

# ラスト2週間を 制する者が 国試を制す

最後にひと踏ん張りして順位を千単位で上げた人もいるし、油断してしまい順位を落とした人もいます。最後まで諦めず、気を抜かず。



U 先生

# 一月からは 見直すと過去問に 徹するべし

追い込み時期に新しいことを始めても中途半端になるし、勉強したことを忘れる恐れがあります。一月からは見直しと過去問で再確認する作業が身になりますよ。

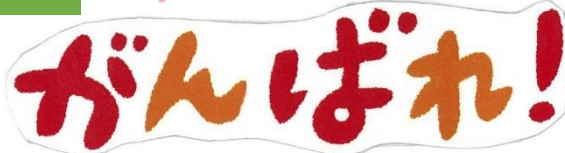
2017年1月13日 長崎大学病院  
医療教育開発センター発行



研修医の先輩から合格の秘訣と応援メッセージ！

# 国試合格祈願 & 応援号

長大病院は皆さんを応援しています！



# 地道な基本こそ 合格への近道

受験勉強では抑えるべきポイントを確実に抑える。そして過去問で足りない箇所をあぶり出し、補強する。必要以上の知識より地道な基本の繰り返しが大事です。



Y 先生

# 国試は3日勝負！ 初日で失敗しても 必ずカバーできる

当日は緊張で普段しないミスをしてしまいがち。でも焦りは禁物です。3日間で必ず取り返せる問題があり、最後には帳尻が合うはずですよ。点数を稼げる問題は落ちていて解きましよう。

# 過去問は 周辺もチェック

直近3回分の過去問は解いた後にその周辺も見直すことをオススメします。同じテーマを別の見方から尋ねられます。例えば、以前は検査法で出た問題が、治療法で出題されたりします。



U 先生

# 友達との情報 共有も大事

国試の勉強では友達との情報共有も大事です。重要項目の確認はもちろん、捨て問も見極められます。勉強部屋でたまに情報収集時間を入れると受験勉強のメリハリになりますよ。

やればやるほど  
点稼ぎ、公衆衛生

国試全体の1/6を占めると言われる「公衆衛生」。覚えてさえいれば確実に点がとれるから、後回しにせず勉強しておきましょう。



A 先生

1日目の見直し  
次に活きる！

僕は1日目の夜、友達と出題問題の見直しをしたら、3日目に同じ箇所が出ました。国試中も疑問に思った箇所は絶対に解決しておくべき。ただ、見直しは落ち込まない程度にポジティブに行うことが原則です。

程よいゆとりで  
体調管理を！

一カ月前から焦って頑張りすぎてしまいがちだけど、身体を休ませる「ゆとり」も必要です。勉強が計画通りに進んでいるならば、早めに休んで体調管理してください。



K 先生

国試本番の  
スケジュールに  
身体で慣れておく

国試は9時半に始まり17時に終わります。本番に万全の体調で臨み、いつも通りの力を出すためにも、普段からこのタイムスケジュールに沿って勉強、生活しておく、いいと思います。

気分転換を取り  
入れて効率よく♪

直前はメンタル面で不安定になる人もいます。ただ横断で余裕がある人は、必要以上の不安は非効率。仲間とドライブして食事に行くと、らしい気分転換をすると、最後のひと踏ん張りに、より力が入ると思います。



N 先生

フレッシュな脳で  
全問題にあたる

本番は体力勝負。国試は7時間半に渡るので終盤は疲労が貯まります。僕は体力を持続させるため、見直しはほとんどしませんでした。解き方は人それぞれですが、最終問題まで神経を注ぐための体力配分も心に留めておいてください。

センタースタッフから

## 医師国家試験に臨む皆さんへ

3日間かけての国家試験は、各コマの出来で心揺さぶられることもあり、精神力勝負になります。無理なく到達できる目標を立て、確実に達成しておくとの自信につながります。9割が合格する試験ですので周りが最低限やっていることを着実にこなすことが大切です。煮詰まった時は輝ける研修生活を送る合格後の姿を思い浮かべてみてください。研修に不安がある方も我々が万全の体制で研修をサポートしますので安心して試験に集中してください。4月に笑顔でお会いできるのを楽しみにしています！

元国試対策委員です♪



医療教育開発センター  
専属指導医  
梅田 雅孝 先生

長崎大学病院  
医療教育開発センター



〒852-8501  
長崎市坂本1丁目7番1号  
TEL: 095-819-7847  
FAX: 095-819-7781