

看護学生の1日

最終学年での
病院実習期間中の過ごし方

3年生になると実習が中心の生活になり就職活動や事例研究など多忙になっていきます。その為体調管理や国家試験勉強との両立が難しかったです。ですが友人たちと互いに切磋琢磨しながら国家試験合格に向けて努力することができました。

私の理想の看護師は患者さんが望む生活を送れるように支援できる看護師です。身近にいる看護師が患者さんに耳を傾け、関わることで安心感を与え、寄り添える看護師を目指してこれからも学び続けていきたいと思っています。

2023年入学生
宮城 慶太郎さん
沖縄県立
西原高等学校出身

ある日の
スケジュール

- 6:00 ● 起床
- 7:00 ● 実習病院へ
- 7:30 ● 実習準備・目標報告
- 8:00 ● 実習開始
- 12:00 ● 昼食
- 13:00 ● 実習
- 15:00 ● 記録整理・事前学習
- 18:00 ● 帰宅
- 19:00 ● 夕食・入浴
- 20:00 ● 余暇・自己学習の時間
- 23:00 ● 就寝

時間を工夫し落ち着いて
一日をスタート

私は、少し早めに学校に来て自主学習をしたり、授業の準備をして落ち着いて一日をスタートできるように心がけています。アルバイトがない日は出来るだけ放課後学校に残って、友達と一緒に課題やテスト勉強に取り組んでいます。先生や友達にすぐ相談できる環境の中で、お互いに切磋琢磨しながら学べるところが魅力です。多くの人に支えてもらいながら、毎日充実した学校生活を送っています！



□ 1年生の時間割 (例)

時間割	月	火	水	木	金
1限目	看護学概論	倫理学	病態学概論		基礎看護学方法論I
2限目	社会学	文章表現法	基礎看護学方法論I	人体の構造と機能II	基礎看護学方法論I
3限目	看護理論	看護形態機能論	人体の構造と機能I	地域の暮らしと看護	微生物学
4限目	総合医療論		微生物学	地域の暮らしと看護	保健学

2025年入学生
平良 美友さん
沖縄県立
小禄高等学校出身

ある日の
スケジュール

- 6:00 ● 起床
- 7:00 ● 登校
- 8:00 ● 自己学習
- 9:00 ● 午前の講義
- 12:00 ● ランチ
- 13:30 ● 午後の講義
- 17:00 ● 自己学習 (課題)
- 7:00 ● 下校
- 20:00 ● お風呂 夕食
- 21:00 ● 自己学習・余暇の時間
- 24:00 ● 就寝

2024年入学生
宮城 千晶さん
滋賀県立
守山北高等学校出身

独学で公認心理師の資格を取得、精神科での勤務経験を経て入学

ある日の
スケジュール

- 6:00 ● 起床
- 6:30 ● 子どもたちを起こし朝ごはん
- 7:30 ● 子どもお見送り・登校
- 9:00 ● 午前中の授業開始
- 12:10 ● 友達とランチ (その後、課題をこなすこともあり)
- 13:30 ● 午後の授業開始
- 16:40 ● 授業終了後、自己学習 (教室で友だちと課題や情報共有)
- 18:30 ● 帰宅、子どもの習い事のお迎え
- 19:30 ● 夕食、子どもの宿題チェック、夜の家事
- 22:00 ● 家事が終わり次第課題や自己学習
- 23:00 ● 余暇の時間 (試験期間中は試験勉強)
- 24:00 ● 就寝

子育てしながらの通学

小中学生の子育てをしながら通学しています。子どもたちには自分たちで身支度できるよう「やることリスト」をつくってもらい、なるべく自分のことは自分でやるよう協力してもらっています。お互いの意欲向上のために土日や長期休みには一緒に勉強することもあります。

日々の課題はまとまった時間がとりづらいため、お昼時間や放課後に少しずつ終わらせるようにしています。試験期間は睡眠時間が減りますが、提出物の整理を日ごろからやっておくこと、すきま時間を活用することでなるべく睡眠時間確保の工夫をしながら学校へ通っています。

□ 2年生の時間割 (例)

時間割	月	火	水	木	金
1限目	精神看護学方法論I	成人看護学方法論I	老年看護学方法論I	地域在宅看護学方法論I	英語I
2限目	健康科学	成人看護学方法論II	母性看護学概論	栄養学	老年看護学方法論II
3限目	成人看護学方法論I	老年看護学方法論I	小児看護学概論	成人看護学方法論II	母性看護学概論
4限目	栄養学	小児看護学概論		臨床病態学V	臨床病態学IV

主な実習施設

・沖縄協同病院
・友愛医療センター
・豊見城中央病院
・与那原中央病院
・南部徳洲会病院
・西崎病院
・県立南部医療センター・こども医療センター
・浦添総合病院

・国立沖縄病院
・おもろまちメディカルセンター
・沖縄赤十字病院
・南部療育医療センター
・糸数病院
・うえむら病院
・母子未来センター
・オリブ山病院

・平安病院
・天久台病院
・訪問看護ステーション
・地域包括支援センター
・居宅介護支援事業所
・退院調整部署 (病院4か所)
・自立支援センター
・認知症グループホーム

・首里城下町クリニック
・健診センター
・介護老人保健施設
・老人福祉センター
・保育所
・子育て (育児) 支援センター

3年生の
時間割

(実習期間中の例)

時間割	月	火	水	木	金
1限目					
2限目	臨地実習	臨地実習	臨地実習	臨地実習	臨地実習
3限目					
4限目					