

## 「keep it up .」

E Q 英会話公式ブログ

「海外ドラマで言ってたフレーズ集」から引用です。

### keep it up .

その調子。

(コーチ・カーターより)

少しネタバレになりますが、  
最後がハッピーエンドで終わらないのが、  
また見ていて、いい映画だな。と思います。

Up している状態を

Keep するというそのままな感じですが、  
頑張れ。という意味もあります。

頑張っている人に、  
笑顔で言ってあげると、  
いいですね。

(コーチ・カーターより)

### Let it go.

もう忘れて。

昔映画の主題歌で有名になった「Let it go」ですが、  
忘れよう。とか、そのままにしておこう。  
という意味になります。

相手が何かに悩んでいたたり、  
怒ったりしたときに、  
もう忘れよう。的なニュアンスで使います。

小さな悩みとかよりも  
本気で怒っている人とかに、  
もう忘れよう。って使いたいときに、  
「Let it go」と使ってみてください。

(コーチ・カーターより)

**Let's take this time .**

ちょうどいい

**Take** を使いこなせれば、  
色んな表現に使えます。

例えば、よくある使い方で、  
写真を撮る、なんかも **Take** ですし、  
休みを取ったりする。の  
取る。も **Take** です。

**I'll take this.**

これを買います。

というものを買うときや、  
時間がかかる。なんてのも  
**Take** を使います。