伸ばし棒)は、上の方にあります。

小指か、薬指で打ちます。

自分が打ちやすい方の指を使ってください。

■ 3. じょうずになるコツ

タイピングが上手になるには、いろいろな練習方法を試してみるのがいいです。

たとえば：

- ゆっくり丁寧に打つ練習
- 同じ速さで打ち続ける練習
- 好きな言葉を何度も打つ練習



むりに早く打とうとしないでください。
はじめはゆっくりでいいのです。
力を抜いて、楽な気持ちで練習しましょう。

はじめは誰でもむずかしい

私も昔、新しい打ち方を覚えようとしたとき、とてもむずかしかったです。

それまで早く打てていたのに、急にゆっくりしか打てなくなって、歯痒い気持ちになりました。

でも大丈夫！

人間の脳はすごいもので、練習を続けていると、だんだん指が思い通りに動くようになっていきます。

それも、そんなに時間はかかりません。

■ 3-1. さいごに

自転車の練習を思い出してください。

はじめはこぐのも怖かったけど、練習しているうちに乗れるようになりましたよね。

タイピングも同じです。

はじめは苦手でも、少しずつ練習すれば、きっとじょうずになれます。



あせらずに、マイペースで練習を続けてくださいね。
がんばってください！

QRコードを読み込むと、関連記事を確認できます。

