

～学習効果が3倍になる～

# 速読を使った 資格試験勉強法

「めっちゃ忙しいビジネスマンの資格試験速読法」

管理人 青い彗星

## 目次

【初めに】 どうしてこのレポートを書こうと思ったのか？	3
【第1章】 ビジネスマンが試験勉強するときにぶち当たるカベ	
1-1 時間、時間・・・とにかく、これが足りない	6
1-2 時間以外で決定的に不足するもう1つのもの	7
1-3 効率の良い勉強で悪条件をはね返せ！！	8
【第2章】 速読を使った資格試験勉強法	
2-1 まずは速読力をつけるべし	10
2-2 目指すべきスピードとトレーニング期間	11
2-3 忙しい日常からトレーニング時間を捻出する方法	12
2-4 速読を使った試験勉強の流れ	13
2-5 速読を使った参考書の勉強のしかた1	14
2-6 速読を使った参考書の勉強のしかた2	15
2-7 実際に勉強を開始してみよう	16
2-8 速読のメリットを最大に活用すべし	17
【第3章】 資格速読実践記 ～技術士一次試験編～	
3-1 まずは情報収集。そして、計画作成	19
3-2 参考書をひたすら速読あるのみ	21
3-3 試験勉強で重要となる2つのポイント	22
【後書き】 速読による勉強法が秘める可能性	23

## 【初めに】 どうしてこのレポートを書こうと思ったのか？

年を取れば取るほど、時間の経過が早く感じられます。1日が終わるのが本当に早い。それどころか、1週間、1ヶ月、もっといえば、1年が経つのですらあっという間。

小学校の頃なんて、1年間といたら途方も無い長さを感じられたのに、今では、ちょっと油断したら1年くらいすぐに過ぎてしまいます。

こういった時間の経過が早くなるのは、いくつかの要因があると思いますが、中でも、**日常生活に追われるという点が大きいように思います。**

子供の頃は、生活に必要なことは、親や周囲の人がやってくれてました。でも、1人の大人として社会に出てからは、生活に必要なことはすべて自分でやる必要があります。1日の時間の大部分が、ルーチンワークに取られてしまうので、結果として、時間の経つのが早く感じるようになっていきます。

このように、自由な時間が圧倒的になくなっていくますが、その限られた時間で、スキルアップしていくことが、社会人には要求されます。

「仕事の合間に勉強」と、文字で書くぶんにはそれほどでもありませんが、実際にやってみるのは、かなり大変です。仕事で体力を消耗したあと、限られた時間で、自分を律しながら勉強をするわけですから。よほど上手く勉強しないと、継続は難しいと思います。

かといって、やらないわけにもいかないんです。現在の日本では、終身雇用制も崩れ、どんな社員でも、常にリストラの危機にさらされています。そういった中で、スキルアップを怠ることのは、かなり勇気が必要になってくるでしょう。

仕事をしながらの勉強は大変ですが、やらないわけにもいかない。こういった八方塞の状況をなんとかしてくれるのが、本レポートで紹介する「速読を利用した勉強法」です。

詳しくは、本文のほうにゆずりますが、**速読法を上手く勉強に組み込むと、普通にやるよりも、効率的に勉強を進めることができます。**メインは速読法の利用ですが、それ以外にも、勉強法のポイントなども書かれているので、効率的な学習法のレポートとして読んでもらえれば、ありがたいですね。

そもそも、本レポートを書こうと思ったのは、自分も時間に追われて思うような勉強ができない状況に置かれていたからでした。時間はないにも関わらず、常に、新しい知識を吸収することを要求される。そんな状況を、なんとかしようと思い、なるべく時間がかからない勉強法を、少しずつ実践していきました。

正直、荒削りな部分もかなりあると思いますが、このレポートに書かれている内容は、すべて自分が実践して効果を感じられたものですので、日常生活に追われて忙しいビジネスマンの方にも、参考になる部分があるんじゃないかと。

あと、本レポートやサイトなどで紹介している速読法ですが、**余裕があったら、それを使って、いろいろな本を読んでみてください。**平日は仕事があるので、1冊本を読むのは大変だと思うかもしれませんが、速読を使えば、1日1冊の読書は余裕です。通勤時間を上手く使えば、2～3冊くらいは読めるかもしれません。

仕事に追われていると、それだけでエネルギーを消耗してしまって、他のことをやらなくなりがちです。確かに、仕事にエネルギーを注ぐのは重要なんですが、それだけだとしても、人間的に先細ってしまうように思います。

自分の経験ですが、仕事だけに集中していると、ホントに、仕事だけできる人間になってしまったような感じがしてました。純粹培養のガリ勉君みたいに。人間味というか、人間的な面白さがかなりなくなっていたように思います。

でも、本当にデキる人というのは、人間的な魅力があり、仕事もバリバリできる人だと思います。人間的な魅力をつけるのは、いろいろな方法があると思いますが、速読によってたくさんの本を読むことで、教養をつけるのも有効な手段ではないでしょうか。

本というのは、読めば読むほど、知らないことが出てくるため、読んでいて飽きることはありません。ふと読んだ本から、仕事上のアイデアが浮かぶこともあるでしょうし、何かしらの成長をもたらしてくれるかもしれません。

忙しい日常では、普通に本を読んでいるだけでは時間が足らなすぎるので、ぜひ、速読を活用して、たくさん本を読んで欲しいと思います。

本レポートは、実用的な速読を資格試験に応用することに焦点をあてて書いています。実用的な速読とは、一般に入門レベルの速読といわれるスピードの速読ですが、資格試験の参考書を読んだり、本を短時間で読むぶんには、これぐらいでも十分に役に立ちます。

メインテーマは、資格試験の“勉強法”の部分なので、詳しい速読トレーニングについては、サイトのほうを参照してもらえるとありがたいです。レポートを印刷して読みつつ、サイトも読んでいくのが理想的ですね。

本レポートを配布しているサイト、「めっちゃ忙しいビジネスマンの資格試験速読法」には、具体的な速読トレーニングだけでなく、速読に役立つツールや、管理人の速読書録、速読に関するコラムなど、いろいろな情報が載せてあります。時間を見つけて、ぜひ、一通り読んでもらえればと思います。

また、PCの画面上で文書を読むのは、想像以上に疲れますし、気になった部分に線を引いたり、余白への書き込みができないので、**なるべく、本レポートは印刷して読んで欲しいですね。**

分量はたかだか20ページくらいですが、自分の学習経験をギュッと濃縮してありますので、いろいろなペーパーテストに応用できると思いますよ。読み返すたびに新しい発見があるかも・・・。

それでは、本レポートを書いた動機はこれぐらいにして、本文に入っていきますよ。肩の力を抜いて、リラックスして読んでいってくださいね。

## 【第1章】ビジネスマンが試験勉強するときにおち当たるカベ

### 1-1.時間、時間・・・とにかく、これが足りない

ビジネスマンが試験勉強をするとき、一番不足するのは、やはり、時間です。一日の大半を仕事で拘束されてしまうため、勉強時間が絶対的に不足します。

公務員のような9時5時の生活スタイルを送っている人でも、食事や風呂の時間を考慮すると、自由に使える時間は多くありません。ましてや、それ以上に働いている人なら、忙しすぎて、勉強できない日があってもおかしくないくらいです。

学生の時のように、時間が有り余るほどあるなら、ちょっとぐらい効率の悪い勉強をしていても、量でカバーできてしまいますが、ビジネスマンの場合、それができません。こういった時間の無さが、ビジネスマンが試験勉強をする上で、大きなカベになっていると思います。

試験勉強は、質が伴っていなくとも、とにかく量をこなしていれば、確実に実力はついていきますし、それなりに自信もつけることができます。逆に、**量をこなせないというのは、それだけでかなり厳しい状況だと言えるでしょう。**

通常の仕事だけで時間を取られるならまだしも、残業や付き合いの飲みなど、予定外のイベントで時間を取られることも少なくありません。自分の経験上、こういった予定外のイベントが、一番、勉強のリズムを乱してきます。

それまで順調に勉強をしていても、こういったイベントで勉強をやらない日ができると、次の日に勉強をするのがかなりダルくなります。一度、勉強のリズムが止まってしまうと、元に戻すのは、リズムを維持するよりも何倍のエネルギーが必要ですから。

何かしらの習慣が途絶えてしまうのは、たった1度のサボりが発端になることが多いです。新しいことを習慣にするのは大変ですが、すでに出来上がった習慣をなくすのは、意外と簡単なんですね。

その習慣が、労力を要するものであるなら、1～2週間くらいやらないでいれば、かなりの確率で、その習慣は消滅すると思います。

試験勉強は時間との戦いですが、ビジネスマンの場合、この傾向が特に強いと言えるでしょう。自由に使える時間が絶対的に不足しているので、無理やりにでも時間を捻出する工夫が必要です。

そういった具体的な方法は、第2章に譲りますが、ビジネスマンが試験勉強をする場合は、時間との戦いを避けては通ることはできません。

時間の不足が試験勉強のカベとなっているわけです。

## 1-2.時間以外で決定的に不足するもう1つのもの

ビジネスマンの試験勉強で、不足するもう1つのものは、体力的な余裕です。時間の少なさと同じくらい、勉強をしていく上でこれが大きなカベになると思います。

試験勉強は頭脳労働なので、頭の回転が鈍った状態では効率が上がりません。睡魔に襲われて、頭がボーっとした状態で勉強しても、知識は身につかないんですね。

しかし、ビジネスマンはそういった状態で勉強に臨まなければなりません。試験勉強は、仕事の合間に行うことになるので、仕事の疲れを引きずったまま、勉強するわけです。多少、時間に余裕があるなら、仕事が終わったあと、1時間くらい仮眠してから勉強するといいんですが、忙しい人の場合、その1時間が取れない。

睡眠に1時間も使ってしまったら、勉強に使える時間が、ほとんど無くなってしまうことも大いにあり得るわけです。なので、眠い目をこすりながら、必死で机に向かわなければいけなくなります。

つくづく思うのが、学生時代にやる試験勉強と、社会人的な生活の中でする試験勉強では、過酷さが違います。学生時代なら、時間的にも体力的にも余裕があり、落ちてもそれほどダメージはありません。「次、また受ければいいや」くらいのノリで終わりです。

しかし、社会人的な生活をしていると、時間と体力の余裕がありませんし、1つの資格試験に、自分の将来が影響されるので、真剣さがちがってきます。学生時代の試験がのほほんとした感じなら、社会人の試験はギラギラしたイメージに近いです。

そういったギラギラ感があるからこそ、大変な試験勉強を続けていけるのですが、余裕が

ないことは確かなので、長期間、継続するのは難しいでしょう。体も心ももたないと思うので。

こういった背景から、**ビジネスマンの試験勉強は、短期集中でやるべきだ**と思っています。期間を限定して、「その期間だけは試験勉強を優先する」と決めてしまえば、モチベーションとスタミナは意外ともちます。

しかも、期間限定であれば、いろいろな誘いなどを断っても人間関係に悪影響は出ないと思います。きちんと、資格を取りたいから、いつ頃までは勉強に集中したい、と伝えておけば、応援こそされ、疎遠になってしまうことはないでしょう。

### 1-3.効率のよい勉強で悪条件をはね返せ！！

ここまで、否定的なことばかり書いてきたので、気分を悪くされた方もいるかもしれませんが、自分も書いていて、テンションが下がってきているのですが、もう少しガマンして読み進めてください。

ビジネスマンは、時間と体力的な余裕が無い状態で、試験勉強をしなければいけない。そのため、短期集中でのぞむしかない。というのが、ここまでの流れです。「短期集中で勉強するぞ」と決心して勉強するだけで、ダラダラやるよりも学習効果は倍くらいになると思っています。

でも、タイトルでは「学習効果が3倍になる」と書いているので、これだけではまだ足りません。学習効果を3倍にするには、短期集中で勉強するときに、効率的な勉強を行っていく必要があります。

効率的な勉強とは、一言でいってしまえば、ムダの少ない勉強のことです。できる限りムダを省き、最小限の努力で最大限の結果をあげる。そんな勉強をしていく必要があります。量でカバーできない部分を、質でなんとかしていくわけです。

こんな事を書いておきながらも、個人的には、効率のよい勉強法は好きではありません。なぜなら、効率のよい勉強法とは、ひたすら効率の悪い勉強を行った結果、得られるものだからです。ムダをたくさん積み重ねたあと、そのムダを省いた末にわかってくるのが、効率的な勉強法なんですね。

とは言っても、ビジネスマンにムダを積み重ねている時間はないので、効率的な勉強を実践して、スイスイと試験に合格して欲しいと思います。

2章以降で紹介する勉強法は、自分の経験に基づいた、効率がよいと思われる勉強法です。そこで書かれているのは、あくまで自分がやってきた勉強法なので、**このレポートを読み終わったあと、各自で実践してみて、自分なりカスタマイズしてみてください。**

そうすることで、他人の勉強法を自分のものにすることができますから。

では、このような感じで第1章を終わりにして、つづく第2章では速読を使った資格試験の具体的な手順やポイントなどを書いていきたいと思います。

第2章にこのレポートの最も重要な部分が詰まっているので、一度読んだだけで終わりにせず、何回も読み直してもらえるとありがたいですね。

## 【第2章】速読を使った資格試験勉強法

### 2-1.まずは速読力をつけるべし

この章から、速読を使った具体的な勉強法を紹介していきますが、その前に、**トレーニングによって速読力をつける必要があります**。速読のスピードとムダの少ない勉強法が合わさって、効率的な試験勉強が可能になるので、速読のトレーニングを避けてとおることはできません。

まあ、速読を省いて、ムダの少ない勉強法だけ実践しても、それなりに効果はあると思いますが、速読を組み合わせたときに比べて、効果は半減してしまうでしょう。

ある程度のスピードが出せるまで、多少の時間はかかりますが、一度そのレベルまで到達できれば、以後の学習効果が大きくアップするので、なんとか頑張ってください。

本レポートで紹介する勉強法では、速読トレーニングによって、速読力をつけていくことになりませんが、ここでいう“速読力”には2つの要素があります。

それは、「読むスピード」と「理解度」です。

読むスピードが足りなければ、そもそも、速読とは言いませんし、理解度が不足していれば、本を読む意味がありません。効果的な速読を行う上で、これら2つの要因は、どちらも欠かすことができないんです。

理解度と一口に言っても、程度の差があります。ここでは、読んだときに書いてある内容がなんとなくわかれば、そこそこの理解度を保っているという前提で、理解度という単語を使っています。

読みやすい文体で書かれている実用書などを速読するときは、理解度を犠牲にして、スピードを出してもそれなりに読めてしましますが、資格試験の参考書では、そうはいきません。理解度を無視して読みすすめると、書いてあることがほとんど頭に残らなくなるので、速読を使う意味がなくなってしまいます。

だからこそ、**試験勉強に使う速読は、「スピード」と「理解度」の両方が必要なんです**。トレーニングによって、これら2つを兼ね備えた速読力を身につけていきましょう。

## 2-2. 目指すべきスピードとトレーニング期間

トレーニングによって目指すべきスピードと、トレーニングの継続期間について、少し触れておきたいと思います。

そこそこの理解度を保った上で、速読のスピードは、1分間に2000～3000文字を1つの目安としてもらえればいいと思います。

もちろん、理解度を落とさずにこれ以上のスピードで読みすすめられるなら、それに越したことはありませんが、3000文字を超えるスピードを目指すとなると、トレーニングにかかる期間も長くなってしまいます。

また、参考書を3000文字のスピードで読むのも、倍速の6000文字で読むのも、実用的にはあまり差が無かったりするので、効率を考えると、MAXスピードは3000文字くらいでちょうどいいんじゃないかと。

で、そのスピードを得るために要するトレーニング期間ですが、1日1～2時間くらいのトレーニングで、2ヶ月を目安にしてもらえればいいでしょう。

実際は、もっと余裕を持たせたトレーニング期間を設定したほうがいいんですが、あまりトレーニング期間を長くすると、続かない可能性のほうが高いですから。あえて、短めのトレーニング期間にしてみました。

もちろん、トレーニング期間が短いからといって、適当にやって身につくというわけではないです。短いぶんだけ、トレーニング期間中は集中して取り組む必要があるでしょう。

特に、トレーニングしない日を作らないことが重要です。

トレーニングする期間が短いだけに、たった1日の休みでも、大きなロスになってしまいますから。半年や1年かけてトレーニングする中での1日と、2ヶ月しかトレーニングしない中での1日では、重みが違いすぎます。

わずか2ヶ月とはいえ、仕事に追われている人が、休まずにトレーニングするのは、結構しんどいと思いますが、期間限定なのでガマンしてやって欲しいと思います。

速読トレーニングの具体的な方法は、レポートでは省略したいと思います。必要最低限の

トレーニング法を書くだけで、このレポートが10~20ページは増えてしまいますので。

**速読トレーニングについて詳しく知りたい人は、サイトをじっくり見てもらうか、サイトで紹介している速読本を読んでもらえればと。**

必要な情報がわかりやすく伝わるように、頑張ってサイトを作ったので、すみからすみまで読んでもらえると嬉しいです。そして、やはり、専門家が書いた速読本はクオリティが違います。サイトでは「最強の速読術」を特にオススメしています。

この本をメインの速読本と位置付けて、予算の許す限り、他の速読本をたくさん読んでみるといいでしょう。メイン本さえきちんと決まっていれば、速読本をたくさん読むほど、速読に対する理解は深まっていきますから。しいては、それが速読力アップへとつながっていきます。

### 2-3.忙しい日常からトレーニング時間を捻出する方法

速読トレーニングの長所は、工夫次第でいろいろな場所でトレーニングできる点です。

速読を始めて間もない頃は、きちんとイスに座って、PCや本でトレーニングする必要がありますが、慣れてきて、速読トレーニングのやり方や目的などがわかってきたら、日常生活のいろんな場所でトレーニングが可能になります。

道路の信号待ちしている時にもトレーニングできますし、通勤電車の中でもトレーニングできます。また、会社のPCや書類を眺めているフリをしながら、トレーニングしてしまうことも可能です。業務上の書類は、読んでいて全然面白くないですが、トレーニングには役立つのでオススメだったりします。

速読初心者にとって、いろんな場所でトレーニングできるように工夫するのは大変に感じるかもしれません。でも、**PCや本でやっている目や頭の使い方を、それ以外の場所で行っていただくことです。**

目の使い方なら、目の使い方。視野の広げ方なら、視野の広げ方など。通常のトレーニングで行うのと同じ作業を、他の場所でもできるように工夫していくわけです。

場所によって、できるトレーニングとできないトレーニングがあるので、そういった適性

を見極めながら、日常生活の中でトレーニングをしていくといいでしょう。

忙しい日常からトレーニング時間を捻出するコツは、**生活の全ての時間をトレーニングの時間だと考えること**。これに尽きますね。

トレーニング時間が取れないのは、PCや本に向かってやるきちんとしたトレーニングだけを、速読トレーニングと考えているからです。

少し頭を柔軟にして、いろんな所でトレーニングをしようと考えてみると、意外とトレーニングできてしまいます。

上手く時間を捻出すれば、PCや本に向かったトレーニングに時間をかけられなくても、通常のトレーニングと同じ効果を得ることも可能です。時間はムリヤリ作り出すものだと考えて、いろいろ工夫してみてください。

きっと努力に見合った成果が上がるでしょう。

## 2-4.速読を使った試験勉強の流れ

ここからは、速読を使って、どのように試験勉強していくのかを書いていきます。以下の流れは、受験する試験が決まり、使用する参考書が手元にあることを前提にしています。

速読を使った勉強の流れは、次のようになります。

- ①速読によって、参考書全体を、大まかに通読
- ↓
- ②個々の単元を、速読で通読
- ↓
- ③重要知識を覚えたり、問題演習をする
- ↓
- ④速読を使って、学習した範囲を何度も復習する。

大まかに書くと、このような流れで勉強していくことになります。

カンの鋭い方は気づいたかもしれませんが、上の流れにおいて、「速読」という部分を消して読むと、ごく普通の試験勉強と同じ流れになります。参考書全体を読んだあと、個々の単元を勉強し、問題演習などをして、復習をする。

速読を使っているかどうかの違いだけで、あとは全く同じ流れになっています。つまり、上に書いた流れは、通常の勉強法に、速読のスピードをプラスしたものであるということです。

実際、速読を使わずとも、参考書をきちんと読み、問題を解いて、復習していけば、確実に実力はついていきます。資格試験の場合、覚えるべき内容が多いので、そういった部分を速読によって効率よくマスターしていこうというわけです。

参考書を使って勉強していく上で、最終的には、どの知識がどのページに書かれているかすぐに思い出せるくらいまで、やりこんで欲しいです。

勉強に使用する参考書は、できる限り数を絞り込んで、それらを完璧にマスターできれば、合格する可能性は十分にあると言えるでしょうから。

## 2-5.速読を使った参考書の勉強のしかた 1

速読を使って参考書を勉強するときに、有効なのが「**流し読み**」。これは、参考書に書かれている知識の構造をつかむのに役立ちます。

流し読みとは、文字通り、流すような感じで読んでいくことです。理解できない部分が出てきても気にせず、一定のリズムを保って、文章を見ていく。絶対に止まらないで、目を動かしつつけることがポイントになります。流し読みをするときは、メトロノームを使うと、リズムを維持しやすいかもしれません。

参考書の大まかな流れは、流し読みでつかむことができるので、勉強を始める時や、新しい単元に入る時などは、まず、流し読みをしておくといいでしょう。

流し読みは、一定のリズムをキープしながら読んでいくので、該当部分を読み終わるのにかかる時間を事前に決めることができます。文章の易しい、難しいに関係なく、目を動かしていくので、そのスピードだけ決めてしまえば、読み終わる時間も決まっていきます。

なので、時間の許す限り何度でも流し読みすると、全体の構造を短時間でつかむことができるでしょう。何回も流し読みしていると、どこに何が書いてあるのかが、大体わかるようになりますから。

また、流し読みは、復習の時にも効果を発揮します。

全体の構造を掴むのと同じように、今までやってきたところをひたすら読みかえす。一度勉強したところには、赤ペンやマーカーで書き込みがしてあると思うので、重要そうな部分は、イヤでも目に入ります。

すでに勉強したところなので、それほど頭を使わずとも理解することができますし、あまり時間もかかりません。知識の定着度は、学習をくり返す回数に大きく影響されるので、短時間で何度もくり返すことができる流し読みの効果は絶大と言えるでしょう。

速読を使った参考書の読み方の1つめが、流し読み。

実際に勉強をしていく上で、意識的に使って行って欲しいですね。スピードが上がるぶんだけ、効率もアップしますから。

## 2-6.速読を使った参考書の勉強のしかた2

速読を使った参考書の読み方のもう1つが「なぞり読み」です。

「流し読み」は、文字の上をリズムよく、ポンポンと目を動かしていく感じでしたが、なぞり読みでは、文字の上をサーッと、目をスライドさせながら見ていく感じです。端から端まで文字を見ていく点で、なぞり読みのほうが、普通の読み方に近いかもしれません。

この読み方は、スピードの点で流し読みに劣りますが、その分、理解度を高く保つことができます。参考書で難しい記述があった場合など、流し読みでそういった部分を理解することは難しいですが、なぞり読みなら、スムーズに理解することができます。

なぞり読みは速読の一種ですが、もし、読んでいてわからないところがでてきたら、その部分に戻って読み直しましょう。意味がつかめるようになるまで、何度も読み直したほうがいいと思います。

資格試験の参考書は、未知の用語がたくさん出てくるので、流し読みで全体の構造をつかんだ後は、**なぞり読みによって、しっかりと頭に叩き込んだほうがいいでしょう。**

なお、そういった専門用語を理解するときには、ただ読むだけでなく、鉛筆や赤ペン、マーカーなどを駆使して、重要部分には線を引いたり、自分が理解したことを余白に書き込むようにする必要があります。

難しい専門用語ほど、読む以外の作業がないと身につけません。その作業とは、問題を解くことかもしれないし、書き込みをすることかもしれません。ちょっとした図を書き込んだほうがしっくりくる場合もあるでしょう。

とにかく、理解しづらい部分は、目を動かすだけでなく、手も動かすようにすること。これが理解度を高める上で重要になってきます。難しい概念は、文字の上に目を這わせているだけでは、頭に入ってこないのは確かですから。

なぞり読みは理解度に優れているので、難しい概念を理解するときには特化して使うといいと思います。それ以外では、流し読みのほうが効率がいいでしょう。

## 2-7.実際に勉強を開始してみよう

「流し読み」と「なぞり読み」という2つの読み方で、参考書を勉強する方法を書きましたが、これらは実際に使ってみないと、細かいコツはわからないと思います。

一度、参考書を勉強するときに、このレポートに書いてある読み方で勉強してもらえれば、自分が伝えたかったことを、よりハッキリと理解してもらえるんじゃないかと。

- ・速読を使うとどのような点で、勉強が効率的になるのか。
- ・速読で参考書を読むときの感覚はどういうものなのか。
- ・参考書を読むときに、速読を使わないほうがいい場面は、どこなのか。

・・・などなど。

レポートの文字として読んでいるだけでなく、実際に自分が経験してみることで、いろんな場面に応用できる速読力がつくと思います。

速読の性質上、知識のインプットのみに特化して文章を書きましたが、**試験勉強では、インプットと同じくらいアウトプットも重要です。**どんなにたくさんの知識を知っていても、それが実際の試験で使えなければ、意味が無いからです。

速読によって効率よく知識を身につけた後は、過去問などを使って問題演習をしましょう。極論してしまえば、資格試験は、過去問さえ完璧にマスターできていれば、かなりの確率で合格することができます。

もちろん、表面的に問題を丸暗記するだけでは、本番の試験で正解することはできないでしょうが、「なぜ、そのような問題が出題されるのか」や「同じ形式でちがう問題を作るならどうするか」など、深い部分まで考慮したレベルでマスターできれば、本番の試験でも正解することができると思います。

資格試験は、面白いほどに傾向が変わりませんので、表面的な知識や数値だけ取り替えて、本質的には同じような問題が毎年出題されているわけです。

こういった性質をもつ資格試験では、とにかく、過去問を完璧にマスターすれば、なんとかなってしまうでしょう。

## 2-8.速読のメリットを最大に活用すべし

速読のメリットはなんと言っても、スピードです。試験勉強に速読を利用するなら、このメリットを減らさないようにして勉強していくべきです。

要するに、**知識のインプットをできる限り、短時間で終わらせましょう、**ということです。

数学のテストのように、勉強のほとんどが問題演習で構成されるような試験なら、速読の活躍できる余地は限りなく少ないですが、このような試験はあまり無いです。多くの試験では、知識をたくさんインプットする場面が必ず出てきます。

そういった知識の大量インプットでは、できる限り、短期集中を心がけることです。平日は仕事があり、まとまった時間がとれないでしょうから、休日に1日ばかりで覚えようとするのもいいでしょう。1日でダメなら、2～3日。これもトビトビの休日をあわせて2～3日でなく、連休の2～3日でないと意味がないです。

知識のインプットは、日数をかければかけるほど効率は落ちてしまうので、同じ10時間勉強するとしたら、1時間×10日よりも10時間を1日でやったほうが効果は高いんですね。

問題演習などは、10日かけたほうがいいのかもかもしれませんが、知識のインプットに関しては、早ければ早いほどいいですから。

そして、この短期集中のインプットにこそ、速読のメリットが役立ちます。このレポートで紹介した流し読みとなぞり読みを駆使して、ガンガン知識をインプットしてください。難しい部分のみなぞり読みを使い、あとは、流し読みでスイスイと読み飛ばしていく。

1度目が終わったら、2回目、3回目と時間の許す限りくり返すべきかと。速読でのインプットは、知識の丸暗記に近いので、そのままだと忘れやすいです。1度インプットしたところを、再び読み直すのは大して時間がかかりません。なるべく期間を空けないようにして、復習することがポイントとなります。

重要知識さえきちんとインプットできれば、それだけで、合格できる力がついてしまう試験も少なくないので、短期集中で取り組みましょう。

## 【第3章】資格速読実践記 ～技術士一次試験編～

第3章では、これまでに紹介してきた勉強法を、自分がどのように活用してきたのかを書いてみます。ここでは、技術士一次試験の勉強を例として書いてみたいと思います。技術士一次試験の勉強でやったことは、このレポートの第2章やサイトに書いてあること、そのまんまです。

試験の性質によって、細かな部分は変更していく必要はあるでしょうが、参考にはなると思うので、軽い気持ちで読んでいただければと思います。

### 3-1.まずは情報収集。そして、計画作成

技術士一次試験の勉強を決意した時、まず始めに取りかかったのは情報集めです。

それまで、技術士一次試験について、ほとんど知識が無かったので、どういう試験か知る必要がありました。現在は、インターネットという便利なものがあるので、google や yahoo などで「技術士一次試験」や「技術士補」と入力すると、役に立ちそうなサイトがいくつか出てきます。

それらのサイトに書かれていることを読んだり、重要なところをメモに書き写しておけば、試験の大まかな概要はつかめるでしょう。どれくらいの情報を集めるかについてですが、いろんなサイトを見ていって、自分の知らないことが書かれていないと感じるようになったらそこでストップしていいです。

試験の情報集めは、**試験の概要と合格ライン、使用する参考書**について、大体わかれば、それで十分ですから。

で、インターネットで情報を集めたあと、参考書を購入しにいきました。技術士一次試験の参考書に関しては、ネット上で決定的な情報が得られなかったので、大きめの書店に行き、実物を見て判断することにしました。

技術士一次試験は、参考書があまり出ていなかったもので、選択肢は限られていました。試験の全範囲を網羅しており、練習問題がついた参考書を自分は選びました。

本来なら、過去問が収録されている問題集も買うべきですが、技術士一次試験の場合、過

去問を無料で閲覧させてくれる素晴らしいサイトがあったので、購入を見送りました。

資格試験は、本番で問題を解くことが全てなので、試験勉強も、いかにして問題を解けるようにするかを念頭におきながら、やっていく必要があります。そのためにも、練習問題がついた参考書を選ぶことにしました。

参考書を購入したら、自宅に帰って勉強計画を練ります。

1日にどれくらいの勉強を、どれくらいの期間続けるのか。これを、参考書をペラペラとめくりながら考えていきます。技術士一次試験は、知識を覚えてさえいれば正解できる試験だったのと、過去問1年分をやるのに大して時間がかからなそうだったので、1～2ヶ月を勉強期間と設定しました。

勉強計画は、試験の合否に大きく影響してきますが、あまり考えすぎないほうが良いです。 2～3時間くらい集中して、パパッと作ったほうが良いでしょう。時間をかけても、良い計画ができあがるとは限りませんから。

あと、計画には多少の時間的な余裕をもたせたほうが良いです。 勉強計画は、作成した通りに進むことのほうが珍しく、かなりの確率で遅れがでてきます。そういった計画の遅れは仕方のないことなので、それを見越して計画を立てるほうが賢いです。

勉強を進めていく途中で合格に十分な力が身につくかもしれませんし、逆に、手元にある参考書だけでは足りずに、新しいものを買う必要が出てくるかもしれません。

勉強計画は、あくまで、開始前の予定に過ぎないので、**勉強していく過程で修正したほうが良いと思ったら、積極的に変更していくべきでしょう。** このような修正の必要がでてくるかもしれないので、計画は余裕をもって立てるべきなんですね。

自分の場合、できることなら1ヵ月で勉強を終えようと計画を立てましたが、遅れが生じた時のため、さらにもう1ヶ月追加で勉強できるような計画にしました。

実際は、遅れが生じることなく勉強できたので、1ヵ月で終わりましたが、通常、このようにスムーズに進むことのほうが珍しかったりします。

### 3-2.参考書をひたすら速読あるのみ

勉強計画を作成し終わったら、あとは、それに沿って勉強を進めていくだけです。

技術士一次試験の場合も、このレポートで書いてきたような流れで参考書を勉強していき  
ました。まず、流し読みによって、全てのページを読んでいく。

意外と短時間で終わってしまうので、2～3回とくり返して読んでいきます。流し読みで  
ある程度、どんなことが書かれているかがわかったら、今度は單元ごとに流し読みをして  
いきます。

流し読みのあとは、ペンを片手に個々の知識を理解しつつ、問題演習をしていくことにな  
ります。

2週間程度で、参考書の勉強は一段落しましたが、**勉強時間の大半は、知識の理解と問題  
演習に費やすようにしていました。**普通に勉強していると、知識の暗記に時間をかけて、  
それから問題を解いていこうとしますが、これだと時間がかかりすぎるためオススメ  
できません。

書かれている内容を理解することに時間をかける。そして、覚える作業は速読を利用して、  
短時間で何回もくり返す。こういうやり方のほうが効率的だと思います。

書かれている内容さえきちんと理解できていれば、気合を入れて覚えようとせずとも、く  
り返しているだけで頭に入ってしまう。それに、問題演習していると、わからない知  
識はそのつど、覚えなおすことになるので、重要知識は自動的に身に付いていきます。

なので、時間をかけるとしたら、「理解と演習」にかけるべきでしょう。

技術士一次試験の場合でも、**過去問の問題と解説を覚えてしまうくらいまでやりこみまし  
た。**あと、使用した参考書は1冊だけでしたが、理解できない部分はネットで調べて、余  
白に書き込んで、理解があいまいな部分を残さないように心がけていました。

もちろん、知識のインプットや定着も非常に大切ですが、速読を使えば時間をかけないで  
もできるので、試験勉強では「理解と演習」に時間を使うべきかなと。

### 3-3.試験勉強で重要となる2つのポイント

試験勉強において重要なのは、「実践力」と「調整力」。この2つです。

実践力とは、作成した計画の通りに実行していく力。そして、調整力は、計画を作成したり、計画に遅れが生じたときに、上手く調整することができる力です。

この2つの力があれば、試験の合格率はかなり高まることでしょう。実践力と調整力は、慣れによる部分が大きいので、試験勉強の経験が豊富な人ほど、有利になります。実際、まったく知識の無い試験を受けるとしても、経験が豊富な人は、やはり、合格する可能性が高いんですね。

技術士一次試験の勉強をしていく上で、勉強期間を1ヶ月に設定し、それを淡々とこなしていくのも、実践力と調整力が、多少なりともあったからだと言えるでしょう。

勉強期間を1ヶ月に設定したのは、試験の出題形式と参考書の内容から判断しました。技術士一次試験は、知識が得点に直結するタイプの試験だったのと、合格に必要な正解率が低めだったこと、そして、覚えるべき知識の量などを考慮して、1ヶ月くらいの勉強が妥当だと判断したわけです。

ここら辺は、これまでの勉強経験から来る調整力によるものですね。

また、計画に遅れを出さずに、勉強を終えることができたのは、実践力があったからだと言えるでしょう。もちろん、日によって勉強がはかどるときもあれば、そうでないときもあります。特に、予定より遅れることのほうが多いですが、遅れた部分は時間があるときに埋め合わせします。

日によって成果がバラつくのは仕方ないので、トータルで考えた時、予定通りに進んでいるように勉強していくわけです。

やるべきことを、やるべき期限内に終わられば、試験の合格率はかなり高まりますから。

実践力と調整力は、勉強経験が増えるほど、確実にアップしていくので、現時点で、勉強の経験が少ない人も安心して下さい。やればやっただけ、経験は蓄積されていきますから。

## 【後書き】速読による勉強法が秘める可能性

速読をマスターすれば人生が変わる・・・。

市販の速読本を読むと、このようなことが書かれていたりします。でも、速読をマスターしただけで人生は変わるのでしょうか？自分は、劇的には変わらないと思ってます。

なぜなら、速読をマスターした段階というのは、道具を手に入れたただだからです。道具は使ってこそ変化をもたらすので、道具を手に入れるだけでは、大きな変化は起こりません。言い換えれば、その道具をバンバン使っていけば、大きな変化が起こってくるということです。

なので、速読をマスターしても劇的な変化は起きませんが、劇的な変化のスタートラインには立ったと言えるんじゃないでしょうか。そこからどのような変化を起こしていくかは、自分次第。

実際、**自分も速読をマスターしてから、人生の方向が大きく変わっていきま**した。

速読が若干できるようになった段階では、大きな変化はありませんでしたが、その頃には、読書の習慣が完全に身に付いていたので、それがキッカケとなって、人生の可能性が大きく開けたように感じました。

子供の頃、親や周囲の大人たちはしきりに「本を読め」と言ってきましたが、今思うと、とてもありがたいアドバイスをしてくれていたんだと思います。心から自分のことを考えてくれないければ、「本を読め」などというアドバイスはしないでしょう。

自分も、あまり好きでない相手には「本を読め」というアドバイスは、口が裂けてもしないと思います。相手が本を読むことで、確実にレベルアップしてしまうことがわかっているからです。

それぐらい本を読むことの効果は大きいんですね。

もちろん、本を読んで知識を増やすだけではダメで、得た知識に自分なりの体験を組み合わせていくべきでしょう。実体験を伴った知識は、自分の血となり肉となっているので、いざというときに役に立ってくれるからです。文字の上でだけ知っていても、ただの頭で

っかちでしかないんですから。

とにかく、(読む) → (実行する) を積み重ねていくことが重要かと。

本レポートは、資格試験に速読を応用するというテーマで書いていきましたが、ちょっと工夫すれば試験勉強以外にも応用できると思います。

第2章を何回も読んで、速読利用のコツをつかんだら、それをいろんな場面で活用していつてもらえると嬉しいですね。

速読のメリットは、短時間で大量の情報をインプットできることですから、情報収集が必要になる分野では、何かしらの働きをしてくれることでしょう。

どんな分野の勉強をするにしても、一番初めは、いろいろな本を読んで、全体像をつかむ必要があります。先生や指導者について勉強しない場合、この情報集めの段階がとても重要になるので、速読によって、数十冊の本をまとめ読みしてしまうのもアリかと。

「あなたもいままでの10倍早く本が読める」というフォトリディングの本では、「特定の分野に関する本を60冊くらい読めば、専門家並みの知識が得られる」と書いてありますがまさにその通りだと思います。

それぐらいの本を読めば、専門家”並み”の知識が得られるでしょう。

ちなみに、「**専門家並み知識がある状態**」から「**専門家**」になるには、知識だけではダメで、その分野に関する経験が必要になります。専門家になるには、長い時間をかけて、経験を積み重ねる必要がありますが、専門家並みの知識を得るだけであれば、大量に本を読むだけで事足りてしまうんですね。

このレポートは、毎日仕事に追われて、時間に余裕のないビジネスマンの方を対象に書いています。社会人的な生活をしていると、ホントに仕事以外のことをする余裕がなくなります。それは時間的な余裕のなさだったり、体力的な余裕のなさだったりしますが、とにかく、他のことをする余裕がなくなりがちなんです。

そんな状態で、資格試験の勉強をするのは、かなり大変です。

マラソンで42.195kmを走り終わったあとで、100mをさらにダッシュする状態に近いしん

どさがあるように思います。

でも、本レポートやサイトで紹介した速読を使えば、比較的スムーズに勉強を進めていけるでしょう。仕事をしながらの勉強はしんどくても、やらないわけにはいかないので、どうせやるなら効率的にやってしまいましょう。

**勉強というのは、やればやるほど、やり方が上手くなっていきますから。**

ここまでで自分が書きたいと思っていたことは、大体書けましたが、具体的な速読トレーニングなど、ページの都合で省略した内容もいくつかあります。そういった部分は、サイト「めっちゃ忙しいビジネスマンの資格試験速読法」で紹介していますので、そちらもあわせてご覧いただければと思います。

21世紀に入って、世の中の動きはますます加速しているように思います。この変化の速さは、これからも続いていくんじゃないでしょうか。ビジネスマンを取り巻く環境も、日に日に変化していってます。

ニュースで、「景気は回復した」などと言っているのを見ると、「国の景気は回復しても、国民のフトコロは回復して無いじゃん」といつも突っ込んでますが、このような時代に生活している以上、世の中の流れに反発しても仕方ないように思います。

現在のような変化の激しい時代についていくには、まず、大量の情報を収集することが必要です。そんな時、速読は必ず役に立ってくれるでしょう。

変化の速さについていくのは大変かもしれませんが、もし、ついていくことができれば、それによって得られるメリットは計り知れないと思います。

本レポートが、そのような変化についていくための一助となれば、とても嬉しく思います。

「めっちゃ忙しいビジネスマンの資格試験速読法」

管理人 青い彗星