

## 誰でもできる記憶術

昔、NHKに高橋圭三という人気アナウンサーがいた。われわれの年代ならだれもが知っているテレビ番組「私の秘密」の初代司会者だ。この番組はアメリカの人気番組「MY SECRET」の日本版といわれ、1955（昭和30）年から12年間続いた。

高校の入学試験勉強をしていたある日、記憶術の「名人」が登場した。他人が読み上げる25個の物をすべて憶えられるという。私は隣にいたお袋に、「あのオジサンたった25個でテレビに出られるの。僕は100個でも記憶できるよ」と叫んだ。お袋には「お前にそんなことができるのか。今からやってみな」と言われた。

読者の皆さんにも私が中学2年生の

伊藤製作所社長

## 伊藤 澄夫 4



記憶術を考案した中学時代の私（右から2人目）

時お袋に説明した手法を紹介したい。この手法を使えば記憶力に自信がないと思っている人でも、簡単に30程度の

記憶ができるに違いない。まず他人に何でもいいので、モノの名前を読み上げてもらい、他人はそれ

## ストーリーで覚える

をメモする。例えば、「アパート、電信柱、リンゴ、トラック、消防車、雪だるま、時計、イオン、いとこ、財布」とする。この10個を文字で覚えることは大変困難だ。そこで皆さんなりにストーリーにする。それを絵のイメージとして記憶する。いったん記憶したらそのシーンは忘れることが大切。忘れることで次のシーンが記憶しやすくなる。

このストーリーは皆さんが覚えやすい場面にとよい。記憶力に自信がない人でも、簡単にできると思うので試していただきたい。また、「財布を持つ」とはイオンに勤めていた。イオンでは時計のバーゲンしていた。その時計は雪だるまに入っていた。雪だるまに消防車が来た……」と思いつくことで、逆からでも答えられる。この手法を知らない方に披露すれば、きっと尊敬されること間違いなし。

「アパートの横に電信柱が立っていた。なぜかその柱の上にリンゴが置かれていた。リンゴが風に吹か

れてトラックに落ちた。そのトラックは少し走って消防署についた。消防車が出動した先には、なぜか雪だるまが置いてあった。雪だるまが溶けたら時計が出てきた。その時計はイオンで売られていた。イオンにはいとこが勤務していた。いとこはいつも財布を持ち歩いてた……」