

具体的目標の設定と習慣化

第 607 期生

富 永 孝 一 さん (大阪)

1. 受験の動機

私は電気関係の会社に勤務していますが、わが社は、第 1 種衛生管理者の選任を要する職場です。現職の衛生管理者の転勤に伴ない、資格保有者が必要となり、資格取得にチャレンジしてみようと思い、受験することを決めました。幸いに、わが社には国家資格を取得すれば、その種類により祝い金が出る制度があります。衛生管理者もその対象になっています。

2. 学習方法・留意すべき事項

ともかく、過去問を繰り返し解き、解説を確実に理解することが肝心であると思います。本試験の問題も、過去問からかなりのウェイトで出題されていますので、過去問を確実に正解すれば、相当の確率で合格できます。しかし、解答の根拠を十分に理解していないと、設問がひねられた場合には、解答に迷います。解答の解説を熟読し、参考書等を使って理解することをお勧めします。

3. 受験に当って

私は、大阪の南部に居住してたため、加古

川の受験場はかなり遠く不便なため、大阪市内で実施される出張試験に照準を合わせ、一発合格を目指しました。

試験時間は十分あるので、まず分かる問題から解き、マークシートを塗りつぶしました。自信のない問題は、問題用紙の番号に△マークをつけ、見直しのときに分かりやすいようにしました。

4. その他

私は、通勤に 1 時間 30 分ほどかかるので、隙間時間を利用して毎日必ず問題を解くことを心掛けました。体調が不十分なときは無理をせず、長時間の勉強は避けました。しかし、1 問でもよいから、毎日問題集に触れることを習慣化し、覚えたことを忘れないように、また記憶が途切れないようにしました。

職場や家庭など周囲に対して受験することを宣言し、自分にプレッシャーをかけ、具体的な目的・目標を設定することによりモチベーションを維持することができました。