

# 記憶の戦士

## 第4回

### 青木 健

#### ◆記憶の戦士の記憶に挑戦!

前回まで私がメモリースポーツに出会ってから、記憶力選手権で優勝するまでについて書いてきました。第四回からは「記憶の戦士」達がどんな方法で記憶しているのかについて書いていきたいと思えます。記憶力選手権は、頭脳の10種競技と言われており、10種目の総合得点で優勝を争います。今日のその中の1つの種目として、一番花形の種目であるスピードカードについて書いていきます。

#### ◆スピードカードとは?

スピードカードという競技は、名前の通りカードを記憶するスピードを競う競技です。使用するカードはジョーカー2枚を除いた52枚のトランプを使用します。そのトランプをシャッフルし、バラバラに並んだトランプの順番をできるだけ早く正確に記憶します。記憶する制限時間は5分です。その後、別に用意した52枚のトランプを使い、記憶した順番と同じに並び替えていきます。回答時間は5分。回答時間終了後、記憶したトランプと回答したトランプの順番が同じかどうかを確認していきます。

#### ◆記憶方法

52枚のトランプの順番を全部覚えるのなんて、普通の人間には不可能だと思われる方がほとんどだと思います。しかし、嘘みたいですが正しい記憶方法で記憶すれば、誰でもできるようになります。

そろばんを弾くことと同じだと思いますが、ト

ランプを覚えるには事前に準備が必要です。

カードを覚えることに関しては、大きくわけて2つの準備が必要です。

1つ目の準備は「52枚のカード全てに具体的な物や人のイメージを作っておく」ことです。

例えば、ハートのAは、「ハートの1→鱈(はえ)」、ハートの2は、「ハートの2→葛(はか)」などとイメージを作ります。

今回この記事を読んでくださっている皆さんに52個のイメージを作っていただくのは、大変なので、僕が実際にスピードカードの練習をしている時に使用しているイメージの一覧表を掲載します。このリストを見ながらで構いませんので、スピードカードをやってみてください。

これで1つ目の準備が完了です。

準備した52個のイメージの順番を覚える必要があります。その方法は、場所に52個のイメージを貼り付けていくという方法です。場所はどの場所でも構いませんが、自宅や通っている学校や職場など自分にとって身近な場所が良いです。

具体的に私の自宅を例に表すと、「①玄関②玄関のライト③靴箱④全身鏡⑤トイレ⑥キッチン⑦テーブル⑧ソファ⑨テレビ⑩ベッド⑪洗面台⑫洗濯機⑬お風呂」などと順番を13箇所決めます。もちろん人によって家の構造が違うので、順番は違って構いませんが、流れにそって順番を決めた方が覚えやすくなります。カードが52枚あるので、13箇所の場所に各4つずつイメージを置いていきます。

#### ◆トランプのイメージリスト

♥1	鱈	♠1	たいやき	♣1	枕	♠1	すいか
♥2	葛	♥2	竹	♣2	クッキー	♥2	スキー板
♥3	はさみ	♥3	むすき	♣3	草	♥3	海苔
♥4	旗	♥4	魚(たかみ)	♣4	口紅	♥4	ステーキ
♥5	花火	♥5	煮しんご	♣5	くノ一	♥5	スニーカー
♥6	母(お母さん)	♥6	豆餅(たじ)	♣6	笛	♥6	スープ
♥7	ハム	♥7	たまご	♣7	グミ	♥7	お相撲さん
♥8	林	♥8	ライヤ	♣8	黒ヒヨウ	♥8	すやき
♥9	針	♥9	ザリア	♣9	くるみ	♥9	スリッパ
♥10	パン	♥10	ランタ	♣10	くわ	♥10	スンドップ
♥11	ハイエナ	♥11	ダイヤ	♣11	空気清浄機	♥11	スウェット
♥12	はごいた	♥12	滝	♣12	クッキー	♥12	スカーフ
♥13	はし	♥13	だしまきたまご	♣13	餅(くし)	♥13	すずき



◆場所のイメージ

#### ◆実際にイメージしてみる

実際にイメージを作ってみます。先ほど記載した一番最初の「①玄関のドア」に置く4枚のカードを例にとりて記載します。下の4枚のトランプを「◆トランプのイメージリスト」から「すいか」、「針」、「滝」、「グミ」とイメージをします。



すいか 針 滝 グミ

この4つのイメージを一番最初の「玄関」に置いていきます。すると「玄関に「すいか」があり、「針」がささっていた。その隣には、「滝」から「グミ」が流れていた」というように、4枚のカードを13箇所の場所について勝手にお話を作っていきます。できれば笑えたり、怖いと感じたりなど感情的にインパクトが残るように記憶した方が記憶が残りやすいです。

今、画像を使って1つの場所についてイメージを記載しましたが、13箇所についてこのようなイメージを作ることができると、最終的に52枚のカードを覚えることができます。世界中の「記憶の戦士」たちがこのような方法で記憶をしています。

#### ◆記憶する時間について

世界のトップレベルの選手たちは52枚のトランプを1分以内に記憶することができます。練習を始めて間もないころは、5枚や10枚記憶するのがやっとですが、毎日続けることで52枚全て記憶できるようになり、タイムも縮めることができるようになります。そろばんと同じで大切なことは、毎日続けて練習をすることです。毎日続けることで記憶できるようになる時間もどんどん短くなり、1分以内に記憶できるレベルまで達することができます。

はじめから52枚覚えるのが難しい場合は、5枚や10枚など少ない枚数から練習することをオススメします。ぜひ一度練習してみてください。