

腎臓リハ指導士 2026 独学ロードマップ記録シート

要件確認・提出物・学習計画を 1 枚で整理するための空欄中心シート

氏名	開始日	受験年度	週あたり学習時間
		2026 年度	時間 / 週

1. 最初に確認すること（申請で止まらないため）

☐ 公式ページで試験日・申込期間を確認

☐ 受験資格を確認

☐ 推薦状の依頼日を決める

☐ 症例報告の必要性を確認

2. 8 週間ロードマップ（読む→解く→直す）

週	主タスク	☐	メモ
1	要件・書類・締切を確認		
2	ガイドライン総論を通読		
3	評価・運動療法・リスク管理		
4	透析期・保存期 CKD・栄養		
5	例題集 ① を解く		
6	例題集 ② を解く		
7	間違いだけ解き直す		
8	公式情報と弱点を最終確認		

3. 1 日 30 分メニューと弱点メモ

時間	やること	弱点・提出物メモ
10 分	読む	
15 分	例題を解く	
5 分	間違い理由を 1 行で直す	

4. 直前チェック（新しい教材を増やさず確認）

☐ 申込・受験情報を再確認

☐ 推薦状・症例報告の控えを確認

☐ 間違いメモだけ復習

☐ 前日は新規教材を増やさない

☐ 当日の持ち物・CBT 会場を確認

☐ 睡眠と体調を優先

5. 次回確認・一言メモ