

## 脳科学でわが子が勉強にハマっちゃう! ?

『ハマリスイッチで 勉強が好きになる』10/28 (月) 発売!

株式会社高橋書店（本社：東京都豊島区、代表取締役：清水美成）は、2024年10月28日（月）に『ハマリスイッチで 勉強が好きになる』（著：篠原菊紀）を全国の書店・オンラインストアで発売いたしました。



### ゲームやアニメやスマホのように、勉強にも「ハマる」ことができれば最強

著者はテレビやラジオでも大活躍中の、脳科学者の篠原菊紀先生。

「自分におきかえておぼえよう」「スタートの儀式を決めよう」など、脳を使ってやる気を引き出すコツ＝「ハマリスイッチ」を52個紹介しています。どれも簡単にできるものばかりなので、すぐに実践できます。

イラストとマンガで楽しく読めて、いつのまにか勉強にハマっちゃうかも! ?



【当リリースに関するお問い合わせ先】 株式会社 高橋書店 広報部

TEL : 03-5957-7061 FAX : 03-5957-7079

〒170-6014 東京都豊島区東池袋 3-1-1 サンシャイン 60 14F MAIL : k\_koukoku@takahashishoten.co.jp

## 「脳科学」の力でやる気・集中力・記憶力アップ！

ハマリスイッチでやる気を出すためには脳の中にある「線条体（せんじょうたい）」という部分がかかっています。線条体が「これをやると楽しい！」と思うと、苦手なことでもみるみるやる気が出てくるようになります。

本書に掲載しているのはすべて脳科学に基づいたメソッドなので、子どもはもちろん大人のやる気アップにも使える方法がいっぱいです。中学受験を目指すお子さんにもぴったりの一冊。



### 【本書の主な内容】

#### 1章 学校で 勉強ハマリスイッチ

- ・言葉の力で自分に暗示をかけよう
- ・勉強したことをだれかに教えよう…など

#### 2章 おうちで 勉強ハマリスイッチ

- ・「三日坊主」はあたりまえ
- ・スタートの“儀式”を決めよう…など

#### 3章 テスト前 勉強ハマリスイッチ

- ・くりかえし勉強しないとだれだってわすれる
- ・色を使って集中しよう…など

#### 4章 毎日 勉強ハマリスイッチ

- ・朝はめいっぱい太陽の光をあびよう
- ・なんでもいっから運動しよう…など

### 【著者】篠原菊紀（しのはらきくのり）

長野県茅野市出身。

東京大学卒業、東京大学大学院教育学研究科を修了。

公立諏訪東京理科大学工学部情報応用工学教授。

人システム研究所長。茅野市縄文ふるさと大使。

専門は応用健康科学、脳科学。

「遊んでいるとき」「運動しているとき」「学習しているとき」など日常的な場面での脳活動を研究。

テレビ、ラジオでの脳活動に関する実験、分かりやすい解説に定評がある。



### 【書誌情報】 書名『ハマリスイッチで 勉強が好きになる』

定価 1,430 円（税込） ページ数 144 判型 四六判 ISBN 978-4-471-10474-0

【当リリースに関するお問い合わせ先】 株式会社 高橋書店 広報部

TEL : 03-5957-7061 FAX : 03-5957-7079

〒170-6014 東京都豊島区東池袋 3-1-1 サンシャイン 60 14F MAIL : k\_koukoku@takahashishoten.co.jp