

一発合格『逆算式カレンダー』

常に海馬を喜ばせよ！

覚えるのは1問につき1個

100の曖昧より10の確実

日	月	火	水	木	金	土
①	11/		①			
12	13	14	15	16	17	18
②			②			
19	20	21	22	23	24	25
③			③		12/	
26	27	28	29	30	1	2
④			④			
3	4	5	6	7	8	9
⑤			⑤	模擬		
10	11	12	13	14	15	16
⑥			⑥			
17	18	19	20	21	22	23
⑦			⑦			
24	25	26	27	28	29	30
⑧	1/	正月特訓				
31	1	2	3	4	5	6
⑨			先輩			模擬
7	8	9	10	11	12	13
⑩			⑩			
14	15	16	17	18	19	20
⑪			⑩			5点
21	22	23	24	25	26	27
本番						
28						

①3軍問題の攻略:コミュニケーション技術/生活支援技術/介護過程は3軍科目→3軍問題の出題多い!

※3軍問題は、正解・不正解の理由が自分の口で明確に説明できるようにしておくこと。曖昧は✗

②3軍科目の中の2軍問題攻略Part1:介護過程…インテーク/アセスメント/モニタリング/主観的情報/客観的情報/SOAP方式

※カタカナ用語の意味をよく理解して海馬に入れること!

③3軍科目の中の2軍問題攻略Part2:コミュ技術…質問の開閉/バーステック原則/構音障害/運動性失語/感覚性失語/老人性難聴
人間関係とコミュ…自己覚知/自己開示/言語・非言語コミュ/共感/チームマネジメント

④3軍科目の中の2軍問題攻略Part3:生活支援技術…障害者マーク/福祉用具/洗濯マーク/生活環境整備/睡眠/終末期/死後対応

※福祉用具はさまざまあるので国試ナビで名前とイラストを記憶!睡眠と終末期はこころとからだでも出題される!

⑤2軍科目4科目同時勉強法Part1:こころとからだ/発達と老化/障害/生活支援技術=どこが・どうなると・何が出て・どうすればいい?

本番形式模擬試験ゼミ(1回目)→目標:問題を解くペース配分に慣れる。点数で一喜一憂は不要!

⑥4科目同時勉強法Part2:疾病・障害…便秘/脳卒中/高次脳機能障害/パーキンソン病/脊髄小脳変性症/脊髄損傷/変形性膝関節症

ALS/骨折/関節リウマチ/心不全/COPD/ノロウイルス/尿失禁/腎不全/糖尿病/脳性麻痺/統合失調症/知的障害/自閉症/ADHD/LD

⑦4科目同時勉強法Part2:疾病・障害以外…適応機制/記憶・知能/ライチャード/キューブラーロス/上田敏/嚙下プロセス/ボディーメカニクス

レム睡眠/専門職の業務内容/終末期のカタカナ用語(32回107参照)/障害者差別解消法

⑧認知症…7大疾患(アルツ/血管/レビー/前頭側頭/慢性硬膜下/正常圧/クロイツ)/BPSD/認知症ケア(ナビP181)/地域支援(ナビP183)

正月特訓講座…「医療的ケアで最低2点取る技」「社会の理解で取りやすい問題伝授」「総合問題の長文読み方テクニック」を扱う必須講座

⑨尊厳と自立/介護の基本…福祉のカタカナ用語/虐待防止法/育児・介護休業法/社福士介福士法/ICF

本番形式模擬試験ゼミ(2回目)→目標:3軍科目9割、2軍科目6割、1軍科目3割で、125点中80点取る!

⑩1軍科目の攻略:社会の理解…社会保険/介護保険法/障害者総合支援法/共生型サービス/4つの助

※社会の理解の1軍問題をこの回で扱う。2軍問題は正月特訓講座で扱う(←得点しやすいのでゲット!)

⑪総合問題…長文読解テクニック/よく出る疾病・障害/介護保険サービス/障害者総合支援法サービス

直前5点アップ講座…第36回国試に“絶対出る”予想問題を一挙公開!前日にやることで海馬に記憶され、当日的中問題続出!!

※医療的ケアは、正月特訓の「医療的ケアで最低2点取る技」にて扱います。

◆10年分の過去問より出題数の多い項目を上に掲げた。緑色で書かれている項目はYouTube動画有。視聴必須!!

◆YouTube『てっちゃん先生☆の介護福祉士一発合格チャンネル』で検索を!