

四年生にインタビュー ～我流!CBT/OSCEの切り抜け方～

医学科の四年生は、臨床実習前の共用試験として、CBT（知識・問題解決能力）・OSCE（態度・診察技能）を受験することになっています。

今回は、CBTとOSCEを終えたばかりの四年生二人に、インタビューしてみました



編集長 金好智子 (学友会 広報部)
編集部 長崎大学医学部ぐびろが丘編集部
長崎医学同窓会
〒852-8523 長崎市坂本1丁目12番4号
☎095-848-5484
E-mail: ryojun_do@ml.nagasaki-u.ac.jp
印刷 株式会社インテックス

〔記者(以下、記)〕お疲れさまでした、今日はよろしくお願ひします

〔花子(以下、花)・太郎(以下、太)〕ありがとうございます。

〔記〕では早速質問させていただきます。

①いつ頃から勉強を始めましたか？

〔太〕9/14からやりました！

〔花〕私は、要領がよくない自覚があるので(笑)がつつり始めたのは夏休み(八月半ば)ですが、四月ぐらいいからパラパラ見はじめました。

〔OSCE〕授業で友達と真面目にやっていたので、本番2日前から友達と家に集まったりして練習しました。

〔花〕動画を一週間前から流し見しながらシミュレーションして、三日前からいかにシミュレーション室が開いてからは友達と集まって練習しました。

②どうやって勉強しましたか？

〔太〕下級生の頃から部活と勉強に魂を捧げており、試験も大体再試験で拾ってきた勢だったので、いきなりQBを解くと、解説を理解したり覚えるのに周りの人の2倍3倍の時間がかかったため、どの分野もまずは動画で雰囲気をつかみ、QBを解きました！

〔花〕まず、QBを解いてみて、

自分の至らなさに絶望したあと(笑)、動画や病みえをじっくり見ながら、レビューブックのメジャー科を活用しつつ暗記にいそしみました。暗記しつつ問題を解いていき、問題の解説や自分が間違えた部分で覚えるべきところをYouTubeやノートを活用してまとめて、ひたすら繰り返す作業をしました。問題も解いていきながら、周囲の知識も入れていくタイプなので、苦手なところは何周もしました。

〔OSCE〕マニアルを参考に何度も通して練習して、できていないところを友人と指摘し合いました。同じです。また、シミュレーション室や総論の授業も活用しました。

③動画や参考書はどのようなものを使用しましたか？

〔太〕メディックメディアのQuestion(CBT対策のみ)とQB(クエスチョンバンク)を利用しました。後は、『病気がみえる』を用いて知識を整理していました。

〔花〕おなじくQuestionとQBです。知識の整理や理解には『病気がみえる』を使用しました。また、暗記や統合のために『レビューブック』の内科・外科を(印がついていないところ)見ていました。あとは自分でなんとなくまとめたノートです。

〔OSCE〕ラックスに上がって見ると動画は3回ほど見ま

まつていて勉強しやすかったです。

〔太〕とにかく友人と一緒に指摘し合いながら練習するのが頭に入りやすかったです。

④模試などは受けましたか？

〔太〕メディックメディアの模試を1週間前にCBT室の開放に合わせて受験しました。

〔花〕約一か月前・二週間前・一週間前の3つ受けましたが、2つでよかったです。

〔OSCE〕時間配分や体力、脳みその持久力(?)の確認のために同じ時間割で受けることを意識しました。直前に難しい模試を受けるとメンタルにきますので、そのあたりのバランスも考えるべきだったなと思っています。

⑤これは良かったと思ったことは？

〔太〕VO2maxを2周目する際に、同じ分野を2回も併せて一緒に解くことで時間の短縮と知識の整理がしやすかったと思います。

〔花〕QBや模試の解説が詳しくだったので、正解の選択肢以外の部分も覚えるようにしたのが役に立ったと思います。また、個人的にはレビューブックがま

取れたのではないかと思います。後は、長崎大学内だけでなく、全国的に自粛期間中にCBTや国試の勉強を進める学生が多かった印象です。

⑥逆に、これはやらかしたー!と思ったことはありますか？

〔太〕CBT3日前位に意味わからなくらいメンタルがやられて、1日中アマゾンプライムで映画見てしまいました。こんなことしていたら絶対落ちるってより一層自分のメンタルがやられたので、現実逃避したくなって勉強すべきだったと思います。

〔花〕ちよっと早くに始め過ぎたかとも思いました。直前期のエンジンがかかりにくくなり、それが不安要素になった部分がありました。また、対策のところで暗記について偉そうに語ってはいませんが、まとめるだけまとめて…みたいなところが沢山残っていました。

⑦今回はコロナ禍での受験となりましたが、何か変わった点がありますか？

〔太〕コロナの影響によって授業がオンラインになったりすることも多かったのと、オンラインの授業がかなり早く終わったりすることがあったので、例年よりCBT対策に時間が

取れたのではないかと思います。後は、長崎大学内だけでなく、全国的に自粛期間中にCBTや国試の勉強を進める学生が多かった印象です。

⑧前日や当日に心がけたことは？

〔太〕とにかく寝坊しないことを意識しました。当日はとてもしんどい感じがして100%落ちたと思っていたのですが、とにかく投げ出さずにやることを意識しました。

⑨これから受験する人にアドバイスをお願いします！

〔太〕私も先輩に言われた時は言っていないのですが、普通なやつで受かるやつで目指す到達点によってCBTにかかる時間は変わってくると思うので、早めに計画を立てた方がよいと思います。

〔花〕本日にその通りでした。そして、計画を立てて何かを書き出す(表を作る)などが効率よく、もれなく勉強するのに大切だと思います(自分の方がうまくやれなかったのを詫言います(笑))

〔OSCE〕練習するにしても、密を回避して練習していました。コロナ禍ならではの配慮はあります。

〔花〕練習するにしても、密を回避して練習していました。コロナ禍ならではの配慮はあります。

〔OSCE〕練習するにしても、密を回避して練習していました。コロナ禍ならではの配慮はあります。

〔花〕練習するにしても、密を回避して練習していました。コロナ禍ならではの配慮はあります。

〔OSCE〕練習するにしても、密を回避して練習していました。コロナ禍ならではの配慮はあります。



少しでも実習のためになるように勉強しようと思っていました。合格自体はできたのですが、まだまだ勉強不足だと思っているので、時間を見つけて勉強していきたいと考えています。私の場合、未だどの病院に行きたいかなどを考えると、得点を取りに行くことを目標に勉強していましたが、最終的にはとりあえず合格させてくださいという境地に達していました。勉強のやり方としては、試験をパスするためだけに、実習やこれからのに向けて、できるだけ理解することを重視しました。目標はある程度達成できましたが、至らない点もたくさん見えてきたので、しっかりと学んでいきたいと思っています。

ありがとうございます！人それぞれ、な部分も共通した部分もありました。まだCBT・OSCEを受験されていない学年の方は一例として参考に、すでにパスされた方は懐かし(?)感じていただければ幸いです。

先生の、こと。

聞き手・医学科5年
山内翠、金好智子



永安武

長崎大学大学院医歯薬学
総合研究科
腫瘍外科学分野教授

●—医師を目指したきっかけを教えてください。

崇高な理想や志があったわけではありませんが、自分は理系だったので、受験が近づき進路について悩む中で、以前に身内が病気で亡くなった時に医療系に興味を持ったことや、周囲に医学部進学者が多く、その影響を受けたことなどが要因かもしれません。理系の学部を考えた時に最終的に選んだのが医学部だったのかなと思います。卒後は、外科医と放射線科で迷ったのですが、説明会の時に、僕の恩師から「永安君の手は綺麗だね、外科医に向いてるね。」と言われ、外科医になると決めました。単純だったのかもしれないね（笑）。

●—医学部時代、どのような学生だったか教えてください。

本当にお酒も遊ぶことも好きな普通の学生でしたね。授業が終わったらサッカーをして、そのまま酒屋で飲んで解散する、今考えたらひどい生活だね（笑）。でも、部活では自分の知らないことを先輩から教えてもらえたことが良かったですね。今考えると世間知らずの人より先に箸をつけてはいけないとか知らないような世間知らずの学生で、本当に社会勉強になりました。アルバイトは飲食業も家庭教師もしましたね。家庭教師では、高校生の時には覚えていたことを忘れてしまっていたことも多く、教えるのは大変でした。どう教えていいかわからない時は、僕が好きな漢

文にある「まず隗より始めよ」という言葉を生徒に教えて、まずは「解」を見てみるのが大事だよと言っていました。答えを見ると教えやすいですからね。悪い家庭教師だね（笑）。

●—現在、第一外科で力を入れていることは何ですか？

これからは移植に加え、再生医療が避けられない時代ですので、肺、気管支など呼吸器系の再生医療研究に力を入れています。それからもう一つ、7年前から文部科学省のプロジェクトで医工連携を軸にした医療機器の開発にも力を入れています。外科医の立場から様々なものを作るのは非常に楽しいですね。薬の臨床試験と同じように器具にも性能試験があり、現場の医師が自分達で評価しフィードバックする、そして保険に収載されればもっと展開できます。例えば、鮫肌腫瘍は長崎大学の特許で全国に展開中です。あとは若い人の教育にも力を入れています。新しい手術機器

●—学生へ一言メッセージをお願いします。

今はコロナ禍にいて大変だと思います。ひよっとすると孤独を味わっている人もいます。医学を志すものとしてはいいことかもしれませんが、最終的に患者さんの治療を判断するのは自分ですので、その孤独に耐えることは大切です。また、研究などで上手くいかなかったときは本心に孤独で、メンタルをやられる人は多いです。それを練習していると、僕も週に2〜3回は心折れています（笑）。心が折れても取捨選択して早く立ち直るのが大事です。

●—医師を目指したきっかけを教えてください。

小学生の頃から医師になろうと思っていました。小学校の作文で書いた気がしますが、その頃は、他の子が「野球選手」と書くようなものだったと思います。医師になりましたという思いが強くなりました。ドラマなどで重要な役として出てくることも多く、非常に大切な仕事なんだなと思っていました。父親は医師ではないのですが、その思いが明確になったのは、父親を亡くした高校2年生の秋でした。父親はスキルス胃癌を発症して2ヶ月で亡くなりました。当時は手術をすることが多かったのですが、その時は手術の意味が分からず、病気が大変だなと感じました。父親を亡くした経験から、消化器内科医を目指して医学部に入学しました。

●—医学部時代、どのような学生だったか教えてください。

小学生生活は、自分としては普通だと思っていましたが、少し不真面目だったかもしれません。卓球部のキャプテンで、丸山や西医も出場して学生生活をエンジョイしていました。今の学生は僕たちの時より忙しいです。自分達の頃は6年生からポリクリで、国家試験の勉強は夏休み前に始めました。大事な内容も、患者さんを治すという分かりやすいものでしたし、ドラマなどで重要な役として出てくることも多く、非常に大切な仕事なんだなと思っていました。父親は医師ではないのですが、その思いが明確になったのは、父親を亡くした高校2年生の秋でした。父親はスキルス胃癌を発症して2ヶ月で亡くなりました。当時は手術をすることが多かったのですが、その時は手術の意味が分からず、病気が大変だなと感じました。父親を亡くした経験から、消化器内科医を目指して医学部に入学しました。

●—医師として働き始めて印象に残っているエピソードを教えてください。

●—現在、検査部で力を入れていることは何ですか？

●—学生へ一言メッセージをお願いします。

●—現在、検査部で力を入れていることは何ですか？

●—学生へ一言メッセージをお願いします。



柳原克紀

長崎大学大学院医歯薬学
総合研究科
病態解析・診断学分野
(臨床検査医学) 教授
長崎大学病院検査部部長
東北大学非常勤講師

●—医師を目指したきっかけを教えてください。

●—医学部時代、どのような学生だったか教えてください。

●—現在、検査部で力を入れていることは何ですか？

●—学生へ一言メッセージをお願いします。



長大祭2020 (10月31日~11月1日)

テーマ:「結~ゆい~」

長大祭の様子



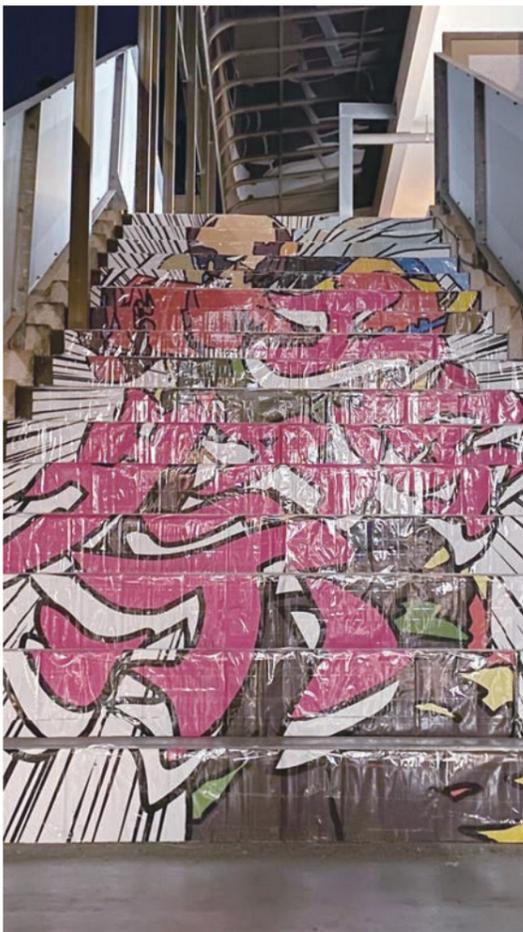
全学美術部作品(撮影三好航平)



リアル脱出ゲーム看板(撮影三好航平)

新型コロナウイルス感染症流行の中、開催が危ぶまれた長大祭ですが、学園祭運営委員会を中心とした感染症対策等の入念な準備により2020年も開催が実現しました。当日は、感染拡大防止の観点から会場のいたるところに様々な対策が講じられていました。飲食を伴うパザールの中止やステージ設置の中止による規模の縮小、屋内イベントでのマスク着用や検温の徹底、3密の回避など、例年とは大きく変わった学園祭となりました。数々のイベントが中止になる中で、引退前最後の舞台を披露できなかった人や、入学してからまだ満足に学校生活を楽しめていない新入生が多い中で、この長大

祭を開催できた意義は非常に大きいものでした。今回の長大祭のテーマである「結~ゆい~」には、「学園祭に参加する学生、教職員、企業の方々が互いに繋がり、長崎大学から情報を発信していくこと」で、長崎県内の活気を取り戻す」という意味が込められているそうです。これは、人とのつながりが制限されてしまう環境に置かれた現在に最も必要なものだったのかもしれないと、この素晴らしいテーマとともに長大祭を盛り上げてくださった長崎大学学園祭運営委員会の方々をはじめ、関係者の皆さんに深く感謝申し上げます。



階段展示(撮影三好航平)



森の雑貨屋さん(撮影三好航平)



ストラップ販売の様子(撮影三好航平)



クレーンゲーム会場(撮影三好航平)



クレーンゲームを楽しむ様子



ダンス部発表の様子



イベント紹介

- ・ 脱出ゲーム
- ・ Mr. & Ms.Contest2020
- ・ ステージ企画
- ・ お化け屋敷
- ・ レンジャーショー
- ・ 突風
- ・ HOPE
- ・ はねもぴあ
- ・ WEIRDO
- ・ ポケモンサークル
- ・ volvicrew
- ・ 全学書道部
- ・ マルチメディア研究会
- ・ 全学美術部
- ・ Jackpot
- ・ 長崎大学吹奏楽部
- ・ N(x)
- ・ 長崎大大学ロボットサークル

長大祭2020 (10月31日~11月1日) テーマ:「結~ゆい~」

【参加者の感想】
医学部医学科3年 武田玲依奈

私は医学部歯学部ダンス部WEIRDの部員として長大祭に参加させていただきました。11月1日のお昼に、1時間ほど中部講堂でダンスを披露させていただきました。参加に際してまず驚いたのは、新型コロナウイルス感染症対策の徹底です。当日の検温や手指消毒、COCOA (COVID-19 Contact App) インストールの確認、入場者の体調や移動履歴を確認するアンケートだけでなく、2週間前からイベント参加者を対象に検温や移動履歴の報告書の提出を義務付けていて、参加する者としても非常に安心感

がありました。またそれと同時に、ここまでして学園祭を開催しようとしてくれる学祭運営委員会の方々の思いに、一体どれほど開催実現のために時間を割き、工夫を凝らしてくださったのだろうかと、胸が熱くなりました。学園祭の醍醐味ともいえる屋台や屋外パフォーマンスはありませんでした。今回の長大祭のテーマ「結~ゆい~」にもあるように、普段はじっくり見きれない他学部の催し物を見たり、なかなか交流できていなかった新入部員と1つの作品を作り上げられたりと、素敵な思い出となりました。関係者の方々に心から感謝申し上げます。



ミスコンPV作成

長大祭の様子 Part2



レンジャーショーリハーサル



立て看板搬入の様子



ぐびろが丘新聞部・部員募集!!

私たちと一緒に記事を書きませんか?

ぐびろが丘新聞部は部員10名で、OBOGの皆様、保護者の皆様に向けて年3回新聞を発行しています。現在はコロナ禍のため記事会議はzoomを用いて行っておりますが、コロナ前は、皆で美味しいものを食べながら行う記事会議は楽しみの一つでした。この楽しみを再び味わえるのがいつになるかは分かりませんが、記事作成にあたり、先生方へインタビューを行ったり、他の部活に取材をしたり、様々な人とのつながりができます。こんな新聞部で一緒に記事を書いてくれる仲間を募集しています!!少しでも興味が湧いたなら、是非お声がけください!

書籍紹介

“死者ゼロの真相”

長崎クルーズ船 新型コロナ災害との激闘

編集：崎長ライト
監修：河野 茂

「死者ゼロの真相」では、クルーズ船コスタ・アトランチカ号で発生した新型コロナウイルスの集団感染が、結果的に死者ゼロに収めることに成功した背景を主に感染制御教育センターのセンター長である泉川公一先生、長崎大学長の河野茂先生の2人の視点から描かれた事実に基づいたフィクションです。クルーズ船の集団感染を受け、全員を検査するための検査体制や陰性者を帰国させるための輸送の整備、重症患者への処置、医療物資の調達など、さまざまな場面で携わった長崎の人々に焦点が当てられており、その活躍を詳細に知ることができます。

With コロナ時代、私は普段テレビや携帯からコロナの情報を得ています。本書からは、普段見ているコロナのニュースのその裏側で、様々な立場の医療従事者が対策や対応に一意奮闘していること、そして医療従事者だけではなく、行政の方々や医療物資を届けてくださる方々の努力があってこそ、コロナの対策、対応がなされているということが、ひしひしと感じられました。

物語として書かれており、医学的知識も必要ないので、低学年の医学生でも読みやすいです。ぜひこの機会に、ご一読されてみてはいかがでしょうか。

ぐびろが丘新聞で書籍紹介をさせていただくということで、河野茂学長からコメントをいただきましたので掲載させていただきます。河野茂学長、ご協力ありがとうございました。

○監修された河野茂学長からのコメント○

こんにちは! 長崎大学人の河野です。

実は、私は学生の頃、ポンペの言葉を講義などで何度も聞かされて「またか…」と思うこともありましたが、今一つ、ピンときませんでした。おそらく、医療現場というものを体感できなかったからでしょう。私と同じような人は今の学生の皆さんの中にも沢山いると思います。

<死者ゼロの真相>の上梓後、幸いに大きな反響があり、沢山感想を頂きました。医療者以外の人からの感想のほとんどが、「新聞やテレビで、病院が大変ということはわかっていましたが、何がどんなふうに変なかわからなかった。でも、<死者ゼロの真相>を読んで、医師や看護師の皆さんが奮闘していることがリアルにわかった」というものでした。つまり、本を通して、現場を体感したということだと思います。

<死者ゼロの真相>は、ポンペの言葉を実践した長崎大学人の事実に基づいた物語です。図書館にもありますので、勉強の合間に読んでもらえたら幸いです。



6年生頑張ってます



コロナの自粛が徐々に緩和されてきましたね。皆さんいかがお過ごしでしょうか。今回は、6年生の大熊・白井が国家試験に向けて勉強している勉強部屋の紹介をしたいと思います！

勉強部屋とは、国家試験の勉強スペースとして6年生に与えられる部屋のことです。全部で9つの部屋があり、そこに約15名ずつ学生が割り振られています。メンバーの決め方は学年によって異なりますが、私たちの学年は友達同士で2~5人の小グループを作り、総代の采配により小グループを組み合わせる形で大グループが作られました。

今年は、フリクラの半分以上がビデオ講義となり、勉強部屋が使えるかどうか不安でしたが、使用規則を6年生で設定し、使わせて頂いています。モチベーションが

低い日こそ、同じ部屋のメンバーと話したり、問題を出し合ったりしてやる気を出しています。部屋によってはメンバーで野球をしたり、サッカーをしたりして、協調性を育てています。

普段は、静かに机に向かう日々ですが、模試の後にみんなで息抜きをしたり、毎朝、部屋仲間が作るコーヒー・旅行先で買って来てくれるお土産やお菓子がやる気の源です！メンターの先生が部屋にリンゴやお菓子の差し入れをしてくださる時は俄然やる気が出ます！

国試まであと約50日。勉強部屋のメンバー、学年全員の合格を信じて、あと少し頑張ります！



勉強中に雪が降りました



メンターの先生による差し入れ

差し入れに来てくださった先生方ありがとうございます！
国家試験頑張ります！！

また新しい試みとして6年生にアンケートを実施したので、その結果を報告します。

ポリクリで一番楽しかった診療科

1. 消化器内科
2. 第二外科、救急
3. 腎臓内科

基礎でお世話になった先生

1. 弦本先生(第二解剖)
2. 蒔田先生(元第一生理)

臨床でお世話になった先生

1. 江口先生(第二外科)
2. 田崎先生(救急)

同級生なら付き合いたい先生

- 女性⇒芦塚先生(形成外科)
男性⇒大坪先生(第一外科)、
福島先生(消化器内科)

パパ・ママになってほしい先生

- パパ⇒今村先生(呼吸器内科)
ママ⇒波多先生(血液内科)

ツンデレだと思える先生

1. 波多先生(血液内科)
2. 池松先生(法医学)
3. 芦澤先生(放射線科)

学生の名前を覚えてくれる先生

1. 江口先生(第二外科)
2. 松本先生(第一解剖)
3. 弦本先生(第二解剖)

先生との思い出のエピソード

試験の日の朝、寝坊したら弦本先生が電話をかけてくれた

懇親会で教授の先生方がほっぺに付箋をつけていたこと

弦本先生に話しかけられて喜んでいたが、よく耳を澄まして聞いてみたら怒られていた

迎先生の回診中の打診が、坂本キャンパスまで聞こえた

江石先生の手術が学生から見ても神技だった

江口先生が自分の名前と部活まで覚えていたこと

授業中に佐伯先生の上腕二頭筋を見たこと

などなど

焼き型がいらないりんごのタルト

〇材料(りんご1個分)

- りんご 1個
- 砂糖 大さじ2
- あんずジャム (お好みのジャムでも代用可)
- タルト生地
 - 強力粉 150g
 - 塩 小さじ1/2
 - 無塩バター 75g
 - 水 60cc

〇作り方

- ①強力粉に室温で柔らかくしたバターを小さく切って加え、フォークや木べらを使ってパン粉の大きさくらいの粒になるまで切り混ぜます。この時、うまく混ぜられなければ手を使ってもいいですが、その場合はバターが溶けてしまわないように素早く混ぜてください。
- ②少しずつ水を加え、混ぜて生地をひとまとまりにします。水は散らすように少しずつ加えてください。水分が多い場所ができると焼きムラの原因になります。
- ③粘り気が出てきたら水を加えるのをやめてください。全体に水がいきわたったらラップに包んでひとまとまりにします。そして、この生地を冷蔵庫で15~20分寝かせます。寝かせる前段階でまだぼろぼろとしても時間を置くことできれいに安定します。
- ④生地を冷蔵庫から取り出したらクッキングペーパーなどで挟んで麺棒でまろく伸ばします。この時一度伸ばしたら90度回転させてから伸ばすようにすると生地がさっくりと仕上がります。3mmくらいの厚さに生地が伸ばせたらそのまま10分ほど休ませてください。
- ⑤生地を休ませている間にりんごを薄切りにします。
- ⑥薄切りにしたりんごをクッキングペーパーの上に置いた生地に並べて、余った生地のふちを内側に織り込みます。こうすることでタルト型を使わずに作るができます。
- ⑦生地で包んだりんごの上に砂糖を大さじ2振りかけて、170度のオーブンで55分焼きます。焼き時間はタルト生地のふちに焼き色がつくまで調整してください
- ⑧焼きあがったタルトに艶出しのジャムを塗ります。お好みのジャムで構いませんが、あんずジャムだとりんごとの酸味のバランスがちょうどいいです。また、焼き上がりにシナモンをかけてもおいしいです。



はじめてのレシピシリーズ

一人暮らしのお料理

簡単な材料で作れるおかし焼き型がいらないりんごのタルト

長期休みや試験期間、夜遅くまで起きていてなんもないけどなんかしたいときってありますよね。そんな時に難しいことを考えずにできる作業としておかしを作ってみませんか？出来上がったら頑張った気分になれて楽しいですよ。

作る時のポイントはタルト生地作りのときにグルテンが出過ぎないように軽く混ぜることを意識するだけです。それ以外は適当でもなんとかなります。気楽に、ぜひ。

