

ニュースレターを発行して、皆さんの受験を応援します！

卒論の執筆、お疲れ様でした。ここからさらに集中して取り組みたいですね！頑張る皆さんを応援するため、先生方からの激励メッセージや科目のワンポイントアドバイス、卒業生の合格体験記、合格直前講座の情報などをお届けします。ぜひご覧ください。（編集担当：横山由香里）



国試応援メッセージ

「試合はまだこれから～Never give up!!～」

社会福祉学部長 保正友子

今、卒業論文の執筆に追われながらも、頭の片隅では国試の勉強をしなければならないと焦りを抱いている人は、多いのではないのでしょうか。国試本番まで残り 2 カ月となりました。まだ 2 カ月もある、もう 2 カ月しかない、皆さん達の気持ちはどちらですか？私は皆さんの年齢の頃、心配性なため、より万全な準備をしなければと逆に焦ってしまっていました。

模擬試験で得点が伸びた人もそうでない人も、この 2 カ月をどのように過ごすかが合否の鍵を握ります。得点が伸びなかった人も、今ならまだ間に合います。得意科目の点数を伸ばし、苦手科目は 1 点でも取れるようにしましょう。ここであきらめてしまったら試合終了です。あきらめずに続けた人にだけ合格の道は開けます。

昔、私は勉強以外のことばかり行っていた大学生活を後悔し、卒業後に大学院修士課程に進学することを決意しました。しかし、勉強を行う習慣ができていなかった私にとって、何時間も机に座っての受験勉強は、苦痛以外の何ものでもありませんでした。頭は痛くなるし、肩が凝る、集中力も途切れてしまう…。そんなとき私の友人は、「今のあなたにとっての仕事は勉強をすることだよ」と励ましてくれました。サークル活動でもアルバイトでもボランティアでもなく、受験勉強ただ一択。くじけそうになった時にはその言葉を思い出しながら、とにかく勉強を続けました。「絶対にあきらめない」と心のなかで何度も繰り返しながら…。その結果、幸運なことに大学院に入学することができました。合格発表時の喜びや達成感は今でも忘れられません。

その後、私は大学院を修了して病院の医療ソーシャルワーカーになってから、社会福祉士資格を取りました。しかし、働きながら受験勉強をするのは本当に大変で、学生時代に受験して資格を取得しておけばよかったと痛感したのです。

今、皆さん達が行っている勉強は、苦しいことが多いかもしれませんね。でも、今の勉強は必ずその先の人生につながっていきます。自分の人生の扉を開けるのは自分自身、そして、残りの 2 カ月をどのように過ごすのかも自分次第です。絶対に合格したい人は、受験勉強一択で邁進しましょう。その先には、素晴らしい景色が広がっています。試合はまだこれからです。皆さん達に明るい春が訪れるよう、心から応援しています。Never give up!!

集中できていますか？

スマホとの付き合い方、模試を受ける意味について考えてみましょう。

① スマホとの付き合い方

ついつい手に取ってしまうスマホ。皆さんは誘惑に負けず勉強できていますか？本番は集中力やスピード感も求められます。スマホを片手に勉強している人は、スマホとの付き合い方を見直しましょう。

方法① スマホに触らない環境を作る

簡単に取りえない場所に置く、誰かに預かってもらう、電源をオフにするなど。物理的にスマホに触れない状態を作りましょう。

方法② アプリの再考

その1) 削除する

必要性が低いのにについつい使ってしまうアプリ（ゲームなど）があれば、削除を検討しましょう。データが消えるのは嫌だという人は、アプリを非表示にする方法もあります。

その2) 活用する

最近は、スマホ依存対策アプリも出ています。1日の使用時間の上限を超えるとロックがかかるアプリや、スマホを放置すると良いことが起こるアプリなど使うという方法もあります。



方法③ 使う時間と使わない時間を決める

たまには息抜きも必要ですね。スマホを見て休憩する人も多いと思います。思った以上に休憩が長引いてしまった、ということがないように、時間をしっかり管理しましょう。

方法④ 周りに理解を求める

LINEなどの「ひとこと」欄に「試験勉強頑張ります。返信が遅れます。」などと表示している人もいます。レスポンスができずに心苦しくてスマホを触ってしまう人は、予め周りに理解を求める方法もありますね。

落ちた時に「スマホやSNSが原因で…」というのはあまりにも残念です。これまでの頑張りを無駄にしないためにもスマホと上手に付き合しましょう。



② 模試を受ける意味

「点数が低いとショックだから模試を受けたくない…」という声をしばしば耳にします。もちろん点数は実力を確認する大事な指標ですが、点数に一喜一憂しないでください。模試は本番ではなく、あくまでも「練習」です。自分の苦手分野や、間違えやすいポイント、暗記できていなかった用語などを確認する機会として活用しましょう。「受けっぱなし」では意味がありません。解答・解説を確認し、必ず復習しましょう。



国家試験ワンポイントアドバイス

「社会福祉調査の基礎」、この問題が出る！

末盛 慶

とあるところのとある風景・・・

- A「先生、社士の勉強がなかなか進みません！」
B「そうだね。けど社士は4年間の学びの集大成の1つ。生活の中で役に立つ知識も結構あるし何よりきみたちが社会福祉について学んでいること自体が素晴らしいことで社会全体の幸せにつながっていくんだよ」
A「社会福祉調査の基礎っていう科目、ちょっと取り組み始めたんですけど、さっぱりわかりません！」
B「社会福祉調査の基礎は、「縦断調査」「サンプリング」「ダブルバーレル」「代表値」「観察法」「KJ法」とか日常で使わない用語が多いよね」
A「じゃ先生、試験に出るところを教えてください！」
B「社士対策では全部取り組む必要はないんだ。各科目の頻出分野をしっかりとおさえることが何より大切なんだ。社会福祉調査の基礎の頻出テーマを以下みていこう。」



社会福祉調査の基礎は、①社会調査の倫理（個人情報保護等）、②調査デザイン（横断調査、縦断調査等）、③抽出方法（無作為抽出法、有意抽出法等）、④調査方法（郵送調査法、訪問調査法等）、⑤質問紙の作り方（ダブルバーレル、キャリーオーバー効果等）、⑥量的データの分析法（平均値、中央値、標準偏差、クロス集計、相関分析等）、⑦質的方法の調査法（観察法、インタビュー法、ドキュメント法、アクションリサーチ等）、⑧質的データの分析法（KJ法、グラウンデッドセオリーアプローチ等）が頻出テーマになる。上記の項目の過去問に取り組み解説を読んだり、テキストを読んだりするところから始めてみよう。地道に進めていくと徐々に「ここが出題されるのか」ということがつかめてくると思います。

勉強の進め方ですが、個人で進めてもいいですしグループで進めていくのも1つです。友達に「ちょっと一緒にやってみない？」とLINEとかで連絡してみましょう。友達と曜日と時間を決めて大学やzoomを使って一緒に勉強してみるのも1つです。開始時間や休憩時間を友だちと決めてやると結構勉強できます（休憩時間に好きなお菓子を食べてもOK☆）。コツコツと地道に進めていくと良い景色を見ることができると思います。応援してます♪



— 心理学と心理的支援 —

1年生の前期で心理学を学んで以降、触れる機会のなかった用語が多くあり、馴染みがないということで難しく感じてしまうかもしれません。(ちなみに、繰り返し触れるだけで、よいものと感じるようになることを単純接触効果・ザイアンス効果といいます)。しかし、試験では、あまり時間をかけずに解答でき、用語の意味を知っているだけで正解が分かる問題が多く、高得点がねらえる科目です。(用語を知らなくても、漢字の意味を考えたら選択肢が絞れることも結構あります。)

勉強のポイント

①心理学と心理的支援は、知覚・認知、記憶、学習、集団・社会、発達、ストレスや心理臨床、心理アセスメント、心理療法といった幅広い範囲から出題されます。まずは、広く用語をみておくといいでしょう。

②試験時間中にどれだけ思い出せるかということが大事になります。覚える(符号化・記銘といいます)状況と思い出す(検索・再生・想起といいます)状況が同じほうが思い出しやすくなりますので、試験とできるだけ似た環境で勉強するといいでしょう。また、意味を考えたり、自身の日常と関連づけたりするほど、記憶の成績は良くなります。

③心理学と心理的支援の設問は全体像の把握や概念の理解を問われるというよりも、細かい知識に関わるものが中心です。そのため、例えば穴埋め文のようにして用語を覚えていくという方法が有効でしょう。

④心理学は自分に関係することですので、自分自身に引き付けて考えると理解しやすくなります。また、現実的な状況例で用語の意味を聞く問題も出ます。

★試験勉強しないといけないのに、ついつい長時間、動画を見てしまった。でも、息抜きも勉強には必要だと考えた。→認知的不協和理論

★試験が不安で、友達と一緒に勉強したい→アタッチメント(不安や恐怖を感じた時に特定の人のそばにいたりすることで安心を回復する)

★模擬試験の点数がよかったのはたまたま?それとも努力したから?→統制の所在、原因帰属理論

⑤心理臨床については、それぞれの技法にかなり多様性があり、ある技法では良いとされるものが、他の技法ではNGとされることがあります。そのため、事例問題については迷うような選択肢はあまりなく、明らかに違う選択肢が多くあります。

児童・家庭福祉の対策

堀場 純矢

児童・家庭福祉の傾向・対策としては、関連する参考書などにもあるとおり、例年、児童福祉に関する制度の歴史、子どもの権利条約、児童福祉法、児童養護施設、子ども虐待対応、児童相談所などに関する内容が多く出ます。その他、母子保健や児童福祉に関する著名人(石井十次氏、山室軍平氏など)も重要です。

2024 年度から変わった試験の全体の傾向としては、直近の制度改正(意見表明等支援事業、こども基本法、女性支援新法)に伴うものや、基礎自治体における虐待・DV 事例への対応を問うものが軸であったため、特に試験前数年以内の法改正間内容や、自治体による困難事例への対応についても想定しておくことが求められます。また、今回出されませんが、出題記述で示されている児童・家庭福祉の歴史や子どもの権利条約、児童・家庭の生活実態とそれを取り巻く社会環境(国の統計データを含む)、少子化対策、虐待事例における児童相談所の役割及び関係機関との連携などについても押さえておく必要があります。

ただし、過去問や模擬問題を通して、自分で問題の傾向を掴むことが重要です。わからなくても、まずは過去問(ただし、制度が変わっているため過去数年間に絞る)や模擬問題を解き、わからないところを各科目の要点をまとめたワークブックや最新の福祉小六法で調べることの繰り返しが効率的な勉強方法です。以下、勉強方法などを紹介します。

- ① 参考書等の購入は、各科目の要点をまとめたワークブックと最新の福祉小六法のみとし、それを辞書代わりに使う。
- ② 過去問(数年以内)と模擬問題(4～5 パターン+学内模擬試験の数回分)を繰り返し行い、間違えたところを①をもとに調べることのこの繰り返しが効率的。
- ③ その時々の時流に乗ったテーマや政策課題に関する内容をしっかりと押さえる(例:児童福祉法や児童虐待防止法改正の内容など)。
- ④ 短文事例問題は、設問や事例をきちんと読み、取りこぼさないよう気を付ける。また、設問は法律等の細かい内容が問われる場合があるため、その点にも留意する(現場での実際の対応とは異なる場合がある)。
- ⑤ 国家試験直前の対策としては1週間前に、②を7回分、1日、図書館の自習室などで、試験と同じ時間帯にそれぞれ7パターン、マークシート形式でやってみる。これを見ると、これまでの振り返りと知識の整理になるとともに、時間配分のペースもわかり、安心できる。

上記の他、勉強の息抜きもかねて、児童福祉に関する下記の映画やマンガ、YouTube にある関連動画を合間に見ると、歴史上の人物や現場の実態と法制度の運用に関する具体的なイメージができると思います。

★児童福祉の歴史や人物を取り上げた映画(すべて山田火砂子監督作品)

- ・映画「石井のおとうさん、ありがとう」松平健主演、2005 年(大学図書館にあります)
岡山孤児院を創設した石井十次だけでなく、彼を支えた妻、大原孫三郎や山室軍平(救世軍)なども登場
- ・映画「筆子・その愛-天使のピアノ-」常盤貴子主演、2006 年
日本初の知的障害児施設「滝乃川学園」を創設した石井亮一の妻・筆子の物語
- ・映画「大地の詩 留岡幸助物語」村上弘明主演、2011 年(YouTube に予告動画があります)
北海道家庭学校の創始者で、児童自立支援に奔走した人物・留岡幸助の人生を描いたドラマ

☆児童相談所、児童養護施設、子ども虐待の対応、司法福祉(家庭裁判所・少年院など)を学べるマンガ

- ・押川剛(2024)『それでも親を愛する子どもたち』1～2 巻、新潮社
- ・夾竹桃ジン(2011)『ちいさいひと:青葉児童相談所物語』小学館(大学図書館にあります)
増え続ける児童虐待。子どもたちの幸せのため、駆け出し児童福祉司の相川健太は今日も奮闘する!
- ・曾根富美子(2010)『子どもたち! :今そこにある暴力』ぶんか社(大学図書館にあります)
性虐待を受け、粉々に壊れた心と身体でたどり着いたのは児童養護施設・光学園。奪われた自尊心を取り戻そうと必死に戦う子どもたちの真のドラマ。
- ・毛利甚八(1996～2003)『家裁の人』小学館(大学図書館にあります)

先輩方の合格体験記

人間福祉専修 鈴木 健生さん

苦手科目の克服法

社会福祉士国家試験は何と言っても科目数が多い上に覚えることも多い。身近でないと思える科目ほど苦手意識を持ちやすいかなと思います。そういった苦手科目の克服方法として、私が提案するのはキーワードを結び付けて覚える方法です。

例えば、個人と社会の関係は共生的な相互依存関係であるとし、援助者は媒介者としての重要な役割があることを強調した「相互作用モデル」を提唱したシュワルツ. w.。キーワードは「相互作用」と、シュワルツの「ワルツ」です。ダンスのワルツをイメージしてください。ワルツは二人一組で相互に作用しあって成り立っている、社交ダンスのイメージができるかなと思います。年代と政策の場合も同じです。1989年に策定された、ゴールドプラン。キーワードは「89」と「ゴールド」です。89、語呂合わせふうに読むとハクとなります。ゴールドとハク、イメージは金箔です。

こういった覚え方をするよりも、あくまで理解して記憶できるならば、それが一番かなと思います。どうしても理解できないと感じたら、このキーワードを結び付けて覚えるやり方で克服するのもありかなと思います。提案させていただきました。

試験二ヶ月前に取り組んだこと

試験二ヶ月前、特にこの年末年始に取り組んだこととして、私はレビューブックだったのですが、3周でも4周でも繰り返し確実に覚えたと自信を持って言えるまで参考書をやりこみました。加えて、その知識を試す場として過去問の問題を解いていました。年末年始、外へお出かけすることもあるかなと思います。どこへ行くにも、参考書、勉強に取り組む用意を持っていけると、良いと思います。

後輩へのエール

社会福祉士国家試験はとにかくしっかり勉強すれば、実力となって当日の結果につながる試験であると感じています。私自身、覚えることが苦手で、暗記科目と言われる科目はかなりダメでした。同じように覚えることに苦手意識を感じている学生さんでも、とにかく自分に合うやり方を見つけて、納得いくまでやりければ大丈夫です。残りの二ヶ月間でどこまでしっかり勉強できるかが勝負です。ぜひ、まだまだ諦めず頑張ってみてください。心より応援しております。





聞き手 山崎

どんな勉強方法をしてましたか？

ちょこちょこ過去問はやってて、問題文の違うところを過去問に書き込んでたりしてました。過去問解いて、苦手なところがだんだん分かってきて、それをノートにまとめることをしてました。

5年分ぐらいの過去問の科目の点数をつけていってて、何回もやると上がっていくじゃないですか。それをみてよしよし！みたいな。

あと、模試が実習の次の日だったので、実習行くまでの電車の中で赤丸ふくしちょっと見てました。



先輩

山崎愛梨

2022年度卒

直前はどんなふうに過ごしてましたか？

11月はずっと卒論。提出期限までずっとやってて。その後、ずっと大学図書館に行っていました。家でできないんで。家にはいろいろと誘惑があるんで…大学に行くことで、強制的に体動かして机に向かっていました。

直前は、実家に帰ったら、家事もしなくていいし、勉強に全集中できると覚悟を決めて、2～3週間だけど、実家に帰りました。ごはんとお風呂以外は机にいるみたいな生活でしたよ！

朝は毎日8時に友達と3人でZoomしてて。夜につながったらずっと喋っちゃうし、長くなるし、試験が朝だしてことで。昨日何したよとか、分かんなかったところがあったら、それを教えあって。それから勉強して。一緒にやってた3人とも受かりました！

最後は模試とか解き直すけど、繰り返しやってから大体合格点いくので、何とかいけるかなみたいな感じになって

アルバイトはどうしてましたか？

バイトは店長に1月は出れないですって言って。そこでやめるならそれでもいいやって思ってたんで。

バイトの入れ替わりが激しい時期だったので、できるだけ教えてから帰ってました。

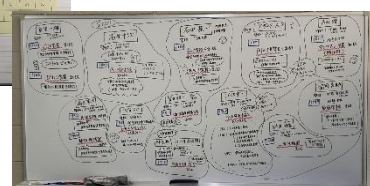
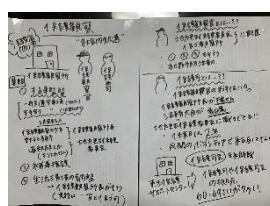
人が足りなかったんで、試験終わってからちょっとだけ入ってました。

<勉強方法 ちょっと紹介>

①視覚的に覚える。書いて覚える派だから、付箋にでっかく書いて覚える。

②2人でホワイトボードでまとめ、覚え方のごろ合わせも考える。

③リビング一人で壁に紙を貼って一人でしゃべって授業。



◆勉強スペースのご紹介◆

日本福祉大学 美浜事務室

12月	日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5	6
教室		1232 教室 ※4限から可	1241 教室 ※4限から可	1232 教室 ※4限から可	1232 教室	1241 教室	
	7	8	9	10	11	12	13
教室		1241 教室	1241 教室 ※4限から可	1232 教室 ※4限から可	1232 教室	1241 教室	
	14	15	16	17	18	19	20
教室		1241 教室	1241 教室 ※4限から可	1232 教室 ※4限から可	1232 教室	1241 教室	
	21	22	23	24	25	26	27
教室		1241 教室	1241 教室 ※4限から可	1232 教室 ※4限から可	1241 教室	1232 教室 ※1・2限のみ可	
	28	29	30	31			
教室	キャンパス閉鎖期間						

■ゼミ棟 A110～116 も利用可

■12月8日、15日、22日は5限以降のみ、利用可！

■名古屋キャンパスの図書館なども活用できます。

今後の国試対策プログラム

7ステップで!		2026年2月の試験で合格を目指そう!				
	講座名／模試名	日 時	開催方法	講師	教材配布	
1	講座① 合格勉強法＋試験対策 (仮)	8/3日、21日、22日 時間 12:00～16:30	会場： 美浜キャンパス (2週間の見逃し配信)	飯塚 慶子	当日会場にて 配布	
2	模試① 福祉教育カレッジ	実施済み				
3	模試② 中央法規模試					
4	講座② 中央法規模試解説講座 (仮)	11/30日 時間 9:20～17:15	Zoom ライブ配信 (1週間の見逃し配信)	飯塚 慶子	事前に 美浜キャンパス にて配布 ※1	
5	模試③ 赤マル福祉模試	12/21日 社会福祉士 時間 9:30～15:30	会場： 美浜キャンパス	—	—	
6	講座③ 年末年始総まとめ講座	12/26日 時間 10:00～ 2026.1/5日 時間 10:00まで	オンデマンド	飯塚 慶子	事前に 美浜キャンパス にて配布 ※1	
7	講座④ 重要ポイント最終 チェック講座	2026.1/12日 日曜 時間 9:00～15:30	Zoom ライブ配信 (1週間の見逃し配信)	海老澤 浩史	自宅に郵送 ※2 (nfu.jpに登録の 自宅住所に送付)	

※1:教材配布の場所の詳細は追って美浜事務室よりご連絡いたします。 ※2:自宅住所が変わっている場合は、「nfu.jp-個人設定」から住所を変更してください。

※上記に加えて、通学性が有料(格安!)で受講できるNFUライセンススクールの講座も用意しています!詳細は1月直前対策講座のチラシと掲示版をご覧ください!