

次の時代を読み解く

NEXT keyword

話題の書籍紹介

アチーブメント出版

「40代からの成功哲学」	青木仁志 著/定価1,404円
「蘇活力 ~血流をコントロールして弱った身体をよみがえらせる~」	南 和友 著/定価1,188円
「『うまくいかないあの人』とみるみる人間関係がよくなる本」	青木仁志 著/定価1,404円
「ゴールは偶然の産物ではない ~FCバルセロナ流世界最強マネジメント~」	フェラン・ソリアーノ 著/定価1,188円
「すっきり下半身美人になる減塩習慣」	マイケルー一条 著/定価1,512円

幻冬舎メディアコンサルティング

「30歳からはじめる一生お金に困らない蓄財術」	工藤将太郎 著/定価1,404円
「相続貧乏にならないために子が知っておくべき50のこと」	大久保栄吾 著/定価 799円
「どうぶつ病院を繁盛させる50の方法」	百瀬弘之 著/定価 799円
「インフレ時代の投資入門」	杉浦和也・前野達志 著/定価1,512円
「明日ドカンと上がる株の見つけ方」	熊谷亮 著/定価1,512円

ダイナミックセラーズ出版

「認知症が嫌なら油を変えよう!」	山嶋哲盛 著/定価1,296円
「ニコアン・セラピー」	六本木タツヤ 著/定価1,080円
「決定版 歯の本」	釣部人裕 著/定価1,296円
「口の中に毒がある」	釣部人裕 著/定価1,296円
「本当に怖い歯の詰め物」	ハル・ハギンズ 著、田中信男 訳/定価1,512円

※定価はすべて税込み

読脳書トレ

「読書の秋」は中国唐代の文人・韓愈（かんゆ）が残した「燈火（とうか）親しむべし」という詩の一節に由来する。心地よい秋が読書に適することは現代も変わらない。新刊の発行数は年々増加傾向にあり、すでに年間8万点を突破している。「読みたい本がない」と安易な言い訳をさせない充実ぶりだ。

月5冊読破で読書家になれる

他人の本棚は面白い。自分と同じ愛読書を見つけたら、妙な親近感が湧き、反対に自分の本棚を見られるのは少し落ち着かない。なんとなく内面をのぞかれている気がするからだろう。いまや電車やバスの中ではスマートフォンばかりが目につくが、現代人はどのくらい本を読んでいるのか。

文化庁の「国語に関する世論調査（2008年度）」によると、1カ月に本を1〜4冊読む人は46・8%。1冊も読まないと答えた46・1%とほぼ同等ではあるが、半数近くが日常的に本を読んでいることが分かる。しかし、これが「5冊以上」になると状況は一変。20代の10・2%が最高で、その他の世代は1ケタ

まで激減する。言い換えれば1カ月5冊以上読むだけで、同世代の中で数少ない「読書家」になれる。

実際、優秀なビジネスパーソンには読書家が多い。では、なぜ読書は良いのだろうか。知識や語彙力の強化など効用は様々だが、読書は脳のはたらきにも関係しているという。

本を開くと脳の視神経はまず活字を映像として捉え、意味のある体系的な記号であることを認識、瞬時に活字の翻訳作業を行う。単語の意味や文法的な配列を読み解き、読みとった言葉を記憶したうえで続く文章のつながりを理解する。その過程で論理や感情をつかさどる脳もはたらき始め、蓄積された知識や経験

に照らし合わせながら自分の理解をしていく。つまり、読書は右脳・左脳をフル回転させるトレーニングであり、日常的に読むほど脳のはたらきも鍛えられる。

何を読むか迷ったときは、ビジネス・実用書をおすすめしたい。それらは古本屋に安定的に並んでおり、すなわち買い取りの可能性がある高いジャンルといえる。新社会人や転職者が多い春先は特に売れるため、冬の終わりから買い取りを強化する店も多いとか。まさに秋冬が読みどきだ。気に入ったものはマイ本棚に、一読で済むものは古本屋へ。リサイクル上手も含め、この秋、読書家への一歩を踏み出そう。

広告

企画・制作=日本経済新聞社
クロスメディア営業局