

<4年間の学生生活を振り返って>

まずは、1年次の授業や生活についてお話しします。

1年次はまず、勉強以前に友達を作ることが一番大切だと思います。これから4年間共に頑張っていく仲間を出るだけ多く作り、大学生活に慣れていくことが、1年次の大きなポイントなのではないかと思います。大学で出来た仲間は、在学中はもちろんのこと卒業後も同じ作業療法士という職に就き働く、生涯の仲間です。私自身、入学した時から出来るだけ多くの人と交流を持ち、様々な人の意見を聞き入れ視野を広げることを意識し日々の生活を送っていました。学習面では解剖学や生理学、運動学といった専門的な授業が多く、最初は不安や戸惑いを感じました。特に前述した3つの教科においては作業療法士という職業を目指す上で必要不可欠な教科です。したがって、1年次の勉強からこのような基礎分野に対し苦手意識を持ってしまうと、今後の学習に大きな影響がでると考え、解剖や生理学といった基礎教科の勉強はしっかりと行ない、学習方法に迷いを感じた時などは、先生や同級生、先輩からアドバイスをもらい自分に合った学習方法を身に付けられるよう努力しました。

次に2年次の授業や生活についてです。2年次はおそらく大学生活の中で最も受講する教科が多い時期で、テスト勉強がとて大変な時期でした。しかし、空いている時間を上手く利用して友達と遊びに行ったり、食事に行ったりすることでリフレッシュを図り、テスト勉強も集中して行なうことが出来ました。

3年次は1月から4年生の夏までほぼ連続して臨床実習があり、この実習の期間が私の大学生活の中で最もつらい時期になりました。睡眠時間は1日2~3時間という日が続くこともあり、ストレスや疲労も溜まっていきました。実習中は日々溜まっていくストレスや疲労を上手く対処していくことがとても大切です。私の場合は休日、友人に電話をしたり、平日の睡眠時間が取れない分は休日でカバーするなどして、ストレスや疲労を対処しました。特に大きな問題が起きることなく無事に実習をやり遂げることが出来たのも、仲間の励ましや先生方の熱い応援があったからだと思います。実習はつらいことも多いですが、その分自分自身が成長する良い機会になると思います。

4年次は国家試験対策が学習の中心となりました。国家試験対策はグループワークでおこない、1限目から登校し、夜遅くまで勉強に励みました。数か月に1度行われる模試で思ったような結果が出ない時でも、同じグループの仲間や、クラスメイト同士で励まし合い、勇気づけられることで最後まであきらめずに勉強を続けられ無事に本番を迎えることが出来ました。

大学生活の4年間はつらいことや悲しいこともあった反面、楽しい事、面白いことも多くあり、とても充実したものでした。このような充実した日々を過ごすことができたのも、つらい事や楽しいことを共に分かち合えたかけがえのない仲間がいたからだと思います。これから、本学に入学する新1年生の方々には是非、大学に入学し4年間で共に楽しめる最高の仲間を作ってもらえれば良いなと思います。