

# “インプット力を高める”速読トレーニング講座

## 4時間・1回集中の直接授業で効率的にトレーニング

速読は時間とお金が掛かるとおっしゃいませんか？

「速読に興味はあるけれど、実際にトレーニングを行うのは難しい」と諦めている方は多いようです。教室講座では、4時間・1回集中の直接授業で、速読の重要ポイントを効率的にトレーニングします。

**速読の基本とは何か？** トレーニングを通して、この2つの重要性を体感していただけます

### 最適な読書フォームのチェック

身体の姿勢、頭の動き、眼の動きなど、「読み方の癖」を修正します。スポーツその他、何事にも基本的なフォームは存在します。しかし、読書におけるフォームは意外と行われていません。このフォームを知ることで、「文字を読む」ことが大きく変わってきます。ひとりひとりへのアドバイスをしながら、フォームの修正を行います。

### ギアチェンジトレーニング

読書の苦手な方、どうしても遅い読書速度になっている方の場合、ひとつの読み方だけに固定されているケースが多いのです。例えば、自動車はギアチェンジを行うことで、エンジンの力を効率的な速度に変えていきます。本の読み方も、目的、対象に応じて、速度と理解とをバランスを取りながらコントロールし、効率的な速度を出します。

スキルとしての速読、リアリティの高い速読を提案しています。スポーツと同じように、速読トレーニングをお考え下さい。

**専門職（医師、看護師、歯科医師、教師、弁護士、税理士など）で、多くの資料を読んでいる皆さんへ**  
書類、マニュアルなど、読まなければならないものは数多くあります。

土台となる力はあるながら、もう一步、効率的な読み方になっていないことが多いのです。

**自分に磨きをかけていきたい、自己投資に興味がある皆さんへ**

読書は、自分自身の世界を広げるもの、自分を高めるものです。

読書の質を高める速読トレーニングは、前向きな読書への大きなキッカケとなるものです。

**中学生・高校生・大学生の皆さんへ**

読書が苦手だと思いませんか？ 「読む」ことは避けることのできない学習の基本です。

苦手意識を取り除き、集中してスムーズに読む技術を身につけます。成績アップの手助けとなります。

**読書をより楽しむために**

本を読みたいけれど、うまく読めない、という方は多いです。読書は苦痛を感じながら行うものではありません。どうして苦手になっていたのか、自分の問題点を明確にします。より楽しい読書を行って頂きます。



### インプット力を高める 速読トレーニング講座 ベーシックコース

受講時間：4時間 / 対象者：中学生以上

受講料：10,000～14,000円

(開催地・会場・時期・早割りなどで異なります)

会場：山形・米沢教室 / 東京 / 大阪 / 他

※ 出張グループ講座：全国に出張して速読トレーニング講座を行います



#### 『1日集中!速読カトレーニング』

フォームとギアチェンジで  
基礎読書力が上がる

今村洋一著  
明日香出版社

1,575円  
ISBN978-4-7569-1256-5

#### リーディングフィールズ基本の速読講座

ウェブサイト：<http://readingfields.com/>

e-mail：[kouza@readingfields.com](mailto:kouza@readingfields.com)

〒992-0072 山形県米沢市館山 4-2-19

TEL：090-1067-7520

FAX：050-3737-3489

リーディングフィールズ 代表 今村洋一

2005年より、全国で開催しています

# 受講生の声

速読は、魔法ではありません。

受けていただいた方の感想は現実的なものとなります。

● 速読の仕組み、考え方について、ただ効果を大きめに主張するのではなく、すごく理にかなった形で順序だてて教えて下さったので、納得できました。また、意外とないがしろにしてしまいがちな「姿勢」について徹底的に指導していただいたので、今後自分で読書を行うときにも自信を持って意識しながら取り組めると思います。ありがとうございました。

[満足:4 実感:5 比較に納得:5 1430字/分 → 3445字/分 約2.4倍](H. T様・20代・男性)

● はじめて速読について学んだのですが、目からウロコが落ちました。体全体で読む、姿勢を大事にするということ、そして「速度」と「理解」を分ける、ということ、何から何まではじめてでした。私はロースクールの学生なので、大量の文字や文章を読む毎日ですが、姿勢は悪く、勢いで必死に読んでいたので、一日のおわりには目がジンジン、首がズキズキでした。今日は本当に体が軽く、速さにもこんなに違いがあるとは思わなかったので、心底満足いたしました。次回はアドバンスコースを受けたいと思います。またよろしくお願いたします。

[満足:5 実感:5 比較に納得:5 速度:1800字/分 → 4560字/分 約2.5倍](O. M様・法科大学院生・女性)

● ありがとうございました。短時間で、姿勢から読書訓練、また、多くの考え方の仕入れがあり、とても有効に受講できました。自分のクセが体感でき、また本来持っている可能性を引き出して頂けたことに感激しました。またアドバイスレポートなど、行き届いているサービス面にも満足しております。結果として、2倍以上の成果が出ました。これから、日々、精進したいと思います。本当にどうもありがとうございました。

[満足:5 実感:5 比較に納得:5 速度:1320字/分 → 3000字/分 約2.2倍](R.K様・女性)

● これまで、「速い」「遅い」程度の使いわけはしていましたが、5つのレベルでというところは非常に新鮮で、ある意味おどろきでした。また、「姿勢」がこれほど重要であるということも思い知ったような気がします。ただ、「良い姿勢」を保った方が、「本当の意味でのリラックス」を創り出せるんだ、ということに気付いたと思います。また、日々の努力の重要性も理解できました。今後、日々の努力を続けたいと思います。

[満足:5 実感:5 比較に納得:5 速度:2040字/分 → 3780字/分 約1.8倍](匿名・男性)

● 速読に対する説明が非常に論理的に構築されていたのでとても分かりやすかった。また四文字探しなどのエクササイズはとても楽しかったです。速読は面倒で難しいというイメージを持っていましたが、この講座をうけて印象が変わった。とても習得しやすいと思いました。ありがとうございました。

[満足:5 実感:5 比較に納得:5 速度:1920字/分 → 2760字/分 約1.4倍](S. M様・会社員・女性)

● “速読”というものに対するイメージが変わった。実際にやってみて、とても力になった。速読という技術だけでなく、読書そのものを楽しもうという気持ちになった。体全体で読書をするという言葉が印象的だった。これからは、様々なジャンル・テーマを読んで、読書を純粋に楽しんでいこうと思った。どうもありがとうございました。

[満足:5 実感:5 比較に納得:5 速度:1440字/分 → 3000字/分 約2.0倍](N.C様・女性)

※ ウェブサイトに、1,000名以上の「受講生の声」を掲載しています。 → <http://readingfields.com/>

## 「速読」について、わかりやすく、ていねいに、解説していきます。

どうしても速読について誤解が多かったりします。「速読」という言葉を次の2つに分けて考えてください。

- ① 「意識する速読」 精読の反対の意味としての速読です。速く読み進み、目的とする情報を効率的にピックアップします。
- ② 「意識しない速読」 普段の読み方を向上させます。例えば、小説を楽しみながら読む速さを、有意義な速さにします。他にも、いろいろな角度から、ビジネススキルとして納得していただける理論で解説します。

## トレーニングの内容

平均の読書速度の向上  
1202.9字/分→2166.5字/分  
約1.8倍

★ 演習テキスト(約40P)を使用

○ フォーム(身体の姿勢・目の動き)についての解説

○ 最適な読書フォームのチェック

○ 認識の仕方の修正トレーニング ○ 目の動きの修正トレーニング

○ 速読についての解説 ○ ギアチェンジトレーニング1回目

○ 理解力UPトレーニング ○ ギアチェンジトレーニング2回目 ○ まとめ

リーディングフィールズ基本の速読講座は、2005年からスタートしました。これまで速読は、「長い時間と高額な費用が必要」という印象がありましたが、「短時間・リーズナブル・基本を身につける」をコンセプトとした、新しいスタイルの講座となります。

「速読」をより身近な、役に立つものとして、広く皆様に提案させていただいています。

[readingfields.com](http://readingfields.com)