



Try! up!

Vol. 15 [2014年12月20日発行]

知っておきたい！第104回 看護師国家試験

第104回看護師国家試験が近づいてきました。
 昨年(第103回)は、大雪に見舞われ異例の追試験が行われました。
 残された日々は「合格」を目指して、ラストスパートをかけながら実力アップ
 最終調整の時期になります。

ここで国家試験の留意点を確認しましょう。

第104回 看護師国家試験

試験日

平成27年 2月 22日(日)

午前 ◆ 9:50～12:30(2時間40分)【120問】

午後 ◆ 14:20～17:00(2時間40分)【120問】

試験会場

北海道・青森県・宮城県・東京都 他7カ所

[青森県：国立大学法人 弘前大学

宮城県：財団法人 みやぎ産業交流センター 夢メッセみやぎ]

問題数と合格基準

形式	出題数			概要	合格基準
	午前	午後	計		
必修問題	25問	25問	50問	特に基本的内容を問う問題。 これを突破できなければ不合格。 (1問1点。4肢択一、5肢択一)	8割以上 (絶対基準)
一般問題	65問	65問	130問	専門基礎科目、専門科目の領域から まんべんなく出題される。 (1問1点。4肢択一、5肢択一、5肢択二)	6割強 (相対基準)
状況設定 問題	30問	30問	60問	事例に基づいて状況判断や対応を問う 問題。 1事例につき2～3連問出題。 (1問2点)	※第103回は 167点 (66.8%)

留意点

- *「必修問題」にも計算問題が出題されています。*「一般問題」に状況設定問題が増加されています。
- *「状況設定問題」には知識と考察が必要な問題が出題されます。*医療に携わる者としての常識問題が問われます。
- *自然災害等で国家試験の時間等が変更となる場合は、厚生労働省HPIに掲載されますので確認をしましょう。

第104回看護師国家試験まで、あと2カ月を切りました。
この春に合格した先輩から、ご自分の体験を踏まえながら
国家試験合格に向けたエールをいただきました。



万全の体制で 目標達成へ挑む

安積裕之さん
(宮城県・40代)



忘れもしない、大雪で試験開始が遅れた昨年度の国家試験から、早くも1年。もうこれ以上やることが無いと言うくらいに準備を重ね、念願の合格をつかみ取ることができました。本当に嬉しい限りです。

「50代になる前に看護師になっておきたい」と思い立ち、本校へ入学してからは、仕事から帰ると1日1時間短時間集中で勉強する生活でした。あちこち手を出すのではなく、2冊の問題集を何回も反復して解いたことが私にとって合格へのカギになったのだと思います。そこで特に大切だったのは、「解答の解説を読むこと」。ここに出てくる事項とそこから派生していく関連事項を納得するまで調べ、最終的に全体の構造を理解することで、視野が大きく広がりました。それを繰り返すうちに、少し捻った問題でも答えを導き出せるようになったのです。

これから試験まであと約2カ月…。残る時間で、とにかく必修問題は全て解けるようにすることが大切ではないかと思います。先生が仰っていることが何のことか分かるようになれば大丈夫です。

また、何と言っても大切なのは体調管理ですね。今いくら頑張っても当日体調が悪ければ水の泡になりかねません。これまでの努力を当日100%発揮できるよう、万全の体制で頑張ってください!

Pick Up Voice学生インタビュー.....

クラス会を起爆剤に… ～クラス一丸となって国家試験に挑む!～



2013年入学
秋篠渉さん
(宮城県・40代・病院勤務)

私は、もともと「看護師になりたい」という強い気持ちを持って入学したわけではありませんでした。仕事の必要性から准看護師の資格を取って、ちょうど10年がたっていました。准看護師としての悩みを職場の同僚と話している中で、「じゃあ一緒にやってみるか」と東北福祉看護学校のドアをたたきました。

いざ入学してからの、勉強はほんとにきつかったです。ちょうど子どもが生まれたばかりで、育児も頑張らなきゃという気持ちと、実習先でお世話になった看護部長さんから感じた「看護師」という仕事に対する熱い想いに応えたいという気持ちの中での学びでした。仕事との両立も考え、何とか工夫をして時間を作るようにし、子どもを寝かしつけた後の夜間や、締め切り前には朝4時に起きて課題をまとめることもありました。

そんなきつい状況でも心が折れずにここまで頑張ってきたのは、一緒に入学した職場の同僚をはじめ、お互いの苦勞を理解しあえる仲間が存在が大きかったと思います。その仲間たちとこれまでの頑張りに対するお疲れ様と、これから国家試験に向けて頑張ろうという気持ちを高め合う交流の場として、5月24日にクラス会を企画、実行しました。企画した当

初は、本当にみんな参加してくれるだろうかという不安もありましたが、蓋を開けてみると60名を超える方々が参加してくれ、本当にうれしかったです。今までも、実習先が一緒の仲間での小さな集まりはあったのですが、今回たくさんの仲間が一堂に集まることで、これまでと違うつながりや、より深い話ができたといい事が、一番の収穫だったと思います。



現在は、あと2カ月ちょっとに迫っている国家試験に向けて、模擬試験を活用しながら、自分のウィークポイントを把握し、重点的に補強できるように対策を進めているところです。他には携帯のアプリを使って、不得意部分を確認するなどしています。ちょっとした時間で活用できるので便利です。自分に合う勉強方法と、分かり合える仲間を見つけることが本当に大切だと今実感しています。また、クラス会は参加したメンバーから「次回はいつ?」という声上がるほど充実した時間になり、開催したことで学年全体の「国家試験に向けてやるぞ!」という雰囲気が高まった気がしています。これから看護師を目指す後輩たちにも是非開催してほしいと思います。

お手元にこの『Try!up!』が届く頃には、受験生の皆さんの国試対策も大詰めになっている時期です。全国で6万人近くの受験生が頑張っています。国家試験は入試の選抜とは違って基準に到達すれば合格する試験です。基本事項を着実に理解しましょう。焦ったり、不安になったりするのも当たり前ですが、勉強しないと不安が増すだけです。焦らないで集中して時間を有効に活用しましょう！

受験生の皆さんは、12月には、集中的に対策講座等に出席したり、また、自分なりのノートにまとめたりして勉強していましたので、1月にある最後の第3回模擬試験は落ち着いて受験できましたでしょうか。結果は2月の初めに返却されます。模擬試験の結果は客観的なデータですので活用してください。

さて、お手元に返却された第2回模擬試験の結果は丁寧に確認しましたか。特に、注意して見直してほしいのは次のことです。

模擬試験結果 見直しポイント

- ① 誤答したところに☆★の印がついているところがあります。
全国の平均正答率70%以上の問題で誤答の場合は「★」のマーク、60%以上の問題で誤答の場合は「☆」のマークがついています。
多くの受験生が正答するところを間違っただけではいけませんので、きちんと振り返り確実に理解しましょう。
- ② 必修問題の得点率が低いので、基本的なところを確実に得点ができるように見直しましょう。

また他にも、学習するときには次のことに留意してください。

学習時に留意してほしいこと

- ① **過去問題について**
皆さん、過去問題を学習していますが、単にこなすだけではなく理解しながら繰り返すことが大切です。周辺の知識の確認や、設問・選択肢の中に分からないことがないかをチェックしながら学習しましょう。
- ② **計算問題対策を十分に!**
非選択式の計算問題が出題されます。確実に自分で計算ができるようにしましょう。
- ③ **必修問題について**
必修問題は絶対基準である80%(40点)以上を得点しないとダメです!過去問題を繰り返し学習し、必修問題は満点に近い得点になるようにしましょう。
- ④ **暗記も重要**
衛生統計や関係法規など、暗記で押さえられる項目は繰り返し暗記して覚えましょう。衛生統計は新しいデータを把握しましょう(前回の第103回看護師国家試験では、平成23年のデータが出題されています)。
- ⑤ **読解力を身に付けましょう**
読解力が求められます!
状況設定問題について、問題文の長文を読んで理解するのに時間がかかったという人がいます。前回の第103回看護師国家試験では、一般問題にも2~3行の長文の問題が増加しました。文章を読んで大事なところを速く捉えるよう心がけてください。
- ⑥ **選択問題について**
本当に正しい知識をもっているかを測るために、五肢択一、五肢択二の形式で出題されるようになり、必修問題にも五肢択一問題が出題されます。知識があいまいなままだと選択できなくなります。

受験時の解答のしかたについて

- ☑ 試験は、午前・午後各2時間40分です。
解けない問題にひっかかり、そこで時間を使ってしまうと、最後の問題まで目を通さないうちに制限時間が来るということになりかねません。
解答の絞りにくい問題は、その時点で最も適切であると考えた解答をとりあえずマークシートに記入してください。問題の横に印をつけておき、あとから見直すようにしましょう。
- ☑ 1問ずつ必ずマークをしながら進みます。
マークをしないで空欄のまま進むと、ずれてしまいます。
- ☑ 五肢択二の時に1つしかマークしない人がいます。
ケアレスミスをしないようにしましょう。



第104回
看護師国家試験

平成27年
2月22日(日)

貴重な時間を実りあるものに…

実習先のホンキ⑨

～山形県立河北病院～

2年間の学びの中でも重要な位置を占める「見学実習」。限られた時間の中で、どれだけ多くのことを吸収できるか、そして日々の学習にどう結びつけていくかが問われるカリキュラムである。ここでは、学生に充実した学びを与えてくださった「山形県立河北病院」の実習受け入れに対する体制や考え方を紹介したい。

昭和24年、山形県で初めて県立病院となった山形県立河北病院。実習受け入れも40年以上の歴史と実績を誇る伝統ある病院だ。その築き上げられた歴史・実績から、実習受け入れはシステム化され、スタッフそれぞれが高い意識で実習生を受け入れている。多くの実習生を受け入れている当院の実習に対する考え方、学生に何を学んでほしいと期待しているのかお話を伺った。

「東北福祉看護学校の学生さんを『ベテランだから』と、特別視したことはありません。むしろ、学びに真摯に向き合い意欲的なので周囲に刺激を与えてくれています」とは後藤道子看護部長。どのような学生、実習内容でも受け止められる懐の深い受け入れ態勢が伺われる。それは、当看護部の『皆さまに信頼される看護を提供します』という理念の、「皆さま」という言葉が、患者はもちろん患者家族、学生…周りのすべての人を指しているからに他ならない。「人」を中心とした「心まで見る温かな看護」の実習がなされているのである。

学生の教育は「臨床指導者委員会」を中心にシステム化され、それぞれがどんな役割で何を学生に伝えていくのか明確になっている。「長年の経験があるので、多くの学生を預かる現状でもそんなに大変なことはありません」と、小松良子副看護部長は微笑む。これまで積み上げてきた実績に裏打ちされた自信が覗かれた瞬間である。

また、最後に「ぜひ、国家試験に合格して、患者さんの生きる力を引き出せる看護師になってほしいですね」と、小松副看護部長。後藤看護部長からは、学生によく伝える言葉として「A：あたりまえのことを、B：バカにしないで、C：ちゃんとやる。このABCができていれば、自分たちの看護力を高めることができます。資格取得に向けてがんばってほしいですし、看護師になったらぜひ、一緒に働きましょう」と夢に繋がるお話をいただいた。

根拠を大切にしたケアを目指して



村上歩美さん
(山形県・30代・介護施設勤務)

普段の看護師の仕事、客観的に見ることでできる機会はほとんどありません。でも、見学実習という場では、思う存分、看護師の動きや患者への接し方、考え方を間近で体感することができました。特に、先日基礎看護学の実習をさせていただいた山形県立河北病院では、准看護師と看護師の違いをはっきりと自覚する実習となりました。

高齢者が多い病棟で体位交換や食事介助、オムツ交換などの見学の場面では、それぞれの援助にきちんとした目的や根拠があり、その人に合った個別的なケアがなされていることが分かりました。介護施設で働く私にとっては、日頃うやむやになっていたことが明確になり、視野が広がったように思います。また、この貴重な時間を無駄にしたくないと思い、積極的に質問もさせていただきましたが、指導者の方は丁寧に回答してくださり「看護師のあり方」というものを実感しました。

充実した実習を経て職場に戻ってみると、日常のケアのなかで「何で？」と思い立ち止まったり、実習で学んだことを思い返したりする事が増えてきました。それは、自分が目指すべき看護師像が描くことができてきたからかもしれません。「利用者にとって合った個別的なケアができる看護師」を目指し、もっともっと学びを深めていきたいと思っています。



小松良子
副看護部長

後藤道子
副院長
(兼)看護部長

柳沼明美
副看護部長

山形県立河北病院

山形県西村山郡河北町谷地字月山堂 111



山形県初の県立病院として、昭和24年開業。地域の中核病院として、住民からの信頼も厚い。また、高齢化が進む状況の中、河北病院が果たすべき機能を見直し、救急医療体制の強化、緩和ケア医療の実施及び在宅復帰を促進する地域包括ケアを支援する医療の提供のため、医療体制の充実を図るとともに、地域や住民により身近な病院を目指している。

私たちがバックアップします!

医療の現場から

第6回 真壁病院

本校創立から延べ10名もの
職員の入学を果たした、真壁病院。

忙しい日常業務の中で、
どのような視点や手法で
職員の「学習」をバックアップしているのか、
どのような思いで職員を送り出したのか、
武田幸子看護部長にお話を伺った。



武田幸子
看護部長

平成20年の本校創立時からほぼ毎年、職員が
入学しています。何か理由があるのでしょうか。

准看護師と看護師…。現場で同じような業務をこなしていても、
法的な責任の重さに大きな違いがあります。どんなにキャリアを
重ねていったとしても、准看護師と看護師で線を引かれてしまう
のはもったいないと、さまざまな場面で感じることもあります。そ
して、私自身が准看護師から看護師になった経緯もあるので、学ぶ
意欲のある職員にはぜひ挑戦してほしいと思い、対象者には背中
を押すような言葉をかけたりしますね。また一方で、東北福祉看護
学校卒業後に役職に就いた先輩もいるので、その後姿を見ている
後輩の職員たちも、学びに対する意欲は積極的です。『学ぶ姿勢』が
与える影響は大きいですね。自分の将来と重ね合わせたりしなが
ら、周囲は協力してくれていますし、継続的に「学校に入学したい」
という声が挙がるようになりました。

病院独自のバックアップ法などはありますか。

当院では、准看護師の進学支援として、奨学金や勤務調整などの
支援を行っています。加えて、今年からトライアルとして、学生で
ある職員を一人「夜勤専従」に配置する取り組みを始めました。こ
のことによって、職員は休日が増え、有給休暇を学校のためだけに
消化することなく学ぶことができ、病院側としても夜勤体制が安
定するので、双方にとってメリットのあるwin-winの関係を築
くことができていると思います。

若い看護師に
何かを伝えられたら…

小山友子さん (50代)



准看護師として30年近くの経験を積んだ私は、これからの
看護師生活を考えたとき「看護師資格取得」というひとつの選
択肢が見えてきました。この年齢からの学びに不安はありま
したが、進学を決意。途中、東日本大震災があり被災し心が折
れそうになりましたが、35年来の付き合いである武田看護部
長に喝を入れてもらい、再び学びの場へ戻ってきました。

勉強は大変ですが、周囲の協力でなんとかがんばってい
ています。そして、私が学んだことすべて、経験したことすべ
てを、これからの若い看護師たちに伝えていけたら、という強
い思いがあるので、ここから国家試験までギアを抜かず
に突っ走っていきたいと思います。

医療法人 医徳会

真壁病院

宮城県東松島市矢本字鹿石前109-4



一般医療から療養型医療、介護老人保健施設、在宅医療までの
継続した医療体制づくりを推進。とりわけ、近隣の病院に療養
型病床が多くないため、療養型医療にも重きを置いている。
また、退院後も継続して支えていけるように、訪問診療・訪問
看護といった支援体制の拡充を進め、地域のヘルパーステー
ションやケアハウスとも協力して、医療・介護連携体制で地域
医療に貢献している。

震災から3年9カ月が過ぎました。
影響はありましたか。

当院は少し高台にあるため、幸いにも大きな被害はなくて済み
ました。それでも、職員の中には自宅が流失してしまったり、周り
の人を亡くしてしまった人も少なくありませんので、爪痕は大き
いですね。そうした中で痛感しているのは、人材確保の難しさ。人
口も減少していますので、「人を育て減らさない」環境づくりに力
を入れています。「育てる」視点からの進学支援であり、「減らさな
い」環境づくりとして、育児中の職員のための24時間保育なども
行っています。当院の法人では、介護施設なども運営しているの
で、その人の生活背景に合った働き方を提供できるように配慮し
ています。

東北福祉看護学校に通う職員の皆さんに
期待することは。

働きながら国家試験に合格することは、とても大変なことです。
でも、ぜひ1年目で良い結果ができることを期待していますし、その
ためのバックアップは惜しみません。そして、理解してほしい
ことは、「看護師」という資格を取ることが最終目的ではないとい
うこと。資格をとった後、現場でどうあるべきかをしっかり考えて
いってほしいと思います。当院では日常的に学習を推奨してい
ますので、eラーニングなどを活用しながら、継続的に学びを深めて
スキルアップしていくことを期待しています。

周囲のバックアップが
力になる

日下幸子さん (30代)



私には幼稚園に通う2人の子どもがいます。正直、このタイ
ミングでの進学は厳しいものでした。でも、現場で自分の勉強
不足を感じる機会が増えたり、周りで進学をしている先輩た
ちをみているうちに、「勉強をしたい!」という思いが強くな
ったのです。

実際に学生になってみると、勉強をする時間を捻出すること
の難しさを痛感しましたが、家族や上司の理解や協力を得て1
年半が過ぎました。昨年看護師に合格した先輩にもいろいろ相
談できるので、プレッシャーも大きいですが安心感もあります。
バックアップしてくれている周囲のすべての人たちの思いを
力にかえて、合格を目指してがんばっていきたいと思います。

学校からの お知らせ掲示板

● 年末年始休校のお知らせ

本校は、12月27日(土)から2015年1月4日(日)まで、お休みをいただいております。この期間は教員・職員とも一斉休校となりますので、お電話も繋がらないことをご了承ください。1月5日(月)から、通常の業務開始となります。

◆本校への入学ご相談につきましては、Eメールでお問い合わせをお願いします。後日、折り返しお電話にてご連絡差し上げます。

【進学相談専用のメールアドレス】
tfns_sodan@tfu-ac.net

【進学相談ダイヤル】
022-207-8810

● 放送大学のwebシステムを活用しましょう!

看護師国家試験学習支援ツール

放送大学の看護師国家試験学習支援ツール教材は、インターネット公開されており、放送大学在籍学生は活用することができます。過去問題を解き、さらに自発的・発展的に学ぶための契機として活用してください。放送大学の学生番号と西暦の生年月日でログイン可能です。放送大学に在籍していない学生は、学生用アカウントがありますので、学校に問い合わせてください。

◆次のアドレスから閲覧可能です。
【パソコン用URL】
<https://nurse.ouj.ac.jp/pc>
【携帯電話・スマートフォンURL】
<https://nurse.ouj.ac.jp/m/>



スケジュール



1年生【学籍番号が“14”で始まる学生】

教育課程

①後期単位認定試験

2015年
1月10日(土)・11日(日)

②「精神看護学」臨地実習後面接授業

【日程】

2015年
2月6日(金)・7日(土)
2月14日(土)・15日(日)
2月21日(土)・22日(日)

【留意点】

病院見学実習についてGW(グループワーク)がありますので、実習内容は忘れずに出席してください。

③紙上事例学習会

2015年
2月23日(月)：成人・老年・小児看護学
3月20日(金)：在宅・母性・看護の統合と実践

2年生【学籍番号が“14以外”で始まる学生】

国家試験対策

①第3回看護師国家試験模擬試験 (東京アカデミー 仙台校)

2015年
● A日程：1月5日(月)
● B日程：1月6日(火)
● C日程：1月7日(水) のいずれか

(東京アカデミー 青森・秋田・札幌・新潟・大宮・池袋校)

2015年
1月11日(日)

②看護師国家試験対策講座 (さわ研究所『最終兵器講座』)

2015年
日程：1月24日(土)・25日(日)
場所：東北福祉大学ステーションキャンパス館 S500教室

③第4回看護師国家試験対策講座 (東北福祉看護学校)

合格圏にもう一歩の方の直前対策講座です。

2015年
日程：1月28日(水) 10:00~17:00
1月29日(木) 9:00~16:00
1月30日(金) 9:00~16:00

場所：東北福祉大学ステーションキャンパス館 S700教室

その他

●卒業式

2015年
3月12日(木)

●第104回看護師国家試験合格発表

2015年
3月25日(水) 14:00