

## まえがき

コツコツ勉強しているのになかなか結果が出ない、と焦っている人。  
社内の昇進試験でいつも失敗している人。

将来に備え、何らかの資格を取りたいと思っている人。

専業主婦であることに、漠然とした不安を感じている女性。  
心配はいりません。

「3分割勉強法」を実践すれば、人生を変えることができます。私自身が、その実例  
です。

私は今、大阪で弁護士をしています。

得意分野は個人・法人の債権問題処理で、さまざまなローンに悩んでいる人たちの  
相談に乗っています。昨年（2009年）は、借金返済に関する本も出版することができます。  
地元の大阪では、ラジオのレギュラー番組も持っています。

人生を変える！

# 3分割勉強法

専業主婦の私が  
司法試験に一発合格できた理由



みお綜合法律事務所 弁護士

**澤田有紀**

*Aki Sawada*

祥伝社

このような姿は、自分自身が信じられない思いです。

なにしろ、大学・社会人と、法律とはまったく無縁の生活を送っていたのですから。大学は文学部で、英文学を勉強していました。卒業後は、総合商社の事務職からエレクトロントレーナーへ。そして結婚。専業主婦となりました。

その後、思うところあって法律の勉強を開始し、特に阪神淡路大震災を契機に一念発起、本格的に司法試験の勉強に取り組みました（この辺りの経緯は、本文で詳しくご説明しています）。

そして2年後、司法試験に一発で合格できました。あとから知ったのですが、この

ときの出願者数は約2万7千人。最終合格者746人。合格率約2・75%でした。

ごくごく普通の専業主婦が、なぜ司法試験に合格できたのでしょうか。自分なりに試験勉強でてきたことを分析してみると、最大のポイントは時間との付き合い方だったよう思います。

それをこの本では、「3分割勉強法」と名付けました。

時間以外にも、私が気をつけていたポイントを書き出してみたら、全部で39個ありますと、さらに深くご理解いただけると思います。

私が受けたときと現在とでは、司法試験のシステムがかなり変わりました。

しかし、「3分割勉強法」と「39の極意」は時間管理や心構え、ノートの使い方など、普遍的な部分が大きいので、現在でも十分通用します。

むしろ、司法試験だけでなく、TOEICテストや英検、公認会計士、気象予報士といったさまざまな資格試験、あるいは社内の昇進試験など、何らかの勉強をしている人たちにとって、大いに参考になるものと自負しています。

勉強を始めたいくつて思っている人。勉強の結果を早く出したいと思っている人。本書が、そんな人たちの参考になれば幸甚です。

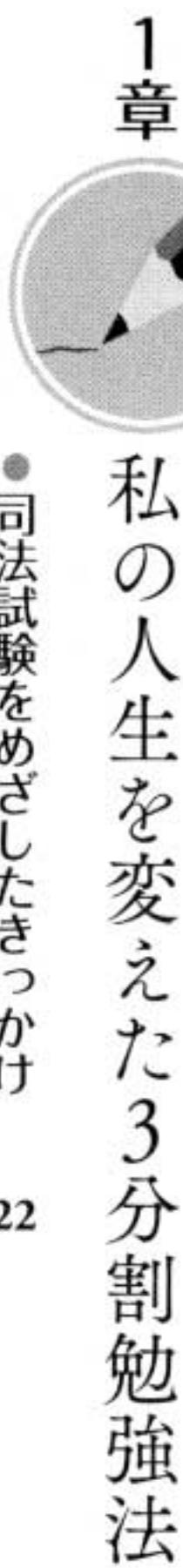
## まえがき

3

## 大人の勉強法

39の極意

6



## 私の人生を変えた3分割勉強法

●司法試験をめざしたきっかけ 22

●勉強時間を3分割! 26

●大人の勉強は、自分の持ち時間を見つめることから

●資格取得で人生が一変した 33

30

## 1章 結婚はしたけれど



●大学は弁護士とは無関係な文学部へ

●予想外だったOL時代の仕事 39

●商社からエレクトーン教室に転職

●営業企画に携わった後、専業主婦に

●仕事を辞めるときに言われた言葉

●主婦でも、もう一度社会に関わりたい!

●資格を取って仕事に就こう

●母が見せてくれた新聞記事

52 50

48

47 45

36

42

45

## 3章 書店での出会い

●思い立つたら即行動

56

●この先生についていこう！

61

●「自己実現」に衝撃を受ける

64

●愚直に実践したノート作り

69

●受験生の多くは手抜きをしている？

73

●千里の道は一步から

76

## 4章



### 阪神淡路大震災後の決意

- 勉強を始めたご利益で妊娠!? 82
- 虚しく無気力な日々 83
- 生きることの意味を突きつけられた大震災 85

- 人生の目的を確信する 87

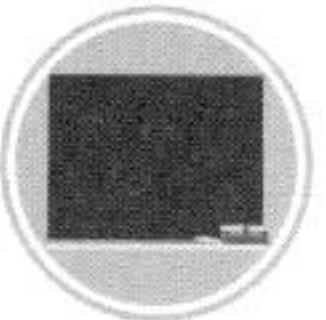
## 5章



### 私の勉強法

- 11時就寝、7時起床。夫がいるときは勉強をしない 92
- 持ち時間を3種類に分ける 94
- 1日で見回せるノートを作る！ 100
- 情報は一元化 103
- ノートに目次を作る 108 106
- OA機器を活用する 108 106
- どのようにノートを使っていたか 112
- 情報を分類し整理する 119
- 作ったノートはとことん活用する 124
- 「ながら時間」にする勉強、「細切れ時間」にする勉強 128
- 「理由」も一緒に覚える 130
- インプットと並行してアウトプットする 132

## 6章



# 勉強のステージが変わった瞬間

- 予備校の通学講座に通い出す 138
- 予備校でアウトプット 140
- 「優秀答案」を見て、ゴールが見えた! 142
- 大勢について、正しい道を行く 144
- 予備校の講義をベースメイカーとして利用 145
- 模擬試験で本番のシミュレーション! 149
- 自己分析してテクニックを磨く 150

## 7章

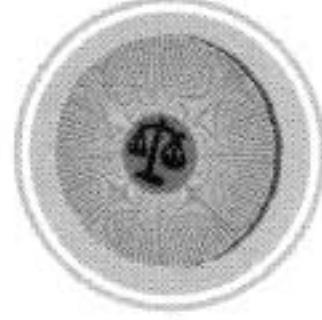


# 試験当日

- 実力がアップした1年間 158
- 年賀状で受験を宣言! 160

- 頭が真っ白になつた論文試験 163
- 震える手で書いた最後の論述解答 166
- 光が照らし出した合格発表 168
- 口述試験会場で伊藤先生と握手! 172
- 母と見に行つた試験発表 174
- 合格者は100人に3人 176

## 8章



# 資格取得、そして今

- 合格から弁護士登録まで 180
- イソベンとして仕事を始める 182
- 法律がないのと同じ現実 184
- みお総合法律事務所誕生! 187
- 気楽に相談できる法律事務所をめざして 190
- 回り道をしたから、よかつた 195



## 司法試験をめざしたきっかけ

18年前、みなさんはどんな生活を送っていましたか？

今から18年前の平成4年は、東海道新幹線に「のぞみ」が登場し、政治の世界では日本新党が誕生した年です。今とは隔世の感がありますね。スポーツ好きの方なら、バルセロナ・オリンピックの年として記憶されているかもしれません。

当時、私は専業主婦としてなんということのない生活を送っていました。平日は朝、夫を送り出し、昼は家事をして、夜8時頃帰ってくる夫のために夕食を作り、月に2回はエレクトーンのレッスンに通っていました。土日や祝日は、夫と一緒にあちこちに出かけました。

理解があつてやさしい夫。そして、少々口うるさいけれど頼りになる実母。不満を持つなど申し訳ない生活でした。けれど、それにもかかわらず、私の心の中には、どうしても満たされないものがありました。

満たされない感情の根っこにあったのは、結婚を機に勤めを辞め、社会との接点が

代表を務めるみお総合法律事務所の入り口で



なくなってしまったという事実です。

自分の名前が印刷された名刺を持ち、個人名で呼ばれ、仕事を任まかされていたのが、会社を辞めたとたんに「誰々さんの奥さん」になってしまったのです。まるで社会から置き去りにされてしまったような気分でした。私という個人はもはやなくなり、「主婦」と総称されるものにひとまとめにくくられたのかと思うと、なんともいえない疎外感におそれました。

そんなとき、私の人生を変える新聞記事が目にとまりました。司法試験に合格した専業主婦の話題でした。

その女性は法学部を出たわけでもないのに、子育てをしながら独学で勉強を続け、十数年かけて司法試験に合格したというのです。

私は、この話が、暗闇に射し込んできた一条の明るい光のように思えました。司法試験に合格すれば、弁護士として働く資格が得られます。弁護士の資格があれば、専業主婦になつて生じた就業面でのブランクがあつても、社会に復帰できるでしょう……。

この光をたどつていけば、現状を変えられる！

私は、即座に司法試験を受けようと思いました。司法試験といえば合格率3%といわれる、最難関の試験です。普通に考えたら、途方もない夢で、人に話すと笑われるような挑戦です。けれど、「主婦が合格した」という新聞記事の搖るぎない事実が、「主婦でもできる」と私の背中を力強く押してくれたのです。

そのときから私は新たな道を踏み出したのです。家事の合間に少しづつ勉強していければいい。少しづつ、少しづつ積み重ねていって、いつか合格できればいい。最初の一歩は、そんな気持ちで踏み出しました。小さな一歩でした。

## 大人の勉強法、ここがポイント！

最初の一歩は小さくていい。歩き出すことが大事。



## 勉強時間を3分割！

勉強を始めるとき、私は心の中でふたつの決めごとをしました。

**普通に生活をしながら勉強すること。そして、夫が家にいる間は勉強をしないこと**です。

もしも、家事を同居する母にすべて任せ、夫に目もくれずに勉強を優先していたら、母はもちろん夫も「司法試験なんて受けるな！」と反対したことでしょう。

司法試験というと、予備校に通い、朝から晩まで必死で勉強をしているというイメージがあるようですね。しかし、私は勉強をする前にまず主婦として普通の生活のペースを崩さないでおこうと思つていました。

それまでは暇を持て余していたにもかかわらず、いざ勉強を始めてみると、落ち着いて机に向かうことができる時間は意外と少ないと感じました。

会社勤めはしていないとはいっても、朝食の支度と片付け、車での夫の送迎、洗濯、掃除、母と食べる昼食の支度と片付け、日用品の買い物、夕食の支度と片付けなど、主

婦には日常の家事があるのです。しかも、それらの家事は、その都度やらなければならぬものがほとんど。一度にまとめてやつてしまふことが難しいのです。

勉強に集中できるのは、午前中に1時間、午後に2時間程度。「ちりも積もれば山となる」というように、たとえ1日3時間であっても勉強を続けていけば、司法試験を受けるだけの知識を身につけることはできるでしょう。

けれど、私は、司法試験の勉強がとても新鮮で楽しかったこともあり、家の合間のわずかな時間も勉強にあてたかったのです。

勉強は集中して机に向かってするもの、と思われる方も多いと思いますが、短時間であっても、内容によつては思つた以上に勉強できるものです。

お湯が沸くまでの数分。

鍋を火にかけている十数分。

犬を散歩させる數十分。

こうした時間は、腰を据えて勉強することはできません。けれど、法律用語を覚えたり、その意味を調べたり、まとめの一覧表を見直したりすることはできます。少しでも早く勉強を進めたかった私は、テーブルの上にテキストを置いたり、エプ

ロンのポケットに参考書の切り抜きを入れたりするなどして、たとえ机に向かわなくても、なんらかの方法で勉強しようとした。

## 大人の勉強法、ここがポイント!

机に向かわなくても、短時間でも、勉強はできる。

そういうする中で、時間の長さと状態によって勉強内容を分けるという、「3分割勉強法」が自然に身についていったのです。

まずは、1時間以上机に向かうことができる「じっくり時間」。

ここでは、講義のテープを聴き、勉強したことをノートにまとめる復習をしました。

2つ目は、料理や洗い物など家事をしている「ながら時間」。

ここでは、講義のテープをBGMのように流したり、ノートの一部を持ち歩きチラチラと眺めては知識に慣れ親しむようにしました。

3つ目は、家事と家事の間の「細切れ時間」。

ここでは、短時間で読める資料に目を通すなど、短時間で集中できることをしまし

## 自分の持ち時間を3種類に分類する

### 「じっくり時間」

1時間以上、  
机に向かうことができる



### 「ながら時間」

他のことをしながら

- ・料理や洗い物、片付け、掃除などの家事
- ・犬の散歩
- ・駅までの夫の送り迎え（車）
- ・買い物の途中



### 「細切れ時間」

ちょっとした合間を使う

- ・電車やバスの移動時間
- ・お風呂が沸くまでの時間
- ・洗濯が終わるまでの時間
- ・見たいテレビが始まるまでの時間
- ・寝るまでのちょっとした空き時間



た。

それぞれの時間にどういう勉強をしていったかについては5章で詳しくお話ししますが、この3分割勉強法は、一日中机に向かうことができない主婦にとつては、非常に効率的な勉強法だつたと思います。

まとまつた時間がとれないからといって、せっかく始めた勉強を途中で諦める必要はありません。「ながら時間」でも「細切れ時間」でも、その時間に見合つた内容であれば、十分勉強することができます。



## 大人の勉強は、自分の持ち時間を 見つめることから

「大人の勉強」には、司法試験以外にもいろいろなものがあると思います。

TOEICや英検といった英語の勉強、公認会計士や行政書士などの国家資格、あるいは社内の昇進試験といったものもあるでしょう。このような明確なゴールが決まっているものだけでなく、自分がきのために1日1時間は歴史の勉強をする、と

いった人もいらっしゃると思います。

何をどのくらい勉強すればいいのか、専門学校に行くべきか、市販の参考書で十分なのか。

こういった問題は、めざすものの種類によつて違つてきます。

しかし、「大人の勉強」には大きな共通点があります。

ほとんどの人が何らかの仕事をしている、という点です。

会社勤めのサラリーマンもいるでしょうし、私のような主婦もいると思います。したがつて、朝から晩まで勉強机に向かつていられるような人は、非常に少数派です。つまり、自分の持ち時間が限られているのです。

それだけに、「大人の勉強」を成功させられるかどうかは、自分の持ち時間を冷静に見つめられるかどうか、が大きなポイントになつてきます。

誰にとつても、1日は24時間。その中で、勉強に使える時間はとても限られています。

その持ち時間を、まずは「じっくり時間」なのか「ながら時間」なのか「細切れ時間」なのか、きちんと見極めることから、大人の勉強は始まるのです。