

食物栄養学科の Aさん に〈テスト期間の過ごし方〉についてインタビューしてみました。

質問1. 期末試験の勉強に苦戦した科目は？ **しっかり理論から勉強！**

ほぼ全教科と言っても過言ではないですね。特に食品学実験は実験そのものは楽しいですが、実験で使用した試薬や試料、実験内容など覚えることが多いので大変です。給食管理や臨床栄養学では、ノートなどの持ち込みが可能なため余裕に感じるかもしれませんが、問題文の中に難しい言葉や計算問題が出題するので難しいです。ノートにまとめてもどこに何を書いているのか分からないときがあったので苦戦しました。

質問2. 好きな教科と苦手な教科は？ **「繰り返し、繰り返し」が大事！**

苦手な教科は食品学実験ですね。とくに実験器具や試料・試薬などを勉強するのに時間がかかりました。



質問3. 自分なりの勉強方法は？ **授業は常に集中！**

授業で先生が「ここは覚えてください。」と言った部分や重要なポイントを中心に覚えるまでノートにひたすら書いています。

質問4. 栄養士以外の資格取得（めざせる6つの資格）の勉強はしてる？ **色々な選択があります！**

栄養士以外の資格も取得しようと考えていましたが、段々勉強していくうちに難しいと判断し、栄養士だけの資格に専念することにしました。

質問5. 栄養士になるために頑張っている教科は？ **生涯の家族の健康を支える！**

全教科栄養士として必要なことだと思っているので全体的に頑張っています。私は特に給食管理の塩分濃度を求める計算や調理学、食品学といった普段みんなが食べる食材にはどんな成分が入っているのかなど、日常生活でも役に立つ勉強ばかりです。

質問6. テスト期間中の1日のルーティンはどんな感じ？ **ON/OFF 切り替えが大事！**

兄弟の面倒を見たり、テレビを見たり。その後で、パソコンや教科書とにらめっこしながら課題をこなしています。

質問7. 普段の授業とかでノートをまとめる際に気をつけていることは？ **授業を聞き逃さない！**

私は教科書も見返しますが、先生が口答で「ここ大事です。」と言ったところや太字のところを中心に書くようにしています。あと問題を解いて間違えたところや覚えていない単語を自分が覚えやすいオレンジ色やピンク色のペンで書いています。ノートに何回も書いて覚えます。



質問8. テスト勉強でよく使うのは？パソコンorノート **パソコン必携化！**

どちらかというとなどノートですね。パソコンも使いますが、ノートに書いて覚えたほうが自分に合っていて勉強しやすいです。

食物栄養学科の Bさん に〈テスト期間の過ごし方〉についてインタビューしてみました。

質問1. 勉強に苦戦した科目は？ **たくさんの資料から学ぼう！**

公衆栄養学です。教科書のほかに副教材（配布資料）も多く、範囲が広くて苦戦しました。

質問2. 好きな教科と苦手な教科は？ **たくさんの人と関わる楽しさ！**

好きな教科は調理学と実習です。授業回ごとに違うメンバーで調理をするので楽しみながらできました。苦手な教科は公衆栄養学です。じっくり時間をかけて勉強をして、やっと理解ができました。

質問3. 自分なりの勉強方法は？ **休憩も大事！**

声に出しながら問題を読み、答えを覚えています。ポイントとしては、無理をしないで休憩をはさみます。

質問4. 栄養士になるために頑張っている教科は？ **現場を見据えた勉強！**

給食管理実習や応用栄養学のような、現場でとくに使うであろう教科を重点的に頑張っています。

質問5. テスト期間中の1日のルーティンはどんな感じ？ **1日12時間は勉強！**

平日は朝起きて朝食、学校で授業後帰宅し、次の日の準備をしてから勉強、夕食を食べ夜に勉強の続きをし、頃合いを見て寝ます。

質問6. 勉強するとき集中できる場所は？

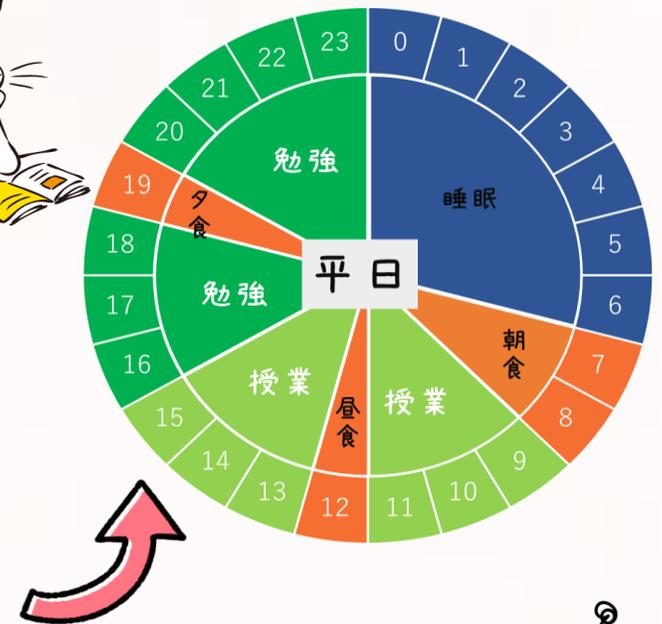
静かな教室か図書館です。

質問7. テスト勉強でよく使うのは？

パソコンです。データ容量がある限り無限のまとめができるからです。

質問8. 勉強のモチベーションの上げ方は？

やる教科の順番を決めてから少しずつ取り組みます。



質問9. 勉強に疲れたとき何する？

音楽を聴いたり、動画を見たりして一度勉強から離れています。

質問10. やる気が出ないとき、どうする？

やる気が出るまで勉強します。待っていてもやる気が出ないときでもとりあえずやります！

質問11. 自分なりの気分転換の方法は？

同じ姿勢で疲れるので少しでもいいから歩いて気を紛らわします

