

# 東都医療大学図書館通信



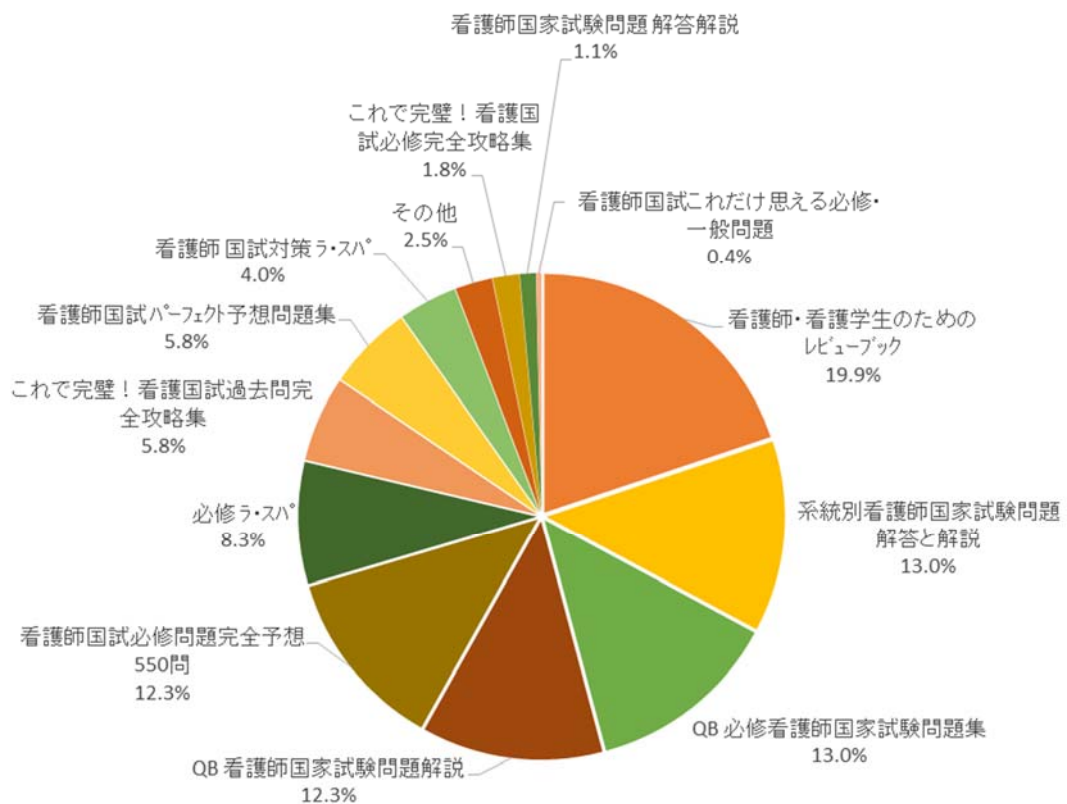
## 国家試験お疲れさまでした!

皆さん、国家試験お疲れさまでした。試験後の図書館はガランとしていて、毎日コツコツ勉強していた皆さんの姿が懐かしく思い出されます。日々積み重ねた努力が実を結ぶことを心より願っております。さて、先日はアンケートのご協力をありがとうございました。これから受験する後輩の皆さん、ぜひ先輩たちからのアドバイスを参考にして下さいね。

### Q1. 購入した問題集・参考書を教えてください。

\* 複数回答あり

#### ①看護師



『看護師・看護学生のためのレビューブック』  
(メディックメディア)



『系統別看護師国家試験問題集』  
(医学書院)

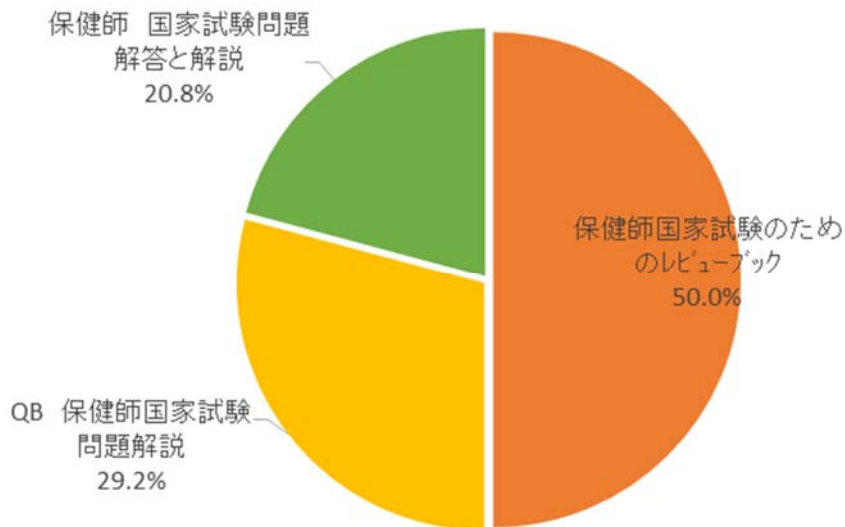


『クエスチョン・バンクSelect必修』  
(メディックメディア)

例年トップの医学書院を抜いて、今年レビューブックが第1位! 医学書院の問題集も相変わらずの人気ですが、同率でQBSelect必修も利用者が多かったようです。



## ②保健師



『保健師国家試験のためのレビューブック』  
(メディックメディア)



看護師同様、レビューブックが堂々の第1位です！保健師課程の半数の方が購入しています。第2位にクエスチョンバンク、第3位に医学書院と続いています。図書館貸出で多かったのは、2016年版をもって、惜しまれつつ発行が終了された『合格への1000題』シリーズ。予約が入ることも多く、たくさんの方に活用されていました。

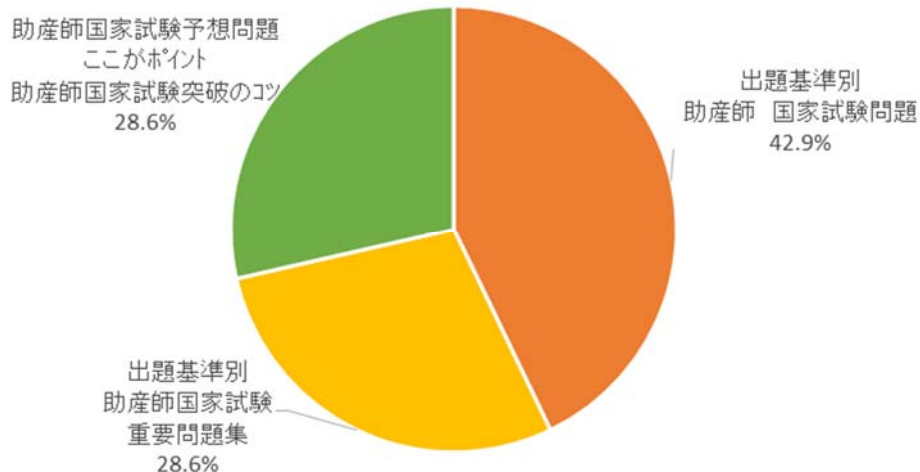


『クエスチョン・バンク保健師』  
(メディックメディア)



『保健師国家試験問題集』  
(医学書院)

## ③助産師



『出題基準別 助産師国家試験問題』  
(メディカ出版)



『出題基準別 助産師国家試験重要問題集』  
(メディカ出版)

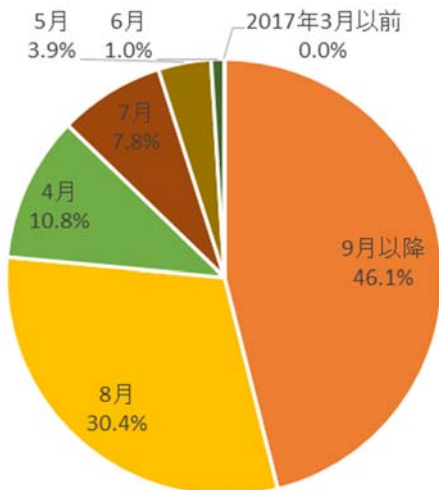


『助産師国家試験予想問題 ここがポイント 助産師国家試験突破のコツ』  
(助産師資格試験研究会)

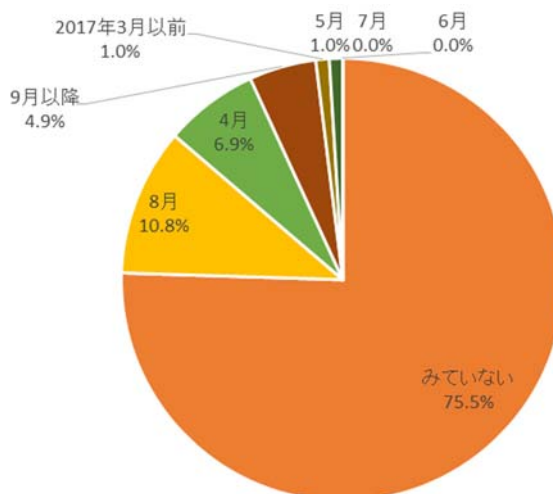


助産師問題集は発行している出版社が限られておりますが、今年はメディカ出版の国家試験問題集が人気のようでした。助産師資格試験研究会から出版されている『助産師国家試験予想問題』も皆さん活用されています。助産師問題集は、市場に出ている数が少ないため、出版してすぐに入手困難となる場合もあります。お早目の購入をお勧めいたします。

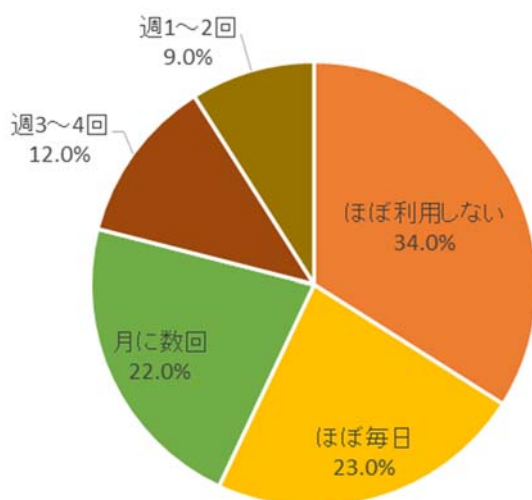
Q2. 国家試験勉強を始めた時期



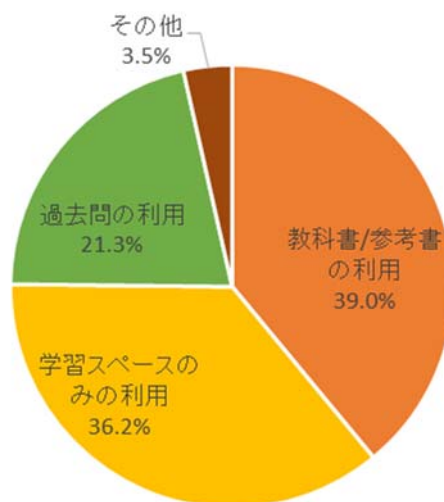
Q3. 基礎からのナビゲーションシリーズDVD (メビウス・蜂谷先生) をみた時期



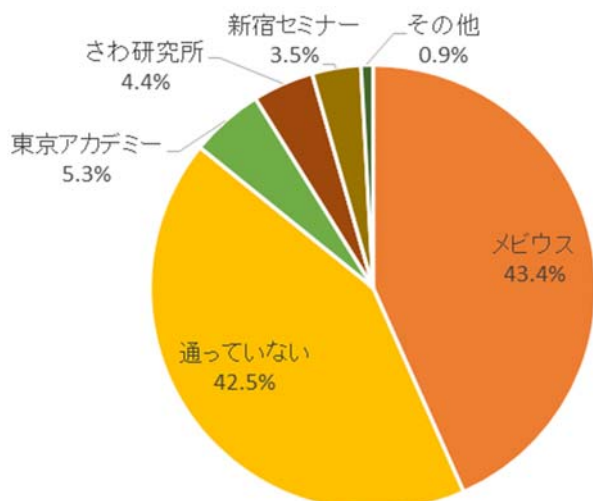
Q4. 図書館の利用頻度



Q5. 図書館の利用の仕方



Q6. 予備校へ通った方



「Q2. 国家試験勉強を始めた時期」→実習がほぼ終わってから始めた方が約半数いらっしゃいました。後に紹介します「後輩たちへ伝えたいこと」では、「早めに始めた方がいい」というアドバイスも多々見受けられます。勉強を始める時期に早すぎることはないです。いま、ここから始めましょう。「Q3. 基礎からのナビゲーションシリーズDVD (メビウス・蜂谷先生) をみた時期」→今年も「みていない」方が7割。一昨年までは殆どの学生さんが視聴していたのですが、ご存じない方もいらっしゃるのでしょうか。「Q6. 予備校へ通った方」では、メビウスに通った方が4割いらっしゃるので。蜂谷先生の講義はわかりやすく好評ですから、ぜひこのDVD「基礎からのナビゲーションシリーズ」を日々の勉強や国試対策にお役立てください。「Q4. 図書館の利用頻度」→Q2とちょうど時期が重なり、9月頃から利用者が多くなってきたようでした。「Q5. 図書館の利用の仕方」→教科書を利用したり、図書館にある色々な問題集を解いたり、それぞれに活用していただいたようです。

続いて、先輩たちから後輩の皆さんへたくさんのメッセージをお預かりしておりますので、紹介させていただきます。

## Q7.後輩たちへ伝えたいこと

先輩たちからの  
アドバイス!



- 先生方はレビューブックは勉強して理解ができるようになってから購入したほうがよいと言っていたが、国家試験の勉強を始めると同時にレビューブックを購入したほうが、すぐ調べることができてよいと思った。
- 実習しながらは大変だと思うけれど、4年生になる前に国家試験の勉強や国家試験を意識した生活、勉強を始めた方が絶対に良い!
- 毎日の積み重ねが大切。 ・実習の知識が大事。 ・頑張ってください!!!
- しっかり勉強しましょう。基本的な問題を大切に。 ・実習、テスト、授業、国家試験…頑張ってください。
- 私は、保健師の国試勉強で大変苦労しました。2つの国家試験を取るのなかなか大変です。早めに勉強しましょう。
- 自分に合格すると言い聞かせ、本気で合格すると思うこと。 ・必修問題は、本番で見直した時、答えを絶対に変えないこと!
- 遅くまで実習があってなかなか勉強する時間がとれなくても、焦らず知識の補強と確認をしっかりやっていけば短期間でも点数はとれます。勝部先生の講義で教わった疾患がばっちり国試に出たので、勝部先生のプリントはみておいて損はないです。→他の学校の人たちは知らない人が多かったらしい。助産国試では『新生児学入門』を勉強に使いました。けっこう出ます。国試の過去問は、解説だけでなく教科書をチラ見するだけでも周辺知識が身につきます。自分にとって集中できる環境をみつけましょう。
- 集中力は長く続くものでもない人もいると思うので、たまに息抜きしつつ頑張ってください。他人と比較したり、周りの言うことをいちいち気にしているとメンタルをやられるので、自分をしっかりもつことをお勧めします。先生たちからのプレッシャーも多いと思います。
- 国試に不安があるなら、いつからでも遅くないので、早め早めに勉強を始めた方がいいと思います。特に、自分は勉強ができないと思っている人や成績が良くないんだよなって思っている人、でもなかなかやる気になれない人は、友達と一緒にやることをオススメします。特に勉強のできない人は、勉強のできる人と一緒にやると、お互いに知識のインプット・アウトプットができてとても良い関係になります。勉強場所としては、学校をオススメします。色々な人が勉強してるので、その人たちと話して自分の欠けていた知識を補うこともできますし、友達と一緒に勉強すると絆が深まります。国試の勉強は一人でもできます。しかし、心が折れそうになった時、勉強に詰まった時に、一人では倒れてしまう人がほとんどだと思います(私もです)。しかし、友がいることでつらい壁も乗り越えることができます。応援してくれる人はたくさんいると思って頑張ってください。
- 国試の問題集だけでは、当日6割程度しか対応できない感じがしました。予備校に通うか、出題基準をチェックしながら勉強を進めていくことをオススメします。
- 一定ラインまでは一人で勉強して、その後は友人とアウトプットし合いながら学習を進めていくと良いと思います。
- 知っているか、知らないかというだけなので、知らない言葉を減らせるよう勉強を頑張ってください。
- 自分一人でやっていて行き詰まったり、これでいいのかなってなるときは、予備校の授業を単発でも受けてみるというのも1つの手だと思いました。
- あきらめないで友達や先生と一緒に勉強したほうが良いと思います。
- 国試試験の勉強は大変ですが、友達を協力して、支え合いながらなら頑張れる。やればやった分成績はのびる。頑張ってください。
- 勉強はなるべくグループで勉強した方が頭に残るし、国試当日思い出せます。
- 勉強は早ければ早いほどよい。すればする程、知識も増えて解けるようになるけど、不安が消えるわけではない。自分が焦らないよう計画的に!
- 12月から勉強しても受かるから大丈夫です! ・頑張れ!! やった分だけ結果が出る!!
- 今年の助産の国試は特に過去問をこなすだけでは厳しいものだったので、幅広く学習していくことが大切だと思いました。
- どんなことがあってもめげない・あきらめない心があれば乗り越えられる。また分からないことは、先生や友達と話し合いながらやることも1つの勉強方法だと、身をもって知りました。
- 一つ一つの問題で、なぜこの答えなのかを考えながら、過去問を丁寧に解くといいですよ。
- 過去問を何周かしても意味がないので、問題の解答がなぜ合ってるのか、間違っているのかといった周辺知識が求められる。
- 受験勉強は辛くなることもあるけど、周りの友達や先生を頼りながら、頑張ってください^^
- 休憩タイムは大切です。 ・最後まで頑張ってください。

- 解剖生理はくり返しが大切です。病態生理などにつながり、理解しやすくなります!
- 間違えた問題はノートに書き込むとか、何回も間違えたものは付箋を貼るなどマイノートをつくと試験直前に役立ちます。
- 難しいことにこだわらないで基礎固めが大切です。 ・頑張り過ぎないで下さい。
- 問題を解いたら一つ一つ解説を読んで、分からない単語や内容は、調べて納得のいくようにしていくことがよいと思います! 難しいことや分からないことも多いですが、一つ一つ分かってくると看護の勉強が楽しくなり、高校・大学の受験とは違い、自分がやりたい仕事なので、本当に看護の面白さや楽しさを感じてきます。仲間がいるから頑張れるので、最後まで頑張ってください!! 自分の健康管理には気をつけて。
- 国家試験であまり見慣れない単語を見ると動揺してしまうかと思いますが、授業や他の疾患で学んだ基礎をもとに解けた問題が何問もありました。あきらめずに根気が必要かと思いますが、また、1年生・2年生の時に勝部先生が教えてくださったマイナーな疾患がでてきました。頑張ってください。
- 焦る必要はない。今までの勉強は役に立つ。過去問だけでは通用しないから、教科書とかを使ってやる方がよい。
- メビウスの講座は本当に分かりやすかったので、通った方がよいと思います。
- 12月から始めても遅くない。
- 基礎ができるようになれば一般問題への理解もより深まるので、基本的なことをしっかりと覚えることは大切だと思います。
- 夏の間に解剖生理・病態生理をやって基礎を身につけておく。あとは必修をしっかりとやっておく。
- 本格的に始めたのが12月。絶対にもっと早くやっておいた方がよい。問題を解く数は重要じゃない。1つ1つの疾患・病態をしっかりと理解してから次の問題に進むべき。参考書も1冊2冊しかなくてもいい。それを完璧に!! あとは友人や図書館で借りればよい!! でも、やっぱり問題数をたくさんやっておくことも大事。だから早くから始めた方がよいです。
- 早めにやった方がよい。年明けくらいから本気になると、1カ月本当に精神がきついし、本番直前まで不安でいっぱい。落ちる未来しか見えなくなり、余裕がなくなる。たくさん問題をこなして、苦手なところは何回もやること。
- 国試の勉強は早めにやっておいたほうがよいと思います。
- コツコツと勉強すること。 ・早めからやらないと焦る。
- 人生がかかる大一番! 1人でやろうとすると辛くなりやすいと思うので、程よく1人で勉強、程よく周りの友達と知識を共有する、ことで成績アップにつながります。
- 出題傾向が変わり、難しくなっているので、しっかり深くまで勉強しておくこととよいと思います!
- 国家試験は、年々難しくなっているから、しっかり傾向をチェックして頑張ってください。
- 必修問題の難易度が上がっているから、毎日1問でもいいから解いておくことよい。過去問は2回以上やり、過去問よりも模試で自分の弱いところを強化していき、色々な問題を解き、考える力を身につけるようにするとよい。
- 必修問題を早めにやっていた方がよい。 ・勉強したくなくても、少しずつやるべきだと思う。
- あきらめずに毎日コツコツやれば絶対大丈夫! 頑張ってください!
- 実習が終わったら、必修の勉強を始めた方がよい。
- 周りに流されずに自分のペースで勉強すべき。2月以降から始めても、あきらめなければ受かる。
- 勉強は早めに始めておいた方がよいと思う。2つ受ける人は、1つの人の勉強の進み具合と比べてしまうと焦ってしまうので、自分のペースでやっていく方がよいと思う。1つ1つの実習の学びがとても大切。
- 模試で間違えた問題を復習するだけでも効果がある。本番で同じような問題がそのまま出ることがあるのでやった方がよい。私の場合、かなり多かったのでラッキーだと思った。保健師も受ける人は勉強のスタートが9月以降になってしまうが、焦らず過去問から取り組み始めに合う。
- 自分は成績がよいと思っていても、なるべく早くから勉強をした方がよい。実習が終わったらすぐ。
- 9月から勉強を行うより、少し前の8月から過去問を解いてみるといいかもしれないです。卒業試験、国試と大切なイベントがあるため、勉強はめんどくさいって思っている、そのイベントごとに「やっていたよかった!」につながります。
- コツコツ頑張れば、絶対大丈夫! まとめノートを作っておくと、本番の時に見直して便利です!!
- 早めに勉強したほうがよい。
- 頑張ってください!!



# HINOTORI NO.1

\*Tezuka Osamu

This work was first serialized on the magazine in 1967.



『火の鳥 1 黎明編』  
手塚治虫/著, KADOKAWA/刊

## 手塚治虫のライフワーク 『火の鳥』

公衆衛生看護学 助教 平塚久美子

日本の漫画・アニメ・ゲームなどのサブカルチャーは、海外でも高く評価されています。皆さんも幼少期からテレビでアニメを当然のように見て育ち、活字の読書より漫画が好き、という人も多いのではないのでしょうか。

日本で「漫画の神様」と言えば手塚治虫です。漫画、アニメどちらをとっても手塚の残した作品と、世界中への影響は多大なるもので、マンガ 700 余作品、アニメ 60 余作品を制作し、文学作品に匹敵するストーリー漫画という文化を創出しました。今回は今年生誕 90 年にあたるこの偉大な漫画家とその作品を紹介したいと思います。

1928 年、裕福な家庭に生まれた手塚治虫（本名：手塚治）は 4 コマ漫画やディズニーアニメ、宝塚歌劇を楽しむ子供時代を過ごしました。小学校では昆虫や天文学、科学に強い興味を持ち、得意の絵で非常にリアルな虫を描き、ペンネームもこの時から「手塚治虫」と虫をつけるようになりました。中高時代は戦時下となり、目の前でたくさんの命が失われる戦争体験から、生命とは何か、正義とは何かという、その後の作品に流れる答えのないテーマを心に刻み込んだそうです。

初期の代表作『ジャングル大帝』『鉄腕アトム』などは、まずアニメに夢中になった子供たちが多かった作品で、私もそのうちの一人です。その後一時期低迷しますが、『ブラック・ジャック』『三つ目がとおる』などの連載で第二期の黄金時代を迎えます。中でも初期から晩年まで長年描き継がれたライフワークとしての作品が『火の鳥』です。

『火の鳥』は邪馬台国という過去を描いた「黎明編」と、人類が減る未来を描いた「未来編」の両極から始まり、少しずつ現代に近づくという構成で描かれ、作品の中の登場人物は誰もが生きることの喜び苦しみ悩みの中、自分は何故生きているのかという問いにぶつかります。「無限の宇宙の片隅の銀河系、その辺境の地の太陽系、その中の地球に生きるあふれる生物の中の一つであるちっぽけな人間。この人間は自分が生きていること、そしてやがて死ぬことを意識してしまったがゆえに、他の生物のように無邪気に生き死んでいけない業を背負ってしまった。」…その人間としての葛藤が、どんな過去でもどんな未来でも変わることなく存在する…という哲学的な命題を描いたシリーズです。

私たち看護職も人の生命に寄り添う仕事です。皆さんも機会があったら是非、漫画の枠を超えたこの壮大な『火の鳥』のシリーズを読んでみてください。そして生きることの意味を感じ、力強く生きるエネルギーを受け取ってみてください。

### 2月中旬～3月中旬までに納品された図書など

#### ◆図書◆

『食品成分表 2018 年版』『ミネルブア 社会福祉六法 2018 年版』

\* 管理栄養学部関連の図書等につきましては、ただいま整備中です。ご利用いただけるまで少々お待ち下さいませよう、お願い申し上げます。

#### ◆雑誌◆ ※下記 OPAC をご参照ください。

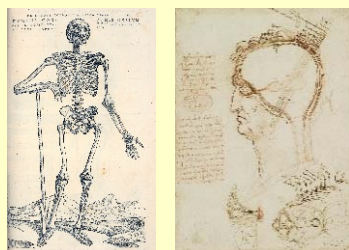
<http://www.lib-finder2.net/tohto/servlet/New?findtype=1>

### 春の訪れ

春がそこまで  
来ています!



### 特別展 人体 神祕への挑戦



(左) アンドレアス・ヴェザリウス『ファブリカ』初版本 1543 年 広島経済大学所蔵 (右) レオナルド・ダ・ヴィンチ「解剖手帳」より顔部断面、顔と喉の結びつき部分 1490-92 年頃 ウィンザー・キャサリンコレクション所蔵 Royal Collection Trust/© Her Majesty Queen Elizabeth II 2018

小宇宙と呼ばれるほど神祕に満ちている「人体」。自らを生かし動かすものの仕組みを理解するために、人類はルネサンスの時代から弛まぬ努力を続けてきました。ルネサンスの巨匠として知られるレオナルド・ダ・ヴィンチは多くの人体解剖図を、解剖学者ヴェザリウスは革命的な解剖図譜『ファブリカ』を遺し、今日の人体研究へとつながっています。ダ・ヴィンチは解剖学の研究者ではありませんが、画家として人体を描くために様々な知識や理解を深め、実際に解剖を行ったりもしていました。また、ヴェザリウスについては、医学関係者ではその名を知らない者はいないほどの存在で、現在のように防腐処置ができない中、迅速かつ正確な解剖を行い、古代ローマに確立された医学者ガレノスの説を次々に修正していきました。それが『ファブリカ』です。これらの貴重な資料は本展で必見です。他にも、アインシュタインの脳切片展示や、ゲノム解析による縄文人の顔相復元など、好奇心をそそる資料が満載の展覧会となっています。

解剖生理学が苦手な方。ちょっと違う角度から人体をみつめてみませんか? 得意でないと思っていた人体の仕組みが、ぐっと近くに感じられるかもしれません。

会場：国立科学博物館（東京・上野公園）（〒110-8718 東京都台東区上野公園 7-20） 会期：2018年3月13日（火）～6月17日（日） 休館日：月曜日 ※3月26日（月）、4月2日（月）、4月30日（月・振替休日）、6月11日（月）は開館。 開館時間：9:00～17:00 ※金曜、土曜日は 20:00 まで。 ※4月29日（日）、30日（月・振替休日）、5月3日（木・祝）は 20:00 まで。 ※5月1日（火）、2日（水）、6日（日）は 18:00 まで。 ※入館は開館の 30 分前まで。 観覧料金：一般・大学生 1,600 円 / 小・中・高校生 600 円 ※未就学児無料。 ※障害者手帳をお持ちの方とその介護者 1 名様は無料。 公式サイト：<http://jintai2018.jp/> お問い合わせ：03-5777-8600（ハローダイヤル）