

まだ諦めるのは早い！

7月までの臨床実習のうちに、問題演習部分以外の映像講座を一通り終えました。マッチングも終え、のんびりと『クエスチョン・バンク』（以下『QB』）を解いていましたが、9月からは卒業試験に追われ、その対策で手一杯になりました。さらに部活動も続けていたため『QB』を終えられないまま、あっという間に11月になってしまいました。

この時点でまだ手を付けられていない『QB』の科目も多かったので、やるべきことに優先順位をつけ、**残りの3ヵ月間でいかに効率よく進められるかが重要だと考えました。**

11月～12月

卒業試験も終わり、本腰を入れて国試対策を始めました。「卒試で全科目勉強したはずだから大丈夫」と思い、『QB』をはじめから解こうとしましたが、メジャー科目でも様々な知識が抜け落ちていました。このままバラバラな知識を詰め込むだけでは、すぐにまた抜け落ちてしまうと感じたので、映像講座のノートを読み返し、**理解できている科目、復習がより必要な科目を選別**しました。そして、苦手科目に分類した『QB』から手を付けはじめました。苦手なこともあってか、この頃は一番『QB』の進みが遅く焦りを感じましたが、細かいところにこだわりすぎず、**まず全体像をおさえる**ことを目標にしました。新しく得た知識、参考書などで調べたこと、わかりやすい図などを、問題演習しながらノートに付け加えていきました。早めに『QB』を終了できるよう、得意科目は1周目問題にとどめ、**とにかく全体を見終える**ことを徹底しました。

12月の模試では、まだ手を付けられなかった科目も多く、必修は8割ギリギリであり、**特にマイナー科目、公衆衛生の結果は散々でした…。**

この結果に恐怖を感じ、公衆衛生は12月末に一通り対策を終えられるようにしました。公衆衛生は映像講座をとっていなかったため、『QB 公衆衛生』を買って取り組みました。細かな知識は『公衆衛生がみえる』で確認し、覚えるべき法律や内容などは別にノートを作りました。

1月

公衆衛生も一通り終え、自信をもって受けた1月の模試でしたが、ここでも試験がありました。一



～ 11 月からエンジン全開・ 国試直前期対策～

J 大学 Y.Y さん

般・臨床の点数はなんとか踏みとどまりましたが、**必修では 8 割を切ってしまいました**。今まで必修は 8 割を超えられていたので**完全に油断していました**。急いで『QB 必修』を購入し、解き始めましたが、予想問題を除いたとしても、問題数が多かったため、移動時間や隙間時間にも解くはめになってしまいました。必修は 8 割を切つてはいけないというプレッシャーがあったため、この時期はかなり辛かったのを覚えています。**もっと早く必修対策をすればよかったと後悔しました**。

2 月～国試前日

この時期は追い込みとして、公衆衛生と直近 3 年分の国試の過去問を解きました。公衆衛生は『QB』で間違えた問題を復習し、最後に確認しておきたいこと（法律や届け出など）をまとめたノートを読み返しました。国試の過去問は、**本番を想定しマークシートを使いながら解きました**。これはすべての分野の総復習するのに最適でした。

前日は直前講座も受けましたが、国試は体力勝負ということで、苦手科目の今までのノートをさらっと見直し、早めに寝ました。

本番当日

本番中は自信をもって答えられない問題も多く、すごく落ち込みそうになりましたが、**周りも同じ状況のはずだ**と思い、最後までやり遂げました。マークミスのチェックだけは徹底しました。休憩時間は思っていたよりも短く感じ、ノートをあまり読み返すこともなく、休むことに専念しました。答え合わせをしている人もいますが、今思うと、間違っていることも多いので、聞かなくて大丈夫だと思います。その夜は答え合わせをせず、自分が気になった問題をチェックするのみにとどめ、早めに就寝しました。

最後に

国試は要求される知識量が多く、必ず抜け落ちてしまう分野があります。そのため、細かいところこだわりのよりも、**全体像をつかみ、それを何周もする**イメージが大事だと思います。

模試の成績などで焦ったり、諦めなくなったりすることは何度もあります。しかし、たとえスタートが遅れ、国試まで残り 3 カ月になったとしても、優先順位をつけ、焦らずこなすことができれば結果は必ずついてきます。あとはマークミスに気を付け、2 日間試験に集中する、これだけです。国試後は楽しい生活が待っているのです、頑張ってください。