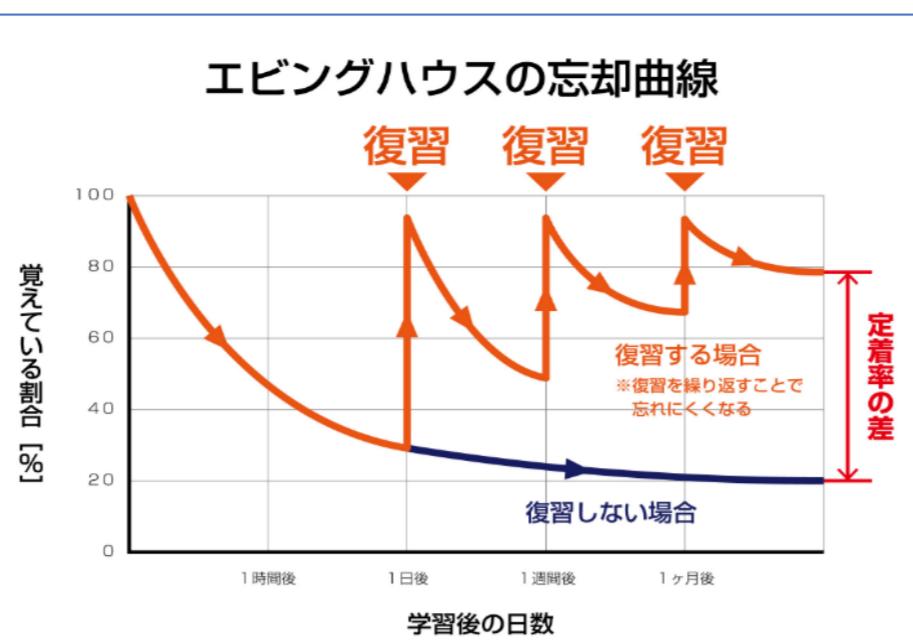


**<忘れてしまう！！>**  
復習した後でどのくらい知識が抜けてしまうのでしょうか?  
**20分後→42% 1時間後→56% 1日後→74% 1週間後→77%**  
毎朝の反復が国試の問題を解く知識の基盤となります。  
1ヶ月以内に4回以上振り返ることがベストです。



12月		国試までのカウントダウン	ウォーミングアップ 8:30~9:30	I限目 9:30~12:15 (2h45m)	II限目 13:35~15:10 (1h35m)	III限目 16:00~18:30 (2h30m)	クールダウントラベル	21:00~22:00
15	月	54日		毎日コツコツ⑥ 公衆衛生 1日30問ベース <b>10年分【681問】1周目スタート!</b>	メインの学習① 「冬メック模試」の誤答問題見直し	メインの学習④ テキスト読み込み 2~3日で1科目	毎日コツコツ⑦ 必修問題 1日40問ベース <b>10年分【1000問】1周目スタート!</b>	
16	火	53日		公衆衛生 1日30問	模試の誤答問題見直し	テキスト読み込み 2~3日で1科目	必修問題 1日40問	
17	水	52日		公衆衛生 1日30問	模試の誤答問題見直し	テキスト読み込み 2~3日で1科目	必修問題 1日40問	
18	木	51日		公衆衛生 1日30問	模試の誤答問題見直し	テキスト読み込み 2~3日で1科目	必修問題 1日40問	
19	金	<b>50日</b>		公衆衛生 1日30問	模試の誤答問題見直し	テキスト読み込み 2~3日で1科目	必修問題 1日40問	
20	土	49日		公衆衛生 1日30問	メインの学習② 弱点分野・科目の復習 問題演習+レジュメの見直し	テキスト読み込み 2~3日で1科目	必修問題 1日40問	
21	日	48日		公衆衛生 1日30問	弱点分野・科目の復習 問題演習+レジュメの見直し	テキスト読み込み 2~3日で1科目	必修問題 1日40問	
22	月	47日		公衆衛生 1日30問	弱点分野・科目の復習 問題演習+レジュメの見直し	テキスト読み込み 2~3日で1科目	必修問題 1日40問	
23	火	46日		公衆衛生 1日30問	弱点分野・科目の復習 問題演習+レジュメの見直し	テキスト読み込み 2~3日で1科目	必修問題 1日40問	
24	水	45日		公衆衛生 1日30問	弱点分野・科目の復習 問題演習+レジュメの見直し	テキスト読み込み 2~3日で1科目	必修問題 1日40問	
25	木	44日		公衆衛生 1日30問	弱点分野・科目の復習 問題演習+レジュメの見直し	テキスト読み込み 2~3日で1科目	必修問題 1日40問	
26	金	43日		公衆衛生 1日30問	弱点分野・科目の復習 問題演習+レジュメの見直し	テキスト読み込み 2~3日で1科目	必修問題 1日40問	
27	土	42日		公衆衛生 1日30問	弱点分野・科目の復習 問題演習+レジュメの見直し	テキスト読み込み 2~3日で1科目	必修問題 1日40問	
28	日	41日		公衆衛生 1日30問	弱点分野・科目の復習 問題演習+レジュメの見直し	テキスト読み込み 2~3日で1科目	必修問題 1日40問	
29	月	<b>40日</b>		メインの学習③ 国試過去問回数別演習 第119回	A・B・C問題	<b>国家試験の時間割通りに解いてみましょう！</b> A/Dブロック 9:30~12:15 B/Eブロック 13:35~15:10 C/Fブロック 16:00~18:30	必修問題 1日40問	公衆衛生 1日30問
30	火	39日			D・E・F問題		必修問題 1日40問	公衆衛生 1日30問
31	水	38日			D・E・F問題		必修問題 1日40問	公衆衛生 1日30問

1月		国試までのカウントダウン	ウォーミングアップ 8:30~9:30	I限目 9:30~12:15 (2h45m)	II限目 13:35~15:10 (1h35m)	III限目 16:00~18:30 (2h30m)	クールダウン 19:30~20:30	クールダウン 21:00~22:00
1	木	37日		公衆衛生 1日30問	回数別119回 誤答問題見直し	テキスト読み込み 回数別での誤答・確信度が低い問題の周辺知識を覚え込む	必修問題 1日40問	
2	金	36日		公衆衛生 1日30問	回数別119回 誤答問題見直し	テキスト読み込み 回数別での誤答・確信度が低い問題の周辺知識を覚え込む	必修問題 1日40問	
3	土	35日		公衆衛生 1日30問	回数別119回 誤答問題見直し	テキスト読み込み 回数別での誤答・確信度が低い問題の周辺知識を覚え込む	必修問題 1日40問	
4	日	34日		国試過去問回数別演習 第118回	A・B・C問題	国家試験の時間割通りに解いてみましょう！ A/Dブロック 9:30~12:15 B/Eブロック 13:35~15:10	必修問題 1日40問	公衆衛生 1日30問
5	月	33日			D・E・F問題		必修問題 1日40問	公衆衛生 1日30問
6	火	32日		公衆衛生 1日30問	回数別118回 誤答問題見直し	テキスト読み込み 回数別での誤答・確信度が低い問題の周辺知識を覚え込む	必修問題 1日40問	
7	水	31日		公衆衛生 1日21問 ※10年分 1周目終了！	回数別118回 誤答問題見直し	テキスト読み込み 回数別での誤答・確信度が低い問題の周辺知識を覚え込む	必修問題 1日40問	
8	木	30日	※10年分 2周目スタート！	公衆衛生 1日30問ベース	回数別118回 誤答問題見直し	テキスト読み込み 回数別での誤答・確信度が低い問題の周辺知識を覚え込む	必修問題 1日40問	
9	金	29日		国試過去問回数別演習 第117回	A・B・C問題	国家試験の時間割通りに解いてみましょう！ A/Dブロック 9:30~12:15 B/Eブロック 13:35~15:10	必修問題 1日40問ベース ※10年分 1周目終了！	公衆衛生 1日30問ベース
10	土	28日			D・E・F問題		必修問題 1日40問ベース ※10年分 2周目スタート！	公衆衛生 1日30問ベース
11	日	27日		公衆衛生 1日30問ベース	回数別117回 誤答問題見直し	テキスト読み込み 回数別での誤答・確信度が低い問題の周辺知識を覚え込む	必修問題 1日40問	
12	月	26日		公衆衛生 1日30問ベース	回数別117回 誤答問題見直し	テキスト読み込み 回数別での誤答・確信度が低い問題の周辺知識を覚え込む	必修問題 1日40問	
13	火	25日		公衆衛生 1日30問ベース	回数別117回 誤答問題見直し	テキスト読み込み 回数別での誤答・確信度が低い問題の周辺知識を覚え込む	必修問題 1日40問	
14	水	24日		国試過去問回数別演習 第116回	A・B・C問題	国家試験の時間割通りに解いてみましょう！ A/Dブロック 9:30~12:15 B/Eブロック 13:35~15:10	必修問題 1日40問	公衆衛生 1日30問ベース
15	木	23日			D・E・F問題		必修問題 1日40問	公衆衛生 1日30問ベース
16	金	22日		公衆衛生 1日30問ベース	回数別116回 誤答問題見直し	テキスト読み込み 回数別での誤答・確信度が低い問題の周辺知識を覚え込む	必修問題 1日40問	
17	土	21日		公衆衛生 1日30問ベース	回数別116回 誤答問題見直し	テキスト読み込み 回数別での誤答・確信度が低い問題の周辺知識を覚え込む	必修問題 1日40問	
18	日	20日		公衆衛生 1日30問ベース	回数別116回 誤答問題見直し	テキスト読み込み 回数別での誤答・確信度が低い問題の周辺知識を覚え込む	必修問題 1日40問	
19	月	19日		国試過去問回数別演習 第115回	A・B・C問題	国家試験の時間割通りに解いてみましょう！ A/Dブロック 9:30~12:15 B/Eブロック 13:35~15:10	必修問題 1日40問	公衆衛生 1日30問ベース
20	火	18日			D・E・F問題		必修問題 1日40問	公衆衛生 1日30問ベース
21	水	17日		公衆衛生 1日30問ベース	回数別115回 誤答問題見直し	テキスト読み込み 回数別での誤答・確信度が低い問題の周辺知識を覚え込む	必修問題 1日40問	
22	木	16日		公衆衛生 1日30問ベース	回数別115回 誤答問題見直し	テキスト読み込み 回数別での誤答・確信度が低い問題の周辺知識を覚え込む	必修問題 1日40問	
23	金	15日		公衆衛生 1日30問ベース	回数別115回 誤答問題見直し	テキスト読み込み 回数別での誤答・確信度が低い問題の周辺知識を覚え込む	必修問題 1日40問	
24	土	14日		メインの学習⑧ 「LAST MESSAGE」や「国試無双」を、ここから何度も繰り返し受講する			必修問題 1日40問	公衆衛生 1日30問ベース
25	日	13日		メインの学習⑨ これまでに受験した模試の再演習 ※「夏・冬メック模試」やその他模試	A・B・C問題	国家試験の時間割通りに解いてみましょう！ A/Dブロック 9:30~12:15 B/Eブロック 13:35~15:10	必修問題 1日40問	公衆衛生 1日30問ベース
26	月	12日			D・E・F問題		必修問題 1日40問	公衆衛生 1日30問ベース
27	火	11日		公衆衛生 1日30問ベース	模試の誤答問題見直し	テキスト読み込み 回数別での誤答・確信度が低い問題の周辺知識を覚え込む	必修問題 1日40問	
28	水	10日		公衆衛生 1日30問ベース	模試の誤答問題見直し	テキスト読み込み 回数別での誤答・確信度が低い問題の周辺知識を覚え込む	必修問題 1日40問	
29	木	9日		メインの学習⑩ これまでに受験した模試の再演習 ※「夏・冬メック模試」やその他模試	A・B・C問題	国家試験の時間割通りに解いてみましょう！ A/Dブロック 9:30~12:15 B/Eブロック 13:35~15:10	必修問題 1日40問	公衆衛生 1日30問ベース
30	金	8日			D・E・F問題		必修問題 1日40問	公衆衛生 1日30問ベース ※10年分 2周目終了！
31	土	7日		公衆衛生 ※10年分 誤答問題見直し	模試の誤答問題見直し	テキスト読み込み 回数別での誤答・確信度が低い問題の周辺知識を覚え込む	必修問題 1日40問	

2月		国試までのカウントダウン	ウォーミングアップ	I限目 9:30~12:15 (2h45m)	II限目 13:35~15:10 (1h35m)	III限目 16:00~18:30 (2h30m)	クールダウン	
			8:30~9:30				19:30~20:30	21:00~22:00
1	日	6日		公衆衛生 <b>*10年分 誤答問題見直し</b>	模試の誤答問題見直し	テキスト読み込み 回数別での誤答・確信度が低い問題の周辺知識を覚え込む	必修問題 1日40問	
2	月	5日		公衆衛生 <b>*10年分 誤答問題見直し</b>	模試の誤答問題見直し	テキスト読み込み 回数別での誤答・確信度が低い問題の周辺知識を覚え込む	必修問題 1日40問	
3	火	4日		公衆衛生 <b>*10年分 誤答問題見直し</b>	国試直前！最終確認 これまでの誤答問題の再演習 (各種演習問題・模試問題) ご自身でまとめたノート・テキストの見直し		必修問題 1日40問	
4	水	3日		公衆衛生 <b>*10年分 誤答問題見直し</b>			必修問題 1日40問 <b>*10年分 2周目終了！</b>	
5	木	2日		公衆衛生 <b>*10年分 誤答問題見直し</b>			必修問題 <b>*気になる誤答問題の見直し</b>	
6	金	1日		公衆衛生 <b>*10年分 誤答問題見直し</b>			必修問題 <b>*気になる誤答問題の見直し</b>	