



物忘れに効果のあるドリルや読み物はないですか？

薬学部 秋元雅之

少々自虐的なタイトルですが、私にとっては記憶力や認識力低下は悩みのひとつです。防災無線で頻繁に「〇歳の〇町に住む〇さんの行方が分からなくなっております」と放送が流れますが、いつ自分がという気持ちになります。先日、所用でいつもは使わない駅に自転車でいった際、帰り道が途中でわからなくなり、交番で道を聞いたら、反対方向に迷わず走っていて、他人事ではないと思うようになりました。最近も財布をバッグに入れたのに見当たらずレジ前で探し出す、定期を上着から取り出そうとして、見当たらず改札からUターン、結局はカバンの奥やスラックスのポケットにあることが多く、焦った上に人前で恥ずかしい思いをするのが日常茶飯事になっています。固有名詞を忘れる、前も聞いたと言われる、何をしようとしたか忘れるなどを解消してくれるものはないかと探し、藁にもすがる気持ちでドリルを試した経験を紹介したいと思います。

ある日電車内で「見るだけで勝手に記憶力がよくなるドリル」池田義博著（サンマーク出版）、シリーズ累計30万部という中刷広告を目にしました。著者は、記憶力日本選手権大会優勝者だそうです。内容は探知、分類、照合にポイントを置いたドリルに分かれ、解いていくと脳が活性化されるというものです。駅内の本屋で購入し、通勤の行きかえり、就寝前にドリルを解きます。すると間もなく同じシリーズの「ドリル2」、さらに「ドリル3」が出版され、私のような人間は効果を求めて3冊やることになりました。

その効果検証も終わらないうちに「ぺんたと小春のめんどいまちがいさがし」ペンギン飛行機製作所（サンマーク出版）、シリーズ累計18万部、間違いが多すぎて悲鳴続出！集中力、観察力が身につくという広告が目飛び込んできました。“全部解くのに何年かかる”という挑戦的な触れ込みに燃え、性懲りもなくまたはじめてしまいました。本ドリルは、ありふれた間違い探しですが、A5版1ページに最大120個の間違いがあります。間違いを発見する苦勞よりも、さすがに狭いスペースに120個間違いがあると、赤ペンチェックを入れるとページ全体が赤くなる、付箋を貼っていくと付箋でページが見えなくなり、間違いがつけにくくかかってストレスがかかります。この後もお約束でシリーズNo.2とNo.3の出版と続きますが、製作所も不具合に気づいたのか、No.3では専用のタッチペンが触れると間違いをチェックした箇所で蛍光を発するように工夫がなされています。

計6冊、で効果は？あくまでも私個人の感想ですが、記憶力に「変化なし」で、相変わらず探し物と忘れ物が多い状況です。でも「まちがいさがし」の方は、見つけた後の達成感、見つけられなかったときの強烈的な挫折感に浸れるので、ストレスが大好きな人には向いていると思います。

期待されたアルツハイマー病治療薬「アデュカヌマブ」は欧州や日本では現在承認されそうもありません。今は記憶力に王道なしと、地道に繰り返し覚える努力しかない自分自身で納得しています。頑張ります！

締切迫る



グッズデザイン募集中



まだ間に合うよ!

図書館では、城西国際大学創立 30 周年記念事業として、図書館・図書室を探索して本を紹介するイベントを開催します。そこで、イベントの賞品となる図書館グッズのデザインを募集しています。「こんなデザインのトートバックがあったら欲しいなあ」とか思っている人いませんか？ あなたがデザインしたトートバッグやクリアファイル、ハンドタオル、メモ帳が賞品になるかも！！採用されれば自身がデザインしたグッズがもらえます。応募締切日は 6 月 10 日、まだ間に合います。ご応募、お待ちしております！

予告

創立 30 周年記念事業の「らいぶらりをしておすすめの本を紹介しよう」の詳細は、6月中旬にお知らせします。ぜひそちらもご応募ください！

グッズデザイン募集の詳細はこちら



空・宇宙関連の本 —東金図書館展示—

6 月は梅雨の季節。雨が降ると空をうらみ、憂鬱な気分になる人もいでしょう。7 月 7 日は、彦星と織姫が年に一度、天の川で会う七夕です。空を見上げることの多いこの時節、星の世界を覗いてみませんか？東金キャンパス図書館では、「空・宇宙関連の本」展示を行っています。ぜひ一度図書館へお越しください。お待ちしております。



紀尾井町
キャンパス

たまには、小説。



紀尾井町図書室に、芥川賞受賞作品や本屋大賞受賞作品など、話題の小説が揃いました。

梅雨の季節のおうち時間、スマホやパソコンをしばし閉じて、物語の世界に浸ってみてはいかがでしょうか。



新着 DVD のお知らせ



'21 年アカデミー賞主要 3 部門受賞の「ノマドランド」や '20 年アカデミー賞主演男優賞を受賞したホアキン・フェニックスの鬼気迫る演技に圧倒される「ジョーカー」、'95 年の「フォレスト・ガンブ」など、40 タイトルが入荷しました。ぜひご覧ください。

◆開館カレンダー◆

□ 平日	9:00-20:00
■ 土曜	9:00-17:00
■ 東金	9:00-17:00
■ 紀尾井町	9:00-20:00
■ 休館	

6月						
日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

7月						
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						



東金キャンパス図書館閉館後はネットラウンジ（21：00 まで開放）をご利用ください。休館・開館時間は変更することがあります。詳細はホームページをご覧ください。