



読むって楽しい&ためになる! 新聞と速読のコラボイベント開催!

新聞×速読「読む力」

新聞×速読
読む力

2014.4.12

2014年4月12日(土) 東京コンファレンスセンター品川5F
共催:読売新聞社、株式会社SRJ

2013年度大学入試では175校が読売新聞の記事を採用し、出題件数は234件にも上っている。新聞から情報を得ることを習慣として身に付けることが必要となっている中、読むことの楽しさ、読むことの意味、「読む力」を感じることができているイベントが、読売新聞と全国12万人が実践している速読の株式会社SRJの共催で実施された。脳科学者の茂木健一郎氏の特別講演は熱演で盛り上がり、土曜の午後とあって、多くの親子連れをはじめとした老若男女で会場は熱気を帯びた。

新聞×速読で「読む力」はあがるのか

まず冒頭に、SRJの司会者が速読について「読む力(読解力)を上げるため、多くの本を読めばいいのではなく、より多くのジャンルの本・記事を読んでいる人が、読解力が高い人ということ。さまざまな情報を知れ、それが一目でわかるとなると、新聞が一番速読とは斜め読み、飛ばし読みではなく、内容を理解しながら早く読むということ」と解説した。

特別講演「脳を活かす勉強法」 脳科学者 茂木健一郎先生 少し無理めの脳への負荷がドーパミンを出す

小学生の頃、僕はオタクでした。勉強ができる子どもはオタクが多いです。オタクになるには年500冊の本を読んでいるといわれ、一人前の研究者になるには、一日600ページ読まないといけないと言われていました。またハーバード大学は、卒業までに600冊読んでいるとされ、年間にすると150冊、1週間で分厚い本を3冊読んでいられるようになります。そう考えると、勉強ができるようになるには速読は大事ということになります。

テレビに出ていても思いますが、世の中で頑張っているのは「オタク枠」と「ヤンキー枠」の人たちですね。ここでいうヤンキーとは「生き物として元気な人」「己の欲望に忠実な人」のことで、オタクは「自分の好きなものについては、他の追従を許さない人」です。学校の勉強ができる人が世の中で活躍するわけではないのです。我が子を将来活躍させたかったら、何百何千の本を読ませることです。

地頭(じあたま)を良くするには、集中するときに使う回路を鍛える必要があります。それには「何か一つのこと」に集中させることが大事です。I

Qも集中力も生まれつきのもではないので、諦めてはいけません。

地頭の良さを覚えた子どもは、何にでも応用ができます。「気づいた時」にトップスピードにもっていきける子は伸びます。昔の武道がそうでした。どんなときでもいきなりトップスピードにいけないと、命が危なかったからです。「いつやるの?」「今でしょ!」「どこでやるの?」「居間でしょ!」という冗談のように、むしろ少しの雑音があったほうが集中できるような子は、勉強ができます。勉強できる子は場所も時間も選びません。

「フロー」「ゾーン」という、そのときになっていることに完全に没頭し、集中している状態に入っていると、人間の体の力が抜けているので、スポーツの世界新記録を出すような場面がよくあります。勉強ができる子は、勉強することにおいて「フロー」に入っていると思います。速読も僕の場合はこれに近いです。

勉強が苦手という子というのは、勉強でフローの経験をしていないので、集中した楽しい時間を過ごせば勉強もできるようなります。また、可能な限り、ある程度の負荷をかける、ドーパミンというやる気物質といわれる脳内成分が出ます。たとえばサッカーの試合のように45分×2を駆け抜けるようにやるのが良く、ダラダラしてや

ると勉強は嫌になります。

脳には少し無理めの負荷が良く、多少無茶なことをやっているとドーパミンが出ます。脳を育てるためには、いかに自分に無茶ぶりできるかどうか大事で、速読もその無茶ぶりのひとつかなと思います。

新聞には多くの情報量があります。速読は視覚情報をいかに要領よく理解するかということになり、新聞は視覚情報を効率よく受け取れるツールなのです。

「会場から質問」

Q 本を読むのと、タブレットなどで読むのはどちらが脳に刺激を受けるか
A どちらがいいか一概には言えないが、ページを戻ったりするのは本、関連情報に飛ぶことができるのはタブレットというように、目的によって使い分けるべきだと思う。おそらくどちらも生き残ると思う。



茂木先生の熱演した講義は、参加者たちを最後まで引き付けた



速読大会体験会では参加者全員で速読にチャレンジ



会場の外にある速読個人体験エリアは、実際に操作することで、楽しさを体感する

Q 私は文系だが、理系の本も読んだほうがいいか。

A 基本はどちらも同じ。苦手だと思いついて読む。先ほど話したように、自分が苦手と思っていることを乗り越えようとドーパミンが出る。理系の友達をつかって、その人の話を聞くのも良いこと。

Q 子どもが全然本を読まない。

A 子どもは自分が興味をもった本しか読まない。親が百も千もボールを投げ続けることが大事。そのうちの1つに興味を持つかもしれない。

新聞×速読で「読む力」はあがるのか

次に、会場大スクリーンによる速読の体験会が始まった。「読書速度」とは1分間に読めた文字数のことで、実際に速読新聞を読み、自分の読書速度を

知ってみようというチャレンジに、参加者が各自挑戦した。司会者は「一文字一文字読むのではなく、記事のある程度のセンテンスのかたまりで理解することが大事」と解説。速読のポイントには ①目の動きをよくする ②視野を広くする ③少しずつかたまりで(読むという概念を変える)。

新聞紙面を右上から右下、右下から左上、左上から左下に「Nの字」に読むという眼筋トレーニングにもトライ。眼筋は目ごろから鍛えるといわれること。また視野拡大トレーニングはなぜ誰も修得できるのかというところ、「速く↓普通↓速く」というように、一度負荷をかけ、通常に戻し、また負荷をかけると、人間は誰もが負荷に慣れ、2度目の負荷の時、楽に感じるからだという。これは年齢に関係なく、大人でもトレーニング次第でできるとのこと。

最後に、昨年の「速読甲子園」社会人部門の金賞、谷中理矩さんが壇上で小学生と速読テストを競い合い、「自分の場合は負荷をかけるというよりも楽しんでゲームのようにできている。日ごろからかたまりを意識したり、電車の中に何人いるか一瞬にして数えたりしている。中学生の頃から新聞は読んでいて、受験にも役立った」と話した。