

OGからの応援メッセージ



私はこの時期、友達と2人で毎日公民館で朝から晩まで勉強していました。そのようなことが出来ないとなると、孤立感ですごい不安な気持ちになりますね。でも、1番大切なことは焦らずに規則正しく生活してコツコツやることです。今、勉強を頑張っていたら看護師になった時の自信にもなるので、明るい未来を想像して試験も走り抜けてください。応援しています！

国試が目前となってたくさんの不安があると思います。また、コロナ禍で友達と一緒に勉強出来ないのは本当に心細いと思います。でも、今までやってきたこと、自分を信じて最後まで頑張ってください！応援しています。コロナや風邪など、体調には気をつけて下さいね！

卒業生の皆さんへ。もうすぐ国家試験本番ですね。私も1年前毎日勉強したことを思い出します…。今年はCOVID感染症でみんなで集まって励まし合いながら勉強することができず、1人で頑張って不安も大きかったと思います。でも、実習を乗り越えてきたみなさんならきっと大丈夫です！国家試験前日はしっかり寝て、当日深呼吸して今までの実習や、学生生活、国家試験対策の成果を出せるよう祈っています！あと少し体調管理に気をつけてください！皆さんが笑顔で春を迎えられ、医療現場で活躍されることを願っています！

国家試験を受ける皆さんへ。今年度はコロナ禍で例年と全く違った環境の中での国家試験対策、大変だったと思います。人と会うのを制限されながら、体調にも気を配りながらの勉強は不安だったと思います。そんな大変な状況の中、ここまで頑張った皆さんなので、自信を持って試験に挑んで下さい。試験当日まであとひと踏ん張りです。皆さんが笑顔で春を迎えられるように祈っています。

国試で頑張っている皆さんへ。昨年の2月からコロナで大変でしたね。大学の授業、実習、テスト対策全てにおいて先生方のフォローもありながらも十分にできずにいた部分もあるかもしれません。動きたくても自費で帰省もできず、旅行もできず、気分転換も満足にできずに頑張ってきたと思います。しかし環境は変えられませんが、変えられるのは自分だけです。同じ状況、環境で戦っているのは全国の看護学生も同じです、大丈夫。頑張ってきたことは嘘ではないです、事実です。本気で自分を変えて頑張ってきた人は絶対に合格します。私は学生の時も楽しかったけれど、看護師として患者さん(利用者さん)と関わる楽しさを知りました。患者さん(利用者さん)は看護師になったあなたが頼りです。「来てくれるだけでホッとした」「話ができてスッキリした」「気持ちがお楽になった」と言われることもあります。頑張ってきた看護士になったみんなは誰よりも患者さんや利用者さんから安心される存在です。こんなコロナの中でやってきたんだから絶対大丈夫！油断せずに力いっぱい試験に成果をぶちまけてきてください！！！！またどこかで仲間として出会うことを楽しみにしています！

受験生の皆さん、今はどのようにお過ごしですか？。10年前の今頃、私は毎日必死で勉強をしていました。皆さんもきっと、必死になっていることでしょう。今年度はCOVID-19の影響をたくさん受けたと思います。学校に行けない、実習も制限がある。そんななか、自分自信もCOVID-19から護らないといけない。とてもストレスフルだったと思います。そのようななか、本当に頑張って来られたと思います。あと数週間、ここを乗り越えたら春には一緒に働けますね。とても楽しみにしています。国家試験は緊張すると思います。当日の朝からの姿、行動を具体的に想像しておくこと、安心しますよ。そして、いつもと違うことはしない。これは私自身の体験談ですが、お昼休憩に、普段飲まない栄養剤を飲み、気分が悪くなってしまいました(;-;)慣れているものを口にしてください。また、そろそろ朝方の生活にはなっていますか？人間は、覚えたときの環境と同じ環境であると、思い出しやすいということが、研究で明らかになっています。例えば、水の中で覚えたことは、陸より水の中の方が思い出しやすい。これは、極端な例ですが、国家試験の時間に合わせて勉強をした方が、当日、力を発揮しやすいということです。生活リズムを整え、免疫力もあげて力を発揮してきてください(^^)

受験生のみなさんへ。国家試験まであともう少しですね！みなさん自分なりにしっかり勉強してきたと思います。焦りはほどほどに、今からはしっかり睡眠のことを忘れないようにしてください。新型コロナウイルスという未知の感染症に振り回された1年だったと思います。ただでさえ大変な看護学生の1年間なのに、みなさんほんとに頑張ったと思います！！国試の後は現場が待っています。期待も不安もあるでしょう。もちろん大変なこともありますが、それでも頑張れるくらい嬉しい言葉ももらえたり、自分で自分の成長を感じることが出来ます。みなさんにもこの喜びを味わってもらいたい(^^)自分の理想のナースになるためにあと少し、頑張ってください！！現場で待っています！！

受験生の皆さんへ。こんな大変なご時世の中看護師になる夢を諦めずに頑張ってくれてありがとう。1人で勉強するのはきつと心細かったり辛いこともたくさんあるかもしれないけれど、入職できても辛いことも沢山あるかもしれないけど、今の経験は絶対に自分の経験や糧になると信じて頑張ってください。春にはコロナも少しは落ち着いて、みんな今より笑顔になれると祈っています。

国試を控えた皆様、年が明けていよいよ国家試験の日が近づいていますね！特に今年は、勉強以外にも体調面の心配もあると思いますが、まずここまで頑張ってきた自分を褒めてあげて、ラストスパート全力で駆け上がってください！国試当日は、自分を信じて！！頑張ってください！！心から園田の皆様を合格を祈っています！！絶対大丈夫！！

4年生の皆さん、コロナで不安が募る中毎日勉強お疲れ様です。あとひと月もない中で勉強詰りになっていたり、国試とコロナと不安や焦りがある中で中々精神的にも不安定な状況が続いていると思いますが、焦った時こそこれまでの自分の出来たことを振り返り、学んで成長した自分を褒めながらまた勉強を頑張ろうと切り替えていくと良いと思います。私自身、去年の今頃は日々勉強詰りで毎日不安と戦っていました。だから皆さんの気持ちにはとても共感出来ます。しかし乗り越えれば、様々な場所で皆さんの活躍を楽しみに待っている人がいます。まだまだ私も新人で成長段階ですが、今勉強していることは無駄にはなりません。むしろ今後働く上で助けになるし、より深く学んで成長していくために必要な基礎知識になると思います。だからこそ最後まで走り抜けて出来るとここまで沢山の知識を深めて下さい！周りの皆も不安で、けれども日々一緒に頑張る仲間がいることを忘れずに皆さんで国試を乗り越えてください。皆さんの合格をお祈りして、日々応援しています！コロナだけでなく体調管理には気をつけて本番に臨んで下さい！

在校生の皆さんへ。もうすぐ国家試験ですね。今年はコロナウイルスの影響で友達と一緒に勉強したり教えあったりすることが難しくなっていると思います。焦りや不安も試験日が近づいてくるほど出てくると思いますが、それは他の受験生も同じなので自分一人じゃないことを忘れないうでください。これまで学習してきた成果を発揮できますように！応援しています。

4年生のみなさん！毎日お疲れ様です！国試まであと残りわずかですね、、、今の時期、本当に毎日しんどくて不安だと思っています。私もそうでした。暑くも、今年はコロナの影響で、なかなかみんなで集まって勉強ができない状況にあると聞きました。本当に大変だと思っています。でも大丈夫！今まで自分自身でやってきたことは決して無駄なことなんて1つもないし、ちゃんと勉強したところが出ます！あとは、これまで共に厳しい試験・実習を乗り越えてきた仲間と最後まで励まし合って、国試までの残された時間を大切にしてください！88人全員が当日元気で試験が受けられるようにと、全員合格を祈っています！！

国家試験を受ける皆さんへ。今年度は、COVID-19の影響により国家試験対策においても感染対策に配慮しながら取り組まれてきたことと思います。みんなで同じ空間で勉強することが難しい状況が、孤独に勉強できる自分をつくることになり、このことが焦りや不安を跳ね返す力にもつながっていると思います。これまでの積み重ねが最大限に発揮できみなさんが合格できるよう応援しております。

コロナのため実習もなかなか思うように行かず大変だったと思います。お疲れ様です。勉強し辛い状況だと思いますが、あともう少しです！当日は今までの頑張りが発揮できるよう落ち着いて頑張ってください。応援しています！

4年生のみなさん、日々国家試験の勉強お疲れ様です。去年、また今年に入っても新型コロナウイルスの勢いは衰えず、みなさんの実習や学習も大変だったと思います。思うように大学にも行けず、友達にも会えず国家試験の勉強も難しく、つらかったのではないのでしょうか。しかし、何を言っても国家試験まであと少しです。体調管理とひたすら問題を丁寧にやるのみです！今は国家試験終わった後の卒業旅行や打ち上げなど楽しみが作りやすいですが、何か楽しみを作って、そのために頑張ってください！一緒に働く日が来ることを祈っています。

看護学生の皆様へ。連日の国試勉強、お疲れ様です。COVID-19の影響により「友達と集まって勉強」というのは難しく、1人で勉強し、ここまで踏ん張ってきたのではないかと感じます。一度は逃げ出したくなつたかもしれませんが、しかし私は、こんな大変な時期を乗り越えて看護師になろうとしている学生の皆さんは、どんな苦難も乗り越えられる精神力を持っているのではないかと感じています。本番まであと少しです。皆さんなら乗り越えられます。そして看護師になったら共に頑張りましょう！

未来の医療を支える受験生の皆様へ。私の学年は全員で勉強して全員で支え合い、看護師国家試験・助産師国家試験合格率100%を達成しました。国家試験会場では毎日共に夢に向かって頑張った仲間が前にも後ろにもいて心強かったことを覚えています。今回コロナの影響で孤独な勉強期間、自分との戦いだったでしょう。どんなに勉強しても不安でしたよね。園田の卒業生を後輩に迎える時いつも他の大学の新人と比べて、際立つところがあると感じています。それは、患者さんを想う気持ちです。患者さんの不安な気持ちに寄り添って一緒に悩んで考えて、1番大事な所をしっかり学んできたんだなって感じています。だから、この話を聞いてじんとなにかを感じることがあったあなたはきっと大丈夫です。肩の力を抜いて前日はポイントだけ復習して、しっかり寝てください。当日しっかり朝ごはんを食べて、自分は大丈夫！！と自分に伝えて、支えてくれた両親に感謝を伝えて、未来の医療を支える1人になる一歩を踏み込んでください。応援しています！特に助産師学生さん！大変な一年間だったでしょう。わかりますよ！あともう少し！頑張ってください！！また現場で会いましょう！

こんにちは。現在は中学校で養護教諭しています。今年度は新型コロナウイルスの影響で実習や授業などがいつもとは違った形で行われたり…すごく大変な1年だったと思います。私の勤務している中学校もドタバタです。大学に自由に入れず1人でコツコツ勉強していますとあってびっくりしました。この時期になると、特にナースになつたり不安が増したりするのに、こんな状況で1人でコツコツ勉強して、あまり外にも出られず…となると、さらに暗くなると感じます。想像しただけでソツとします。でも、ここまで耐えていて本当にすごいです。ほんとにもうあと少しですね。もうあと少し…って時が1番しんどいと思います。過ぎ去ったら、「あんなこともあったなあ」と笑い話になる日が来ます。体調が悪いと、せっかくの努力の成果が、無駄になってしまうので、何度も言われると思いますが体調管理だけは忘れなく！国試が終わっても、遊びに行くのも厳しうと思いますが、何かご褒美を買う、たくさん寝る…など、自分をたっぷり甘やかしてあげてください。みなさんの幸運を祈ります。気をつけて行ってらっしゃい！

国家試験を受けられる皆様へ。辛いのは今だけです！しんどいしんどい実習や試験を乗り越えてきた皆さんなら絶対大丈夫！緊張するのは悪いことじゃないと思います。むしろ、今まで頑張ってきたからこそだと思います！自分を最後まで信じてあげて当日は頑張ってくださいね。応援しています。

4回生の皆さん、COVID-19の影響により、通常とは異なる環境や勉強方法、体調管理、と大変な状況の中毎日国家試験に向けた学習お疲れ様です。仲間と一緒に学習を深めることができない現状ではあると思いますが、オンラインアプリやテレビ電話などを使用し、勉強を教え合ったり、仲間からいい刺激をもらったりして、乗り越えてください。学習したことは絶対に身に付いて、国家試験に出ない内容であったとしても今後役に立ちます！ひとりで思い悩むことはせず、みんなで国家試験に挑んでください！皆さんなら大丈夫です。体調管理に気をつけて、あと少し踏ん張ってください！！応援しています！

4回生の皆さんへ。COVID-19の影響で、学習しにくい環境の中必死に国試勉強に取り組んでいることかと思えます。つらい時は今まで一緒に頑張ってきた友達や先生を思い出し、あと少し踏ん張ってください。現場では皆さんが一年目として入職出来ることを園田の先輩方が心待ちに待っていることかと思えます。後悔のないよう、しっかりと勉強頑張ってください。体調管理もとても大切です。試験前日はゆっくり身体を休めて当日100%の力を出せるようにして下さい。4回生全員が合格出来ることを心から祈っています。

コロナ禍のなか、人と集まって励まし合いながら国試勉強ができない状況で、一人一人精神的に辛いと思います。たまたましっかりと休息をとって、心を落ち着けて下さいね。後もう少しの間、焦らずにこれまで自分が積んできた学びをまとめることが大切かと思えます。国家試験まで頑張ってください。今期の4年生みなさん国家試験無事通りますようお祈りしております。

「いま国試勉強を頑張っている皆さんへ。」勉強どうですか？進みますか？大変な状況で一人で頑張っている方が多いと思います。不安と焦りがいつも以上にあると思いますが、今までの頑張りも裏切らないと思います。自分を信じてX先生もY先生も皆さんの見方は沢山あります。当日まで体調管理の徹底と知識の確認をして下さいね。当日は忘れ物、名前と受験番号、マークの書き間違いのないようにして下さいね。皆さんの合格祈ってます！！

園田学園女子大学4年生の皆様。去年からコロナがあり学校で勉強出来なかったり、息抜きで外に出かける事も出来ず辛い中、国家試験の勉強お疲れ様です。あともう少しですね！応援しています！！

《4回生のみなさんへ》コロナウイルスの影響で1人で国試に向けて勉強されていると伺いました。ただでさえ、国試前は不安でいっぱいだと思いますが、コロナの影響でもっと不安になっていると思います。でも、今まで勉強してきたことは絶対に裏切りませんし、思う存分国試当日に発揮してきてください。4回生の皆さんが、4月から看護師の第一歩を歩んでいけるように応援しています。

受験生の皆さんへ。大変な中での受験となり、心も体もいっぱいだと思います。日々仕事をしながらこの時期になると、自分の受験生時代を思い出します。近頃は「今年の受験生の子たちは、大変だね」と職場では医師や看護師、薬剤師などの医療職者と話をよくします。現場では、他職種があなた達の受験を心配し仲間になることを楽しみにしています。今まで多くの先輩方がX先生とY先生はじめ、園田の先生方の指導で無事看護師になってきました。今年は仲間と共に勉強できないかもしれませんが、様々なデバイスを使いコミュニケーションとりながら、最後まで駆け抜けて欲しいです。夜は勉強は程々に、テレビでも見て早寝してください。朝は早起きして、温かい飲み物を飲んでしっかりご飯を食べてください。看護師の朝は早いですが、でも、清々しく気持ちいいのできくと気に入って入るとも思います。サージカルマスクをして外出しこまめに交換し、外出先での飲食は避け、帰宅したら真っ先にシャワーを浴びてください。在宅医療の現場で陽性になった患者さん達と接触しても、まだ私のクリニックで医師も看護師も感染していません。とっても怖いと思います。就職してからもうなるのか不安かと思えます。でも、看護師が活躍できる場合は病床を抱える病院や大きな組織だけでもありません。あなた達が想像するより沢山の活躍できる場所、あなた達を必要とされる場所、自分の輝ける場所があります。楽しみにしてください。不安な気持ちや怖い気持ちは、仲間や先生、家族に聞いてもらってください。一人で乗り切るには、大きすぎる困難だと家裏です。4月からチームの一員として皆さんと働けることを楽しみにしています。また、いつでもステーションに遊びに来てください。