

## 速読実践トレーニング用 書籍レベル表

※新たな語彙や概念を吸収し、幅を広げるための書籍

Level	説明	主なレーベル	お薦めの書籍
1	ビジネス書・自己啓発書のうち、空行が多く、7割以上の行末が句点で終わっているもの。		中谷彰宏氏の書籍 『家族の病気はあなたへのメッセージ』
2	ビジネス書・自己啓発書のうち、空行がそれなりに多く、約1/3から半分の行の末尾が句点で終わっているもの。	フォレスト出版など2005年以降のビジネス書全般	『心のブレーキのはずし方』 『目標達成する技術』 千田琢哉氏の書籍
3	ビジネス書・自己啓発書、または新書のうち、自分が読み慣れたジャンルの書籍。文字の密度はおよそ8割前後。	光文社新書 ちくま新書 PHP新書（ビジネス新書を含む）	『分かりやすく伝える技術』 ※自分の興味と得意ジャンルに応じて
4	ビジネス書・自己啓発書、または新書のうち、やや不慣れな（それでいて常識的に理解可能な）ジャンル。文字の密度はおよそ8割前後。	2004年以降の講談社現代新書	
5	ビジネス書・自己啓発書、または新書のうち、文字の密度が高い書籍。やや専門的、学術的な内容を多く含むが、平易に記述されている。	2003年以前の講談社現代新書 2000年以降の岩波新書	『タテ社会の人間関係』 『生物と無生物の間』『世間とは何か』 『読書力』『コミュニケーション力』
6	新書を中心に、専門的、学術的な内容を多く含む、自分の既習のジャンルながら、やや内容も難しく感じられる内容。	2000年以前の岩波新書 中公新書、新潮新書	『安心社会から信頼社会へ』 『ゾウの時間・ネズミの時間』 『読書と社会科学』
7	ハードカバー書籍を中心に、1行当たりの文字数も多く、ページ数、文字数ともに多い本。内容も専門的で、読み応えのある内容。		『ストーリーとしての競争戦略』 『これから正義の話をしよう』 ※自分の学部の授業で紹介される参考図書

### ☆事後サポートのことなど

- ➡現在の自分にとって無理なく読めるレベルの本（MyLevel）を、最初の一週間、1日1冊（または30分）で。
- ➡その次の一週間、その1つ上のレベル（MyLevel+1）の本を2日に1冊ペースで。  
【ここまでの集中サポート2週間】
- ➡さらに続く一ヶ月は、MyLevel+2の本を2日に1冊ペースを目標に。3回の重ね読み+ノート。
- ➡レッスン後3ヶ月は、MyLevel+2の本でジャンルを広げつつ、ノート作り、実践への落とし込みを評価する仕組みを構築。ゼミ・授業のテキスト・副読本などに積極的にトライ（&エラー）。
- ➡4ヶ月目以降は、読書の成果を楽しみつつ、「3年後の成長をにらんだデザイン」に沿って読書。To have / To do / To be のバランスをとりながら！