

1	このフレーズは、チャレンジしない人は何も学べないし、得ることもないし、成長もない、ということを意味していると考ええる。
2	高校時代、私はいくつかのスピーチコンテストにチャレンジした。
3	最初は、練習不足で失敗の連続だった。
4	私を変えてくれたのは、高校2年生のときの友人の言葉「限界までやることなしに上達はない」だった
5	練習すればするほど、表現力が豊かになった。
6	最終的に、校内の大会で2位になることができた。
7	スピーチコンテストでチャレンジした経験は私の人生で大きな役割を演じた。
8	

1	This phrase teaches us the fact that no one who won't challenge gets any lessons and any growth .
2	In my high school days, I took part in some speech contests.
3	At first, however, I couldn't win a prize at all due to lack of the practice.
4	It was my friend's words of " You can't have any progress without doing your best beyond your limits" that made me change.
5	The more I practised, the richer my expressions were.
6	Finally, I received the silver prize in the competetion.
7	The experience fo challenging the contests plays a big role in my life.
8	
9	

