

【記憶力の曖昧さ】

記憶について、外界から得られた情報を、一時的に保持する短期記憶（ワーキングメモリ・作業記憶）がありますが、短期記憶の容量には限界があるとされ、時間の経過や新たな情報のインプットと共に失われます。



⇒文章 1

設問 1 桑田さんは、どこへ転勤になりましたか

〈岡山 和歌山 富山 山口 山形〉

設問 2 誰の家で送別会をしましたか？

〈桑田さん 原さん 稲葉さん 松本さん 山下さん 竹内さん〉

設問 3 何人で集まりましたか？

〈4人 5人 6人 7人〉

設問 4 おでんの具は何ですか？（複数可）

〈大根 はんぺん ちくわ 玉子 餅巾着 たこ こんにゃく〉

設問 5 お酒はビールと何を買いましたか？

〈日本酒 白ワイン 赤ワイン 発泡酒 ウイスキー シャンパン〉

設問 6 ビールを買ったスーパーマーケットはどこですか？

〈京急ストア 京王ストア イトーヨーカドー オーケー 成城石井〉

➡文章 2

設問 1 誰の家で集まりましたか？

〈毛利さん 向井さん 若田さん 土井さん 野口さん 古川さん〉

設問 2 日本の対戦相手はどこ国ですか？

〈イングランド 南アフリカ アルゼンチン オーストラリア
ニュージーランド〉

設問 3 若田さんが持ってきた食べ物は何ですか？

〈唐揚げ 焼とり ポップコーン チーズ ポテトサラダ ピザ〉

設問 4 デリバリーで何を注文しましたか？

〈ピザ パエリア お寿司 釜めし ハンバーガー 飲み物〉

設問 5 息子連れしてきたのは誰ですか？

〈毛利さん 向井さん 若田さん 土井さん 野口さん 古川さん〉

設問 6 日本は何点取って勝ちましたか？

〈7 点 14 点 17 点 21 点 24 点 〉



<記憶>

ワーキングメモリが貯蔵出来る事象はせいぜい7つ前後（ 7 ± 2 ）と言われていて、最近の研究では、少なく（ 4 ± 2 ）という説もあります。

ちなみに、エンビングハウス（心理学者ヘルマン・エンビングハウス）の忘却曲線では、以下の割合で忘れてしまうと言われています。

20 分後	42%
60 分後	56%
1 日後	74%
1 週間後	76%
1 ヶ月後	79%

忘れてしまうからこそ、メモを取る必要があります。

【メモを取るコツ】

① きれいに書こうとしない

メモは自分が理解出来れば十分なので、きれいに書くことは二の次でいい

② きちんとした文章で書こうとしない

提出書類ではない為、ポイントを押さえて書けばよい

③ 自分の能力を過信しない

人は物事を忘れる生き物であることを肝に銘じて、メモを取る事を習慣づける

【グループミーティング】 ー良い事例紹介ー

就業中に、あなたが体験した困った事例をどの様に対応して解決したか、
また、周りで素晴らしい対応をしている人を紹介して下さい。