

令和7年度 合格体験記

- 付 □ 大学入試の基礎知識
- 令和7年度 進路指導年間行事予定表
- 令和7年度 進路指導年間シラバス
- 令和6年度 指定校・人数制限推薦入試依頼大学等一覧
- 令和6年度 大学等合格者数一覧

京都府立洛北高等学校

「合格体験記」発刊に寄せて

校長 川口浩文

桜満開のもとでの入学式を終え、3学年(中高では6学年)が揃って令和7年度が始まりました。あの桜の樹の美しさは、個々一つ一つの花の存在にあったことを改めて想う中、今、生命力に富んだ新緑の香をまとった薫風が校庭を吹き抜けていきます。

今春の卒業生から、受験に臨んだ体験を記した原稿が続々と届き、進路指導部の先生が合格体験記としてここにまとめてくれました。内容は様々ですが、それぞれの卒業生の言葉には、新たなステージを歩み始めた活力と、在校生の皆さんに対しての応援の気持ちがしっかりこもっています。そのつながりを大変ありがたく思い、感謝しています。

哲学者の鷲田清一氏は、総長を務めていた大阪大学卒業式の式辞で「生きるということは、とりもなおさず、自分が生きようとしているこの世界のどういう場所にいま自分がいるかを知ることから始まります。世界のなかに自分を位置づけること、つまり世界のなかに自分をマッピングすることからです。」(鷲田清一「岐路の前にいる君たちに」朝日出版社、2020年1月20日)と述べています。高校時代に、自分と世界を共にとらえて関係づけることは大変難しいことだと思いますが、進路を考えるうえで重要な視座だと思います。

ただ、私たちは、そうした「見取り図」の中そのものを生き続けるわけでもありません。「現実」は時の流れの中で姿を変えていきます。その時々文脈の中で意味づけられていた姿は、自分の世界が広がったり深まったりする中で、異なる姿を見せ始めることもあります。「マッピング」として捉えていた像は、何度も修正が必要となる方が自然なことであり、その折々に小さな選択を繰り返しながら、個別の歩みがあるのだと思います。

逆説的な言い方になりますが、だからこそ、高校時代にその第一歩をどの方向に向かって踏み出すのかに自覚的であってほしいと願っています。人生においては何度でもやり直し、挑戦できることが真である一方で、高校卒業時の進路選択によって道の方向付けがなされるのも一般的事実です。高校3年間の中で、自らの興味を土台としながら、自分と「世界」をともに対象化し、両者を結び付けて考える中で、希望と可能性を抱いて、進もうとする道を選択し歩を進めてください。

もちろん、皆さんは高校を卒業した先の世界も、そこへ向かう手段も未体験なわけですから、それ故に不安に苛まれることもあろうかと思えます。「知る」こと、「考える」こと、「相談(対話)する」ことが大切になります。家族や友人、先生や先輩、書物や体験、様々な場面での対話を重ね、複眼的な視座をもって考えた上で、決意は自らが作るのみです。

そして、進路を実現することに向けての努力は、やりきってほしいと思います。目先の利(価値)に囚われることなく、全ての学びと挑戦を大切に自分の力を高めてください。高校時代に大切なことは、合格する力をつけると同時に、その先の世界、ひいては社会を生きていく上で必要となる力の土台を培っておくことのはずです。

ここには、皆さんの先輩が合格をするまでの過程や想い、時には具体的な勉強方法まで記されています。皆さんの大切な対話の相手です。その内容は様々ですが、共通していることは、それぞれの先輩が皆さんのことを想い、応援してくれているということです。学びゆく皆さんが、先輩の声を聞き、意志を持った挑戦者であり続けてくれることを願っています。

最後になりますが、新たなステージに向かう多忙な中で、原稿を寄せてくださった本校卒業生の皆さんに心より感謝申し上げます。ありがとうございました。皆さんが新たなステージで、より世界を広げ、豊かな道を歩まれんことを願い、洛北高校皆で応援しています。

Aさん 【 京都大学 農学部 森林科学科 】

1 志望校決定の過程や志望理由

小学生の時から生き物に興味があり、生物系の進路に進みたいと思っていました。高3の時に科目選択で生物を選択し、各学部で学べる内容を比較して農学部を目指すことに決めました。そして高2の時に、まず目標を高く持っておこうと思ったこと、課題探究のテーマとの関連性、いくつかの大学のオープンキャンパスに行き行って感じたことなどから、志望校を京都大学農学部森林科学科に決定しました。

2 学習計画とその内容・方法

私は高3の夏まで部活動をしていて、引退するまでは平日で1～2時間、休日で2～3時間の勉強時間を確保するので精一杯でした。また、家と学校の距離が遠く、通学に片道1時間以上かかっていたため、朝家を早く出る必要があり、勉強時間を増やすと睡眠不足になってしまうという問題もありました。そんな中で、私が部活をやっていた時に大切にしていたことは、学校で行われる小テストや定期テストをペースメーカーにしながら勉強することです。受験勉強に使える時間が少ないことは最初から分かっていたため、基礎固めの過程を学校の授業や考査勉強で終わらせるように意識しながら取り組んでいました。部活を引退してからは、およそ2週間に1度のペースで二次試験の過去問を解くようになりました。

京都大学の場合、過去の入試の合格最低点をインターネット上で見ることができたので、自分の過去問の点数を配点に合わせて計算し、目標との距離感をはかっていました。また、秋頃から返却される冠模試の結果と合わせて、教科ごとに自分の得意・苦手を理解するようにしていました。定期テストの結果などをベースに自分はこの教科が得意だ、などと思っていても、大学ごとに出题形式が違って、実際に過去問を解いてみると自分が思っていた得意科目で点数が取れない場合もあるので、注意が必要です。点数が実際に取れるかどうかはさておき、早いうちから過去問を解いて、自分の受ける大学の出题傾向を掴んでおくことが重要だと思います。私はもともと英語が得意だったはずなのに、二次試験の過去問では全然点数が取れないことがわかり、秋に時間をとって勉強したことで、最終的には再び英語を得意科目にすることができました。この科目なら点数が取れるという自信があると、心に余裕が生まれやすいため、得意科目は何か1つでも持っておくことをおすすめします。

3 後輩へのアドバイス

受験本番までの時間は短いようで意外に長いものです。本番前日の1日でさえできることはたくさんあります。あの時これをやっていれば、という後悔に苛まれることも少なくはないと思いますが、後悔しても時間は戻ってきません。それよりもこれからの時間に目をむけ、あとの時間で何ができるのか、どうすれば合格に近づくのか、冷静に考える力が重要です。皆さんがそれぞれの志望校に合格されることを祈っています。頑張ってください。

Bさん 【 京都大学 総合人間学部 総合人間学科 】

1 志望校決定の過程や志望理由

私が志望学部を総合人間学部にしたのは、共通テストが終わってからのことです。私は元々工学系を志望しており、中学3年生のときに京都大学工学部を志望するようになりました。しかし、高校で陸上競技をするうちに人間の運動に関する学問に興味を持つようになり、高校3年生の秋に医学部人間健康科学科に志望学部を変更しました。しかしそこでは資格勉強に時間を費やす必要があること、自分の行きたい研究室が1つしかないことを懸念していました。共通テストの配点が自分にとって有利であったことも含めて、最終的には総合人間学部を志望することに決めました。

最終的な出願先には親からの反対もありました。しかし大学を受験するのも進学するのも自分自身なので、できる限りは自分の意思を優先すべきだと思います。

2 学習計画とその内容・方法

私は人の話を聞いて理解するのが極端に苦手なタイプであったため、参考書での自学自習をメインにしていました。部活は高3の6月まで陸上をしていて週に6日は練習をしていたので、普段から長時間の勉強時間を取ることは難しかったのですが、毎日夜の1～2時間は数学の勉強時間に充て、標準問題精講の数学シリーズを高2のうちに固められていました。

また高校3年生になったタイミングで化学に取り掛かり教科書を中心に原理を理解することを意識して勉強しました。原理解のためには教科書の基本事項を理解することも大切ですが、問題数をこなさないと見えてこない部分もあります。実際、私も学校の問題集(リードα)の理論化学の問題は全て解きました。有機化学無機化学については夏休みから秋にかけて教科書に出てくる化合物・反応式は全て覚え、共通テスト前にも知識問題の対策として教科書を読み込みました。京大の化学は取り掛かりやすい問題が多いため、過去問は夏休み終盤から解き始め、最終的には模試の過去問も含めて20年分やりました。

私は物理に苦手意識があり、夏時点で力学の簡単な所しか理解できていない状態でした。京大の物理は大問が3つあるうち力学と電磁気は毎年必ず出ているので、その2つの分野に絞って演習を進めました。大問が3つとも配点と同じと考え、大問2つでも7割程度の配点はあります。大問2つで8割を取れば大体の学部で合格点には足ります。(力学と電磁気が難しく点を取れない場合もあるので他の分野の問題が解けるに越したことはないです！)

3 後輩へのアドバイス

私は過去問で出題される分野を確認しながら学習を進めていたので、過去問を見て戦略を練るのは大切だと思いました。正直志望校が完全に固まっているのなら高2のうちから過去問を解いてみるのもありだと思います(私は高3の夏から始めましたが、意外と出題されない分野があったりするので、もっと早く見れば良かったと少し後悔しました)。

最後に、私は冠模試で成績が振るわず、ほとんどの模試で判定は1番下でした。そんな自分が現役で合格出来たのは京大に入りたいという強い執念があったからだだと思います。思いの強さでは誰にも負けない自信はあったので、本番も緊張はありつつも落ち着いて問題を解くことができました。受験はしんどいことも多いですが自分を信じて頑張ってください！皆さんの成功を心から願っています。

Cさん 【 大阪大学 薬学部 薬学科 】

1 志望校決定の過程や志望理由

僕は薬学部を志望するまでは農学部を志望していました。元々生物が好きで、中学と高校前半は主に生物学を学びたく、海洋生物が好きだったので農学部を志望していました。しかし高校2年での有機化学を経て、生物と有機化学どちらもの面白さを持った薬学に興味を持ち、薬学部を志望しました。高校2年後期という受験が本格的に始まるタイミングで志望学部を変えたのは受験に不利となったのかもしれませんが、自分の興味に忠実に進路を変えたことはいい選択だったと思います。この経験から、後輩の皆さんには、大学に入って後悔しないためにも柔軟な進路選択をお勧めしたいです。

また、推薦入試を受けたことに関しては、大阪大学薬学部が博士課程を含めた10年一貫コースを学校推薦型入試でのみ設けていたことが主な理由です。僕自身博士課程への進学は元々考えていたので、本来受験生の不安となるであろう10年という数字にも、特に不安は抱いていませんでした。また、学校推薦型入試だと共通テスト以外に僕の苦手とする英語がなく、小論文や面接で僕の得意とする有機化学や生物を扱えるため有利であろうと考えたことも、推薦入試を受けた理由の一つです。このように、推薦入試は自身の得意な入試方式で戦えることもあるため、特に得手不得手がはっきりしている人に一度考えてみることをお勧めしたいです。

2 学習計画とその内容・方法

僕は正直高校2年まではあまり勉強と真面目に向き合っていませんでした。高校3年生になっても体力がなく、せいぜい休日に7～8時間勉強するのが関の山といった感じてました。それでも合格を掴み取れたのは、自分にあった勉強法を行えていたことと、好きな科目だけは周囲より多く勉強していたことが大きな要因だと思います。まず前者に関しては、僕が丸一日を勉強で消費するのが嫌だったため、できるだけ勉強時間を減らせるように工夫して勉強をしていたことが挙げられると思います。例えば英単語だと覚えられないものは語源を調べたり、数学だと時間をノルマにするのではなく、やり切る期間を決めて問題集1冊に取り組んだりしていました。そういった勉強時間を減らせるように自分なりに覚えやすかったり集中力を上げられたりする勉強法を見つけて行なっていたのが、勉強の質を高めることに繋がったのだと思います。また、後者に関しては、文字通り、生物や有機化学、数学（特に積分）だけはサボらずやっていたことが挙げられると思います。有機化学も積分も、理系であれば合否を分ける分野となることが多いので、そこが得意であったことは受験で非常に有利であったと思います。僕は推薦で受かったことで二次試験を受けることはなかったのですが、それでも勉強のモチベになったり自己肯定感を保つことにつながったり、利点は多かったように思います。この経験から、後輩の皆さんにも勉強があまり好きではない人でも得意な教科だけはやってみることや、自分なりの勉強法を持つことはお勧めしたいです。

3 後輩へのアドバイス

僕は勉強をすることだけでなく、精神の負担を考えることも大事だと考えます。精神がやられると明らかにモチベも効率も下がりますし、精神的に弱っていると大きなミスが起こったりそれが連鎖してしまったりと悪影響が大きいです。ですから後輩の皆さんには、一心に勉強するのも大事ですが、自分のメンタルを大事にして受験期を過ごすことを心がけてみてほしいと思います。皆さんの希望する進路が実現することを願っています。

Dさん 【 大阪大学 外国語学部 外国語学科 】

1 志望校決定の過程や志望理由

高校入試を経験して英語の学習が好きになり、他にも言語を習得したいと思い、国際関係の学部に興味を持つようになりました。関西圏で外国語を学べる大学を探し、大阪大学の外国語学部を志望しました。また、留学をしたい、将来は海外で働きたいという自分の希望にも合っていたため、3年生の夏頃から本格的に阪大の外国語学部を目指しました。

2 学習計画とその内容・方法

高3の5月に部活を引退するまでは、まとまった勉強をするのは定期考査の期間だけでしたが、放課後に毎日単語帳を開いたり、数学でわからなかったところの復習をしたりするなど、机に向かわない日を作らないことを意識していました。毎日勉強する意識を身につけていたことで、部活を引退した時にすぐに勉強に切り替えることができました。引退後は勉強に集中するため、放課後は塾の自習室へ行き、休日は朝から夜まで自習室で勉強していました。共通テスト1ヶ月前までは二次試験の科目を重点的に、1ヶ月前からは共通テスト対策に集中しました。共通テスト対策では、とにかく自分の苦手をなくすことを意識して、過去問演習で自分がミスしたところは付箋に書き出して後から自分の苦手を見返せるようにしていました。共通テストでは基本的なことが問われるので、自分の苦手を消していくことが大切だと思います。

二次試験で使った英語・国語・世界史についても、基礎を疎かにしないことが大切だと思います。英語については、音読やシャドーイングを行うことで、リスニング力や、速読力が飛躍的に向上したと感じました。苦手だった英作文に関しては、自分の語彙力を増やすことを意識し、自分の英文を先生に添削していただき、知らなかった表現は適宜覚えるようにしていました。国語に関しては、古文の助動詞、単語、掛詞は暗記し、問題演習を通して読み方を身につけました。現代文は参考書を使って評論文特有の読み方を習得していくことが大切だと思います。世界史では、時代の流れを掴み、どの出来事が他の地域の出来事と連動しているのかを理解し、世界を俯瞰的に見て学習することが大切だと感じました。二次試験も、基礎が大きな土台となるので、基礎を習得することを意識しながら頑張ってください。

3 後輩へのアドバイス

受験勉強は本当に辛いですが、自分は友達や家族に支えられてなんとか第一志望に合格することができました。メンタルが崩壊しかけた時も、友達とのコンビニ休憩や一緒に食べた昼ごはんがモチベーションになり、今では大切な思い出です。辛い時だからこそ、小さな喜びを見つけて、友達と切磋琢磨しながら頑張ってください。応援しています！

Eさん 【 神戸大学 国際人間学部 グローバル文化学科 】

1 志望校決定の過程や志望理由

神戸大学を志望した理由は、関西圏の国公立で自分が目指せるギリギリに位置していたからという単純なものでしたが、大学について調べていくうちに留学をしてみたいという僕の希望に合っていたこともあり強く目指すようになりました。また国際人間科学部では広い分野を学べるので新しいことに出会えそうだと思ったからです。

2 学習計画とその内容・方法

勉強を始めたのは2年の11月頃でした。僕はサッカー部に入っていて6月の引退からでは間に合わないと思いこの時期から始めました。このときは毎日家に帰るとヘトヘトで寝てしまうことが多かったのですが、短い時間でも全く勉強をしない日を作らなかったのが、引退後すぐに勉強に切り替えられたことにつながったのだと思います。11月の選手権まで続けるかは悩みましたが、インターハイで引退して勉強に集中できたことがよかったですと思います。僕はふたつのことを同時にできるほど器用ではないので、勉強とリラクスの時間のメリハリをつけていました。

受験勉強を進める上で大切なのは復習だだと思います。問題を一回とただけでは自分が思っているより定着しません。受験期は焦ることが多く参考書を終わらせるスピードに目がいきがちですが、何周もして絶対解けるようにすることが大切です。また3年になると模試を受けることが多くなります。模試をペースメーカーに勉強計画を進めていました。判定に一喜一憂することもありましたが、本番で点を取ればよいと思って切り替えていました。判定以上に大事なのは解けなかった問題を解けるようにすることです。僕は日本史が苦手だったのですが、模試で間違えた問題を参考書で調べ直し、その周辺の知識を付箋にまとめた付箋ノートを作ることで苦手分野が整理できて、同じ問題を間違えることが減りました。模試をうまく活用するのが重要です。

もう一つ伝えたいことは基礎を舐めてはいけないということです。周りの勉強の進み具合に焦って難しい問題を解こうとしましたが、全然解けませんでした。基本問題はおもしろくなく、やるのが嫌になると思いますが、実は1番力になると思います。

3 後輩へのアドバイス

受験期に僕が1番思ったのは勉強よりもメンタル勝負ということです。勉強をしても成績が伸びず模試でも結果が出なかったり、周りの人が遊んでいるのを見たりしてやる気がなくなることもありました。こういうとき僕はいろんなものをモチベーションにしていました。例えば、お昼ごはんや友達とのコンビニ休憩などです。受験勉強はしんどいものですが終わったときの開放感、受かったときの嬉しさはほんとうにヤバいです。自分を信じて頑張ってください。応援しています！

1 志望校決定の過程や志望理由

私は受験をするにあたって、様々な受験方式で受けて受験回数を増やしたいと考えていました。そのため学校推薦型や総合型といった選抜方式を調べていました。そのことを先生に相談すると、神戸大学の志入試という総合型選抜があることを教えていただきました。私は特に将来の夢や、やりたいことがあった訳ではないですが、入試方式や大学を調べる中で面白い研究や学びたいことがあったので神戸大学の志入試を受けることに決めました。

2 学習計画とその内容・方法

まず、前提として私は総合型の対策にも取り組みながら一般入試の勉強も取り組んでいました。そのため、総合型の対策に取り組み、一般の勉強が疎かになることがあるのなら総合型などを受けることをおすすめしません。落ちることを想定して計画を立て実行することが大切だと思います。私は定期テストなどでしっかり勉強していたので基礎はしっかりしていました。そのため、総合型の対策に時間を割くことができました。受験勉強を本格的に始めたのは3年生になってからで3年生のはじめは1、2年生の復習をしていました。総合型を受けようと考え始めたのは3年生の春からでしたが、本格的に総合型の対策に取り組み始めたのは入試の1ヶ月程前でした。入試が9月の末だったので、夏休みがおわるまでは一般入試の勉強をしていました。やって良かった勉強法は「友達に教える」という勉強法です。教えることで自分の理解が広がり、わかっていなかった部分も理解できるようになるので非常にオススメです。さらに、友達の勉強にもなるので一石二鳥です。

3 後輩へのアドバイス

個人的に受験で一番大切だと思うのは計画を立てて実行できるかどうかだと思います。特に計画を立てるということは大切だと思います。私は計画を上手く立てることができたので心に余裕が生まれ、受験を乗り越えることができたと思います。受験は本当に大変でしんどいと思いますが、その分受かった時は本当に嬉しいのに加えて頑張った良かったと思えるので最後まで頑張ってください。

Gさん 【 京都府立医科大学 医学部 医学科 】

1 志望校決定の過程や志望理由

私は高校に入ってから化学に興味を持つようになり、高校2年までは薬学部志望でした。しかし、患者本人とその家族に寄り添いながら、一人一人に合った治療法を考えて、怪我や病気だけでなく心も癒やすことができる医師を目指そうと考え、高校3年になる直前に医学部志望に変更しました。

志望校を京都府立医科大学にした理由は、単科大学で1学年の生徒数が100人ほどなので、教授と生徒との距離が近くアットホームな雰囲気が自分に合っていると感じたことと、京都府立医科大学の附属病院が京都府全体の医療の要になっており、患者の満足度も高い病院なので、実習などを通して臨床に力を入れて学べそうだと思ったことです。

2 学習計画とその内容・方法

私が受験勉強をする上で一番大切にしていたのは、学校の授業です。塾の授業は高校3年になってから数学のみ受けましたが、高校1年の頃から学校の授業の予復習を毎日積み重ねることを心がけていました。特に古文単語や漢文の句法、英単語の小テストは頻繁にあるので勉強が大変な時もありましたが、毎回満点を取れるように準備して臨みました。また、定期考査をペースメーカーにして、理解があやふやな単元を残さないようにしていました。

高校2年の冬休みごろから受験を意識した勉強を始め、春休みにかけて数ⅢCの青チャートを解きました。高校3年になってからは、化学と生物の基本的な問題をスラスラ解けるように練習しました。夏休みは毎日12時間以上勉強するというノルマを自分に課し、それを達成するため、夜寝る前に机上に解きかけの問題集を広げてシャーペンと一緒に置いておき、翌朝否が応でもすぐに勉強を始められるようにしていました。夏は受験の天王山だとよく言われますが、私もその通りだと思います。秋から入試本番まではあつという間に過ぎていくので、夏休みの間に全教科穴がないよう基本を完璧にしておくことが大切です。夏休みが終わってからは理系科目の参考書や問題集を自分で選んで取り組み、秋ごろに京都府立医科大学と併願校の私立大学の過去問を解き始めました。冬休みからは共通テスト対策に集中し、新教科である情報の問題集とその他の教科の過去問5年分を正確に時間を測って解きました。私は共通テストが終わってから私立大学を2つ受験したのですが、知らない受験生に囲まれる試験会場の雰囲気に慣れることができる上、2月の間に私立大学で合格をもらえれば本命の国公立大学の受験に安心して臨めるので、受験しておいて良かったと思っています。京都府立医科大学の入試直前は、過去問で間違えた問題を解き直しつつ、使い込んだ参考書を使って最後の確認をしていました。

3 後輩へのアドバイス

日頃の学校の授業を大切にし、共通テストでしか使わない科目の勉強も手を抜かないようにしてください。洛北の先生方はレベルの高い授業をしてくださるので、信じてついていけば必ずと学力は上がると思います。また、わからないところをそのままにせず、先生に質問するようにしてください。私は特に化学の質問をすることが多く職員室に通い詰めていたのですが、その度に先生がわかりやすく丁寧に教えてくださったおかげで化学が1番の得意教科になり、入試本番でも自信を持って臨むことができました。

大学受験は苦しいことも不安なこともあると思いますが、友達や先生との関わりを大切に学校生活は全力で楽しみ、希望する進路を実現できるように頑張ってください。心から応援しています。

Hさん 【 東北大学 理学部 数学科 】

1 志望校決定の過程や志望理由

私が東北大学理学部数学科を志望したのは、高校3年の春頃でした。もともと数学が好きで、特に難しい問題に挑戦するのが楽しいと感じていました。理学部数学科なら、そうした数学の世界にどっぷり浸かれると思ったのが一番の理由です。

また、東北大学は硬式野球部があり、小1からずっと続けている野球を大学でも続けたいと思っていたのでこの大学にしました。

2 学習計画とその内容・方法

勉強の方針は、とにかく「自分に必要な勉強を優先する」ことでした。学校の課題は最低限に抑え、授業も取舍選択しながら、効率重視で進めました。特に数学と物理・化学は、自分の選んだ問題集をひたすら解き進めるスタイルに切り替えました。

数学は、青チャートを早めに仕上げた後、『1対1対応の演習』や『やさ理』、さらに『東大・京大レベルの問題集』にも手を出し、とにかく演習量を増やしました。目標は「難問に慣れること」。質より量を重視し、手を動かす時間を確保することを意識しました。

物理は『良問の風』を終えた後、『名問の森』に進み、力学や電磁気の重い問題にも積極的に取り組みました。化学も『化学の新演習』を使い、どちらも問題数をこなして感覚を磨きました。共通テストは全教科バランス良く対策しましたが、正直そこまで高得点は狙わず、84%で良しとしました。あくまで二次重視。共通テスト後は即座に切り替え、東北大の過去問10年分を徹底演習。さらに時間があれば他大学の数学にも手を広げ、「どんな問題にも食らいつく力」を養いました。

3 後輩へのアドバイス

一番伝えたいのは、「自分に必要な勉強を見極めること」です。特に部活を最後まで続けるならなおさらです。

また、難問にどんどん挑戦することも大事です。最初は全く解けないし、つらい時間も多のですが、それを積み重ねることで、本番の問題が「思ったより簡単」と感じる瞬間がきっと来ます。僕自身、東北大の本番でも「見たことある」「解いたことがある」という感覚が、確実に得点につながりました。

最後に、部活と勉強の両立は大変だけど、野球をやり切った経験は自信になりました。途中で諦めず、どちらも本気で取り組めば、必ず自分の力になります。後悔のないよう、自分の道をしっかり進んでください。応援しています！

I さん 【 京都工芸繊維大学 工芸科学部 デザイン・建築課程 】

1 志望校決定の過程や志望理由

私はこの志望校にする際に、まず自分の興味のあることから何か仕事に繋がられるものはないかというところから考え、その結果志望校をこの大学、学部にしました。私はみなさんにもこの決め方をお勧めします。なぜなら、やっぱり自分が興味のあるものはそれについて調べているだけでも楽しいし将来のことも想像しやすいので、それが受験勉強のモチベーションになって志望校もすぐに決まるからです。どうしても興味があるものがはっきりしない、そもそもそういうものがないという人は、周りの人は意外と自分よりも自分が得意そうなものや向いていそうなことがわかっていたりするので、相談してみると良いと思います。実際に私も父親の軽い一言で建築に興味を持ち、この志望校にしましたし、周りの意見というのは自分を客観視できるものなので大切にすべきだと思います。

2 学習計画とその内容・方法

私は周りの人たちと比べて勉強を始めるのが非常に遅く、3年の夏休みですら遊んでしまって全く勉強をしない日も少なくなく、本格的に勉強を始めたのは3年の文化祭が終わったあたりからでした。なのであまり参考にはしてほしくないですが、こんな状態からでもある程度の大学には行ける可能性があるということを知って、最後まで諦めずに頑張るための助けとなれば良いと思いながら書きます。僕には本当に時間がなかったのですが、ざっくりで良いので優先順位を決めてしっかり計画を立てることが大事だと感じました。その中でも絶対に飛ばしてはダメで特に優先してやってほしいことは、どれだけ遅れていても基礎を固めることです。周りより遅れていると焦って、周りに合わせた進度で応用に手を出したくなる気持ちはわかりますが、応用が全くわからない原因は意外と基礎的なところにあり、結局応用をやった時間が無駄になってしまうので基礎は大切にしてください。またこの時期から勉強を本格的に始めると本当に時間がないので、参考書は1周で完璧にしてください。そのために1ページ1ページをしっかりと丁寧に、わからない問題はぼんやり理解するのではなく時間をかけてしっかり理解してください。また、参考書をやり進めるときは、それをどれだけの期間で終わらせるかを決めてそのためには1日何ページやれば良いかを計算しておく、1日にやらなければいけない量がはっきりして効率良く勉強できるのでおすすめです。

3 後輩へのアドバイス

もともと勉強で量をこなすことができなかつた私が一日10時間以上の勉強を毎日続けることができたのは、賢くて量をこなせる友達と一緒に勉強していたからです。みなさんもこのような友達を作りお互いに鼓舞し合えるような関係で勉強を進めていくとうまくいくと思います。またどれだけ追い込まれていても休息を取ることは大事です。疲労を溜め込みすぎると勉強の効率が落ちてしまうので、一週間に一回ぐらいはしっかり休息の時間を作って勉強に励むと良いと思います。

Jさん 【 大阪公立大学 商学部 】

1 志望校決定の過程や志望理由

僕が大阪公立大学商学部を志望しようと具体的に思いたしたのは2年生の夏休み前です。その頃に具体的な志望校、学部が決まっている人は皆無に等しいと思うので僕は珍しいと思います。大阪公立大学を志望した理由は祖父母の家が近く、自分が目指せるレベルより上であると感じたことが主で、商学部を志望した理由は、文系学部の中では特に幅広い分野が学べること、会計などの資格を取ることができるといった点です。

2 学習計画とその内容・方法

僕は3年間ラグビー部に所属していた関係もあり受験勉強のスタートはとても早く切りましたがスピードは亀でした。具体的に言うと2年生の夏休みから宿題と並行しながら数学と英語の参考書学習をスタートしました。周りは人によりますがだいたい2年の12月くらいから受験生モードに入っていくので、今1.2年生で読んでくださっている人がいて、部活を最後までやり切りたい！ という人は手遅れになる前にはやめにスタート切りましょう！ 特にラグビー部は引退が最短でも11月で、厳しい戦いになることは必至です。他の部活でも引退がとても遅い場合があります！僕は引退するまでとにかく耐えの勉強を続けていました。少しでも定着度を高めるために何度も何度も単語帳を見たり、できなかった数学の問題は×マークをつけたりして何度も取り組みました！ こういう泥臭さがのちに自信に繋がっていきます！引退後は今までのラグビー部で得てきた経験を爆発させて、合格まで走りきることができました。走りきれた要因は周りの人々の協力だと思っています。皆さんも周りの友達、先生、家族に感謝しながら勉強しましょう！僕もしんどいと感じた時には今まで周りに助けてもらっているのにサボれないなと思いながら勉強していました。

3 後輩へのアドバイス

今読んでいる人が3年生で、一般的に志望校のレベルが高いと言われている人の中で、1.2年生もサボってしまっていたと言う人は、今すぐ最短ルートを探しましょう。最短ルートといっても、楽なわけではなく、そのルートでいかに泥臭く勉強できるかがカギです。今までサボっていたという人も、受験は甘いものではないと再認識して、自分の課題に何度もぶち当たってください。1.2年生でサボってなかった人も、余裕をこくのではなく、これまでサボってきていた人以上に勉強してやりましょう。受験において油断は本当に禁物です。僕も周りの受験生も実感していると思います。

1.2年生は、勉強ももちろん、いろんな分野のことに目を向けて、本気で取り組んでください！今しかできないことが本当にたくさんあります。勉強、部活、学校生活、趣味、友達、恋愛(できる人は！笑)はとりかえしつきませんよ！本当に今を楽しんでください！最後に、他の人と自分自身を比べないことを強くおすすめします！人それぞれの目標があり、やり方があるからです！わざわざ比べていたら、人間関係もこじれちゃいます。しんどいと思った時には、口角を上げて、笑顔になって、また立ち向かいましょう！応援してます！！

Kさん 【 大阪公立大学 現代システム科学域 】

1 志望校決定の過程や志望理由

私は情報系に興味を持ち、2年生の頃から大阪大学工学部を志望していましたが、最終的には大阪公立大学現代システム科学域を受験し、無事に合格することができました。この学域を志望することになった理由は大きく3つあります。1つ目は、自分の学びたい情報系の分野がしっかり学べる場所であったからです。2つ目は、共通テストでの点数が足りなかったため、他の選択肢を検討する必要があったことです。そして3つ目は、得意な英語と数学だけで二次試験が受験できた点です。

私は2年生の頃から理科があまり得意ではなく、努力は続けていたものの、なかなか成果を出すことができず自信を失っていました。その結果、共通テスト本番でも思ったような点数が取れませんでした。一方で、英語や数学に関しては1年生の頃から積み重ねてきた努力が実を結び、大きな武器となりました。共通テスト後にいろいろと調べている中で、大阪公立大学現代システム科学域を見つけ、この学域で自分の目指す道が学べると思いました。

2 学習計画とその内容・方法

私が勉強計画を立てる際に最も気を付けていたことは、勉強を中途半端にしないことです。計画を立てるときには、必ず「今日やるべきことをきちんと終わらせる」という意識を持って取り組んでいました。実際に行っていた方法は、ポモドーロテクニックといって、25分間の勉強と5分間の休憩を繰り返すというものです。しかし、私はこの時間を2倍にして、50分間の勉強と10分間の休憩を取り入れていました。この方法は、自分の集中力に合わせて調整できるので非常に効果的でした。私は元々落ち着きのない性格で、長時間集中することが苦手でした。ですので、長時間の勉強がどうしても続かず、集中力が途切れてしまうことが多かったです。しかし、このポモドーロテクニックを取り入れることで、1回1回の勉強時間が長くなくても、1日を通して着実に勉強時間を確保することができるようになりました。

また、長い勉強時間を確保することが難しい状況でも、短時間で集中できる環境を作ることが大切だと思います。例えば、スマートフォンを別の部屋に置く、静かな場所を選ぶなど、工夫することで短時間でも効果的に学習を進めることができました。

3 後輩へのアドバイス

私が皆さんに一番大切にしてほしいことは、いち早く自分に合った勉強法を見つけることです。勉強法にはたくさんの選択肢があり、他の人に効果的だった方法が必ずしも自分に合うとは限りません。例えば、ある賢い人が使っている勉強法が自分に合うとは限らないし、周りの人がうまくいっている方法が必ずしも自分にも合うわけではありません。そのため、自分にぴったりの勉強法を見つけることが非常に重要だと思います。そのためには、早い段階からいろんな勉強法を試してみたり、他の人のやり方を参考にしたりして、さまざまな方法を実践することが大切です。自分に合った勉強法を見つけることができれば、効率よく学習を進めることができ、最終的には大きな成果を得ることができると思います。最初は試行錯誤が必要かもしれませんが、無駄に感じる時間も後の自分にとっては貴重な経験になります。だからこそ、早いうちから自分に合った勉強法を見つけて、無理なく続けられる方法を探してほしいと思います。

Ｌさん 【 京都府立大学 農学食科学部 和食文化学科 】

1 志望校決定の過程や志望理由

私は元々、京都の諸課題を解決するための政策を学ぶ、京都府立大学公共政策学科を学校推薦型選抜で志望していました。しかし残念な結果に終わってしまったので、模試の判定などを参考に改めて志望校を考えました。そんな時に会ったのが京都府立大学の農学食科学部和食文化学科です。私は茶道部だったので元々日本文化などにも興味があり、HP を見てもすごく楽しそうな学部だと感じたため、ここを第一志望に再決定しました。

2 学習計画とその内容・方法

上記でも述べたように、私は元々学校推薦型選抜を受けようと思っていたので、秋に忙しくなることを見越して夏休みに全教科の復習と演習を徹底的に行いました。6～8月（復習・国数英の演習）→9～11月（共テ+国公立二次の演習・推薦の勉強）→12～1月（共テ過去問・私大過去問）→2月（私大+国公立二次過去問）というような計画で勉強を進めていたと思います。やはり1番大変だったのは、共テと二次と推薦の勉強を同時進行していた頃です。焦ってばかりで精神的にも不安定でした。こうなってしまったのは、夏までに行った演習の量が足りなかったのだと思います。私は特に日本史が苦手で2年生の後期あたりからずっと放置し続けて3年生になってしまったので、知識がスカスカでした。そのため夏休みの復習が初見の授業のようになってしまい、非常に効率が悪く、問題集にたどり着くのに時間もかかってしまいました。そのため私は皆さんに、自分の親科目（日本史・生物等）の復習を今からでも始めて欲しいということを伝えたいです。親科目は確実に他の教科よりも時間をかける必要があります。特に歴史系は時間をかけて覚えれば覚えるほど得点につながります。今から復習を始めて、それを繰り返すことで記憶の層を何層にも重ねることができ、確実に知識を定着させることができます。暗記科目にしても、他の科目にしても、大事なことはとにかく演習量・回数を増やすことです。

3 後輩へのアドバイス

私がアドバイスしたいことは、精神面についてです。私は推薦に100%の力を注いでいたつもりだったので、不合格を知った時は人生のどん底に落ちたような気分でした。その日は勉強が何も手につかず途方に暮れていましたが、家族や友達、先生にたくさん励ましてもらい、なんとか勉強を再開することができました。受験はこのように、頑張っても結果が出ないことが多々あります。そんな時は遠慮せず周りの人を頼ってください。きっとみんな優しい言葉をかけ、次に向けて激励してくれると思います。また、日頃の勉強でやる気が出ない時は、一旦寝る・志望校について調べるなどしてリフレッシュすると良いと思います。このように、やる気が出ない時や思うような結果が出なかった時にも、落ち着いて勉強を継続することが最終的に良い結果を掴み取るために必要なことだと思います。皆さんが自分の目指す進路を実現できることを心から願っています。

Mさん 【 京都教育大学 教育学部 幼児教育専攻 】

1 志望校決定の過程や志望理由

私が京都教育大学を志望した理由は将来幼稚園教員になりたいと考えていたからです。京都教育大学では1年生の頃からの豊富な実習をはじめ、少人数での活動となるので深く学ぶことができるのではないかと思います。また、他専攻との関わりも多く、多方面から教育について考えることができるというところに魅力を感じました。

2 学習計画とその内容・方法

私はもともと共通テストと2次試験を使う一般方式で受けようと考えていましたが、学校推薦型という方式があることを知り、推薦でも受けようとして対策を始めました。京都教育大学は志望理由をかなりしっかり書いて提出しなければならず、担任の先生のご指導のもと何度も書き直しました。志望理由書を書く中で自分が大学で何を学びたいのか、どんな教師像になりたいのかなど、将来の自分のことについて深く考えることができたと考えています。10月になると、担当の先生のご指導のもと本格的な小論文と面接の対策が始まりました。対策が始まったばかりのころは小論文も全然うまく書くことができず、1つの課題を何回も書き直しました。けれど何回も繰り返しご指導を受ける中で感覚を掴むことができ、最後には決められた時間内で問題の意図にそった解答を書けるようになりました。自分の志望する専攻が幼児教育だったので先生に貸していただいた家庭科の教科書や資料集を自分なりにまとめて対策ノートを作りました。面接練習では先生の体験談なども交えて具体的なアドバイスをくださり、とても参考になりました。小論文でも面接でも知識がないと説得力のあることを言うことができないと強く感じたし、担当してくださった先生方には本当に感謝しています。

3 後輩へのアドバイス

私から後輩たちに伝えたいことは対策はできるだけ早めから！ということですね。私は3年生の始めはまだ受験モードに入れていませんでした。でもほんとうに一瞬で時間は過ぎていくし、焦りもすごくありました。自分の中で興味のある分野を早めのうちから調べておくことで対策も早くできるし時間のあるうちに将来のことについて一度じっくり考えてみるのがとても大切だと思います。受験は大変でしんどいこともたくさんありますが、終わったあとの開放感はほんとうに幸せです。終わったあとのことを想像して一生懸命がんばってほしいなと思います！

Nさん 【 奈良教育大学 教育学部 幼年教育専修 】

1 志望校決定の過程や志望理由

私は中学生の頃から幼稚園教諭や保育士になりたいと思っていたため、幼児教育について学ぶことができる大学へ進学したいと考えていました。進路学習で様々な大学について調べていく中で、奈良教育大学の幼年教育専修がいちばん私には合っていると思い、ギリギリではありましたが、高校3年生の7月頃に志望を決めました。しかし、学力不足だった私にとって奈良教育大学に合格するということは高すぎる目標でした。そこで進路指導の先生と相談し、理解力・表現力・意欲等を総合的に評価する第一次選考に合格すれば、第二次選考として大学入学共通テストを受験するという総合型選抜で奈良教育大学を受験することにしました。

2 学習計画とその内容・方法

私は高校3年生の夏まで弓道部に所属していました。私は部活と勉強との両立ができずどちらも中途半端になっていました。受験勉強を本格的に始めたのは部活を引退してからでした。私には勉強するという習慣がなく、その習慣を身につけるため個別指導の塾に高校3年生の9月頃から通い始めました。私に合った勉強法を塾の先生と一緒に見つけ、共通テストに向けて平日は約6時間、休日は約10時間勉強していました。第一次選考の対策は放課後や休み時間を使い、進路指導の先生が指導してくださっていたので、自宅や塾では共通テスト対策の勉強しかしていませんでした。

私は、夜になるにつれて集中が続かなくなってしまうので、眠たくなり、集中できないと思った時は迷わず寝ていました。早ければ23時前には寝ていました。その代わり朝は6時ぐらいに起きるようにし、休日は共通テストの時間割に合わせて勉強するようにしていました。余った時間は英単語や、古単語、漢文の句法など暗記物をしていました。私は、書いた方が覚えられるタイプだったため、裏紙などに殴り書きで覚えたいことを何度も書いていました。初めは全教科を満遍なく勉強していましたが、11月末頃に第一次選考の合格がわかってからは、第二次選考で確実に得点を取ることができるよう、勉強する科目を国語、英語、数学Ⅰ、生物基礎・地学基礎に絞り、毎日ひたすら過去問を解いていました。参考書などをもう一度最初から見直すことはせず、過去問を解いてわからなかったことや、つまづいたことだけを見直すようにし、新しい知識はなるべく入れないようにしていました。共通テスト当日も単語類の確認だけをしていました。

3 後輩へのアドバイス

私が皆さんに伝えたいことは「自分が決めたことは諦めず最後までやり抜いてほしい」ということです。私は部活や勉強を何度も辞めたいと思う時がありました。しかし、ここで諦め、逃げてしまうと、絶対後悔すると思い頑張ってきました。そして実際、諦めずやり抜いたことで報われたと思うことがたくさんあります。周りには支えてくださっている保護者や先生方、そして何より一緒に戦っている友達があります。辛いことは溜め込まず、相談しやすい人に相談しながらそれぞれの決めた目標に向かって後悔のないよう頑張してほしいなと思います。

〇さん 【 滋賀大学 教育学部 】

1 志望校決定の過程

私が志望校を決定した過程の初めは母からの勧めでした。元々私は心理学に興味を持っていて教師というものに憧れもありました。高2の頃まではどちらかの道に進もうと考えていたのですが、母から教育学部に行ったら教育を中心にどちらの学問にも触れることができるという事を聞き、大学は決まっていなかったもののどこかの教育学部を目指したいと考えるようになりました。学校の進路学習などで大学を調べる機会があったので、家から通える国公立の大学を調べました。いくつかの大学がある中で私は滋賀大学の教育学部に惹かれました。滋賀大学では1年次の秋ごろに学科を決められるので、現時点では具体的に何の教師になりたいとまでは決まっていなかった私にとってすごくいい環境だと感じました。

2 学習計画とその内容・方法

私は部活動に所属していたので、高1、高2、高3の部活を引退するまでは最低限の課題以外全く勉強というものをしていませんでした。酷いことに高1、高2の授業はほぼ寝ていたし課題も間に合わないものは答えを写したりもしていましたし、定期テストなんてと毎回なめてかかりまともに勉強をしたことはありませんでした。なので引退してからすぐは勉強がわからない以前に毎日自分で勉強することがすごく苦痛で、その時点で周り比べてすごく差がありました。5月考査が終わってからようやく勉強の習慣というものが身につき、勉強をちゃんと始められたように思います。そのきっかけとしては、私は家で勉強することができないタイプだったので毎日自習室が利用できる塾に入ったというのが大きかったです。そしてまず大まかな目標として夏休み終わりまでを見据え、どの教科の何をどこまでやるかを決めました。ですが夏休みが終わった時点で達成できていた方が少なかったですし、試験当日もやり残しの多い教科もありました。その原因は自分のことをしっかり理解していなかったからです。そして自分を理解することができなかったのは勉強を始めるのが遅かったからだと思います。だからみなさんにはぜひ夏休みまでには自分の実力を理解し細かく予定を立てられるようになってほしいです。私は数学がすごく苦手だったし最終共テの得点率も37%程度でしたが、なんとか他でカバーすることができたので合格することができました。苦手な教科と向き合う事も大事で素敵な事だけど、得意を伸ばせるところから伸ばして苦手を減らすというふうになんかで補えればよいので、ある程度の諦める精神は大事です。そのためには自分が目指す大学の配点を知ることが大切なので、広い視野で備えには備えという気持ちで、受ける可能性が少しでもある大学は調べてほしいです。

3 後輩へのアドバイス

得点することは諦めてもいいけれど、合格することには執念を持って最後まで諦めないでほしいです。終わったあとなら楽しかったと思えたので、最後の1年勉強も遊びも全力で楽しんで周りへの感謝と小さい幸せを見落とさず頑張ってください。応援しています。

Pさん 【 筑波大学 総合学域群 第2類 】

(1)志望校決定の過程や志望理由

私が筑波大学を志望するようになったのは高校1年生の5月頃でした。私は陸上競技部に所属しており、顧問の先生に大学でも競技を続けるのであれば筑波大学を目指してみてもどうかとアドバイスをいただいたことがきっかけでした。勉強に関してはそれなりに自信があり、理系の国立大学への進学を考えていたため、部活動やサークル活動が盛んでかつ理系の研究にも力を入れている点は私にとって魅力的で筑波大学を志望校として考えるようになりました。

(2)学習計画とその内容・方法

部活動は朝練習があり午後練習も19時までと部活漬けの毎日で、通学にも時間を要し、6時前に家を出て帰宅するのは20時半頃という生活だったので、高校3年生の11月に部活動を引退するまでは平日に家で勉強をした記憶はほとんどありませんでした。ただ、高校に入学した段階でそういった生活になることは検討がついていたので学校での授業、休み時間と通学の時間はなるべく無駄にしないように心がけていました。学校の授業に関してはその授業時間中に全てを理解することはできなくても先生の話には積極的に耳を傾けるようにしていました。そのために意識していたのが授業と関係のない話でもメモを取ることです。授業中にメモを取る習慣は中学校の頃に付いていたのでそれを継続するだけでしたが、そうすることで否が応でも授業に集中することになり、授業を無駄にすることなく受けることができました。休み時間に関しても、帰宅してから課題をする時間はほとんどなかったのなるべく学校にいる間に取り組むように意識していました。また、電車での通学だったので英単語帳は常に持ち歩くようにして暇さえあれば単語帳を開くようにしていました。その甲斐があつてか、高校1年生の頃は苦手意識があつた英語も高校2年生の初めの方から長文も少しずつ読めるようになり、大学受験の際には得点源の科目となっていました。演習量に関しては周りに比べるとかなり少なく、定期考査前の勉強時間はクラスで最下位争いをしていましたが、学年順位は常に1、2位を保つことができました。

部活動を引退した高校3年生の11月の終わりの段階では周りに比べると学習時間でかなり遅れを取っている状況だったので、授業と授業外の勉強で全科目に触れるようにしながら全般的に学習を進めていきました。共通テストに関しても筑波大学の二次試験に関しても基礎が重要だったので、教科書の読み込みや学校で配布される問題集やプリント類を徹底して行いました。共通テストの際は演習不足感があり、実際に点数も伸び悩んだので二次の勉強は各科目10年程度は取り組むようにしてある程度の自信を持って挑むことができました。

(3)後輩へのアドバイス

1番はとにかく早く動き出すことです。私も本格的な受験勉強を始めたタイミングでは周囲から遅れを取っていましたが、1、2年生の頃の積み重ねがあつたからこそ学習に関しては遅れを取らずに済みました。行動し始めるのに早いに越したことはありません。思い立ったら今すぐにも動き始めましょう。

Qさん 【 同志社大学 社会学部 教育文化学科 】

1 志望校決定の過程や志望理由

私が推薦入試に挑戦しようと思ったのは高校二年生の春休みでした。進路講演会にて、多くの先輩方が推薦入試で合格しておられるのを聞き、自分も受けてみたいと思うようになりました。そこで、以前から憧れのあった同志社大学の推薦入試を受けることにしました。

2 学習計画とその内容・方法

この度、私は同志社大学社会学部教育文化学科に自己推薦入試という総合型入試で合格しました。自己推薦入試では、9月ごろに一次試験として志望理由書等の提出、そして一次試験合格者のみが二次試験の口頭試問、小論文を受験し、12月ごろに合格が決まりました。そこからの時間を英語の勉強や大学の準備に充てることができたのは、推薦入試ならではの強みかと思います。高二的春休みはオープンキャンパスに行き、情報をたくさん集めることに時間を使いました。一般入試と推薦入試どちらにも言えるのですが、受験は情報戦でもあるので、時間のある春休みの間に色々調べておくのと夏休みに勉強に使える時間が増えると思います。そして春休みからは推薦入試に備えてボランティア活動も始めました。ボランティア活動やビジネスコンテストなどに挑戦しておく、とても魅力的な実績が残るので、まだ時間のある高校一年生にはとてもおすすめです。そしてボランティアで学んだこと、感じた課題などをもとに自分のやりたいことを書き出していく作業を一週間ほどひたすら続けました。この時に自己分析を怠らず、細かいところまで全て書き出すのがポイントです。この自己分析シートが後々、いろいろな場面で役に立ちました。自己分析が終わったら、ついに志望理由書を書き始めます。私はこれが五月考査ごろでした。一次試験の出願締め切りが九月だったので三ヶ月以上も準備期間があったのですが、結局何度も書き直しをして完成したのは出願前日でした。より良い志望理由書を作り上げようと思うと、早め早めの行動が鍵になってきます。一ヶ月前から書き始めないようにしましょう。そして無事一次試験に合格することができ、二次試験の準備が10月頭ごろから始まりました。口頭試問では「自己の経験に関するプレゼンテーション」という課題があり、パワーポイントの作成をしなければなりません。ボランティア活動をはじめとした、様々な活動をプレゼンテーションでアピールするためには、話し方やパワーポイントの見やすさなどに工夫を凝らす必要がありました。そこで私はとにかく色々な人に自分のプレゼンテーションを聞いてもらい、様々なアドバイスを仰ぎました。友達や先生、塾に来ている小中学生にも聞いてもらい、質問してもらうことで面接対策も同時に行っていました。勉強と同じく、隙間時間を活用して志望理由などをぶつぶつ唱えていると自然と口から出てくるようになり当日はほとんど緊張することはありませんでした。

3 後輩へのアドバイス

これから推薦入試を受けようと考えている人も一般入試のつもりの人、何をしても早めの行動と情報が合格に近づく材料だと思います。いろいろな情報を集めて、合格に近づいていきましょう。応援しています！

1 志望校決定の過程や志望理由

私は小学生の頃からずっとハンドボールを続けてきました。スポーツを通して、楽しさや喜びを感じただけでなく、忍耐力、達成感を得て、仲間や監督、幅広い人との繋がりの大切さを学び、人として成長することができました。そして、自分も将来子どもたちにこういうことを教え、スポーツの魅力を伝えたいと思うようになりました。同志社大学の「スポーツと健康のエキスパートの育成」というテーマは、スポーツの魅力をより多くの人に伝え、人々に健康と喜びを与えスポーツを振興させたいという私の志向と一致していました。また、同志社大学で部活動を続けたいと思ったため同志社大学スポーツ健康科学部を志望しました。

2 学習計画とその内容・方法

私は、女子ハンドボール部に所属し、普段部活動があるため休みも少なく、なかなか勉強する時間が確保できませんでした。しかし、その中でも良い成績を取るために、1年生の頃から授業をしっかり聞き、授業の中でしっかり覚えることと空き時間を有効活用することを頑張っていました。朝と帰りの通学時間に勉強したり、出された課題はできるだけ早めに終わらせたりすることを心がけていました。加えて、毎朝電車に乗ってからこの駅までは英単語を覚えようと自分で約束を作り、少しずつでもコツコツと継続させて取り組んでいました。授業では、自分が気になったことをiPadで調べてみたり、その時先生が話す体験談や面白い話も楽しみながら聞いたり、自分がパツと思ったことや覚え方などをノートに書き込んでいました。そうすることで記憶に残りやすくテストでも思い出しやすいです。また、提出物はテストの1週間前には終わらせるなど、いつまでにこれをするという計画を立てることが大事だと思います。

そして、私が最も重要だと思うのは、生活リズムです。生活リズムが崩れると精神面にも悪影響を及ぼし、イライラしやすくなったり集中できなくなったりします。だから私はテスト前であっても徹夜せず睡眠はしっかり確保して生活リズムを整えるようにしていました。

テスト前に焦らなくていいように前もって計画を立て、毎日コツコツと取り組むことが成績向上につながり、進路実現につながると思います。

3 後輩へのアドバイス

自分は何をしたいのか、どこの大学に行きたいのかを早いうちから考えていくことが大事です。早いうちから考えていくことで、それを実現させるためにどうしないといけないかが見えてきます。自分はまだ1年生だから、2年生だからと言っては、後に後悔します。自分は何を学びたいのか、どうなりたいたのかを想像し計画し、今できることに全力を尽くし頑張ってください。

それと、大学を選ぶ時に悩んだり周りの人にいろいろ言われたりすることもあると思います。ですが、自分がやりたいこと、ここだと思うことを信じて頑張ってください！

きっと明るい未来が待っています。応援しています。

Sさん 【 関西大学 文学部 総合人文学科 】

1 志望校決定の過程や志望理由

進路について真剣に考え出したのは3年生になってからです。部活動があったのでオープンキャンパスなどにも参加できていませんでした。まず、3年生になってすぐに高大連携で立命館大学に行くかを決定しなければいけず、迷いましたが行きたい学部があったので指定校で頑張ることにしました。興味のある大学はいくつかありましたが、初めに行きたいと思っていたところは人と被っていて、ギリギリになっていけないことがわかりました。そこからは大学のことをたくさん調べて、自分に合っていて学びたい分野があった関西大学に決定しました。

2 学習計画とその内容・方法

とにかくテストを頑張りました。休み明けテストは特に結果に差が出やすく、頑張った分点数につながります。定期テストは一週間前くらいから勉強し始めました。2週間前から始める人もたくさんいるので、そんなに時間が作れないという人は本当に勉強の仕方が大事だと思います。暗記科目は早めに一周はしておいたり自分なりに覚えられるキーワードを考えたりしていました。文系科目は授業を聞いておくと最低でも内容は理解できるし、大事なところは意外と覚えていたりします。理系科目は苦手だったので最低ラインは決めて他の強化を確実にという感じでした。配点が大きいものは特に凡ミスをなくすだけでも大きく結果が変わります。

3 後輩へのアドバイス

ざっくりでもいいから大学のことを考えておくといいかなと思います。短期間で決定しないといけないことも多く、思っていたより時間がなかったです。2年生になってからはクラス内でもみんな勉強に力が入り出して焦るけど成績が伸び始める人も多かったです。指定校のための評定があとちょっとだけ足りない、なんてこともよくあるので悔いの残らないようにやりきってほしいです。高校生の時が一番忙しいと思います。しんどいし大変だけど部活や恋愛と一緒に勉強も青春の一つだなんて思うので、どれも同じくらいに高校生活頑張ってください！ 応援しています。

Tさん 【 京都橘大学 健康科学部 臨床検査学科 】

1 志望校決定の過程や志望理由

私は高校1年生の時からずっと臨床検査技師を目指しており、京都橘大学の健康科学部・臨床検査学科を志望していました。高校2年生の時に学校推薦型選抜の公募推薦があることを知り公募推薦で受験することに決めました。京都橘大学の公募推薦には併願制と専願制があります。第一位希望の大学だったので専願制を選択しようと思っておりましたが、奨学金を取るためには公募推薦の併願制で合格し、さらに一般選抜前期で成績上位(学科ごとに18人以内)に入らなければならないという条件があったので併願制で受験しました。

2 学習計画とその内容・方法

私が受験した大学は共通テストとは全く異なる私立独特の問題形式だったので、あくまで私にとっての体験を書くことにはなりますが、少しでも参考になれば幸いです。

強化指定部ということを理由に1、2年生の時はあまり勉強をしていませんでした。なので3年の6月に引退してから本格的に受験勉強を開始しました。公募推薦は11月中旬、合否発表がその2週間後にあり、一般選抜は1月下旬という受験スケジュールでした。公募推薦は基礎の「英語」「数学」、一般選抜は「英語」「数学」「生物」の教科を選択することにしました。まず公募推薦までの5ヶ月は英語と数学を、公募推薦が終わってから一般選抜までの2ヶ月は生物を加えた3教科を勉強していました。ここでは私が受験で選択した「英語」「数学」「生物」の3教科について書きます。

『英語』

一番苦手な教科ということもありずっと逃げてきていたので、シス単(単語帳)はほぼ1からのスタートでした。ひたすらシス単で覚えていましたが書いてある配置や順番で覚えるようになってしまったため Quizlet というアプリを使うことにしました。英単語だけが書かれてあり「似た意味の英単語を選びなさい。」という問題が多く出題されていたので、Quizlet で英語から日本語へ瞬発的に訳せる訓練をしていました。それでもすぐに忘れてしまうので常に1から復習することを心がけていました。長文はとにかく数をこなし、自分にあった読み方ができるようにしていました。

『数学』

幸いにもIA だけだったので高得点を狙うためどの問題も妥協しないようにしていました。使用していたものはサクシードと基礎問題精講で、わからなかった問題には丸をつけ3、4周くらい解きました。あとは過去問をスラスラ解けるようにしていました。

『生物』

生物基礎・生物のリードαをまずは読み、その後問題を3周ほど解きました。生物に関しては教科書の隅に載っているようなことまで問われていたので、生物の資料集までしっかりと読み込んでいました。

3 後輩へのアドバイス

とにかく今のうちから英単語だけはしておいてください。私も先輩のアドバイスを聞きやらなければと思いながらも行動に移すことができず、3年になって本当に後悔しました。毎回単語テストの範囲は進んでいきますが復習するときは1からやることをおすすめします。

1 志望校決定の過程や志望理由

第一志望の大学には不合格だったからこそ、伝えられることがあると思って書きました。

私は色々あって高校2年生の12月に進路について真剣に向き合う機会がありました。しかし当時どの大学を志望するかはもちろん、勉強すらおろそかに考えていました。苦勞して勉強して国公立大学を目指す意味が私には理解できなくて「なぜ目指すのか？」を当時の担任の先生に質問しました。するとその先生は「人生を変えるためにやってるねんで」と一言だけ。もちろんその時も意味がよくわからなかったです。でも、その時に「受験で人生を変える」というのがどういうことなのか自分で確かめたい！人生を変えたい！ そう思って国公立大学を目指すようになりました。

2 学習計画とその内容・方法

以下私がやっていた国公立大学(文系)の勉強です。大まかな流れとしては①夏終わりまで基礎→②9月の第1回駿ベネが終わったら二次→③12月18日から共テ演習です。夏が終わるまでは国数英の基礎に徹してください。理社は基本的には授業、定期テスト、模試の復習くらいでした。夏休みに理社を一周しておくのはおすすめです。旧帝レベルの人は秋に二次の過去問研究と対策、滑り止めの私立の過去問研究をすることをお勧めします。11月、12月は共テの勉強がしなくなって、結果的に共テ後から初めて二次の問題や私立に触れることとなって間に合わなくなります。あと単語は最後までやり続けるべきだと思います。私も2月25日まで毎日欠かさずシス単と古単をやっていました。(あくまでも勉強がでなかった私がやっていた勉強です。賢い人は8月から二次とか普通にやってました。)

3 後輩へのアドバイス

- ・ 関関同立はなめない方がいい
- ・ 結果に一喜一憂しない(難しいけどね)
- ・ 復習と言語化を大切に
- ・ できないを受け止める
- ・ 人を頼る

勉強するうえで一番大切にしていたのが復習と言語化です。模試や自分が解いた問題をそのままにしないこと。出来ない時、解けなかった時に自分の思考を言語化することや解けるように工夫して言語化することを大切にしていました。あとは志望校を「実力がないから」という理由だけで下げないでほしいです。下げるのは共通テストの結果を見てからで十分です。一年あれば300点くらいあげられます。「焦らずあわてずあきらめず」です。壁は超えられる人の前にしか現れません。悩むこと苦しむことはあると思います。でもその先には合否にかかわらず必ず光が待っています。自分を信じて3月12日まで駆け抜けられることを願っています。

Vさん 【 日本大学 経済学部 経済学科 】

1 志望校決定の理由やその過程

私は、3年間主に部活動に励んできました。私が進路について考え出したのは、3年生になったばかりの時、1、2年生の時はあまり自分の進路について考えたことがありませんでした。3年生の頃にスポーツ推薦の話があったことがきっかけで、この大学に決めました。また、私は行動経済学について興味を持っていたため、この学部を決めました。

2 学習計画とその方法・過程

私は、勉強があまり好きではなく今やっている部活が大好きです。なので私は、1年生の頃はずっと部活を優先していて、あまり勉強をしていなかったように思います。部活を優先していたからといって遥かに上達することはなく、部活も勉強も中途半端な状態になっていました。そこで、私は2年生の頃からしっかり計画的に勉強を行おうと思い、1日2、3時間を目安に頑張りました。最初は、あまり勉強をしてなかったせいかすぐに集中力が切れ、勉強がなかなか捗りませんでした。なので、最初から2時間3時間やるのではなく、30分勉強を行い少しずつ勉強時間を伸ばして集中力を上げていきました。また、勉強をしていく中で自分なりに目標を決め、その目標を必ず達成することを大切にし、頑張ってきました。自分がその日にできる目標でいいです。最初から大きい目標をつけてしまうとできないので小さい目標からコツコツとすることを重要にして下さい。それらを行うことで、定期テストでは前のテストの結果より遥かにいい点数を取ることができました。また、部活でも目標を決め、その目標を必ず達成することを意識して取り組みました。その頃から、だんだんと上達していったように思います。そうして大会でも結果を出していった結果、スポーツ推薦をいただいて日本大学に行けることになりました。

3 後輩へのアドバイス

私が一番伝えたいことは、スポーツ推薦で行こうと思っている人でもしっかりと勉強をしておくことが大切だということです。スポーツ推薦で自分が行きたいと思っている大学があっても確実に行けるとは限りません。もし、スポーツ推薦がダメだったとしても勉強をしっかりとしていたら指定校または一般受験などでも行くことが十分可能です。だから、スポーツ推薦で行こうと思っている人でもしっかりと勉強しておいてください。また、私もそうだったのですが勉強が少しずつできるようになれば、次第に競技力向上に繋がります。文武両道を目指して頑張ってください。

最後に、受験生はこれから様々な困難に立ちはだかることだと思います。一度は、諦めてしまいそうになることがあると思います。ですが、決して諦めずに踏ん張って頑張ってください。ここで頑張れるか頑張れないかで今後の人生の中で大きく変わってくると思います。また、あまり無理しすぎないように自分の体も大切にしてください。皆さんが後悔のない受験生活を過ごし、希望の進路に行けることを心から願っています。応援しています！

Wさん 【 防衛大学校 理工学専攻 】

1 志望校決定の過程や志望理由

私は小学校の頃から自衛隊に興味があり、自衛官の道に進もうと考えていました。中学3年の時祖父に話をすると、防衛大学校を目指してみてもどうかと言われ、存在を知りました。その後調べるうちに、学業や訓練などを通して、幹部自衛官として将来必要となる知識や技能を身につけることができる点に加え、豊かな人間性や、進展性のある基盤的素養を養うことができると知り、志望しました。

2 学習計画とその方法・過程

高校3年になってから、試験に向けて本格的に勉強を始めました。正直、試験日が他の学校に比べて早いため、スタートが遅れたと感じていました。それに加えて、1年と2年の授業は寝ていることが多く、内容がほとんど身に付いていませんでした。自分の弱点を分析した結果、最も足りていないのは基礎力だと感じたため、まずは基礎からの復習を徹底することに決めました。

4月から6月中旬までは、サクシードやリード α などの基礎教材を使って、1年生と2年生の内容をしっかりと復習しました。最初は進みが遅く、内容が頭に入ってこないこともありましたが、少しずつ理解が深まると、解ける問題が増えていきました。特に数学や英語は基礎がしっかりしていないと解けない部分が多いため、ひたすら問題を解くことで理解を深めました。この時期は、焦らずに確実に基礎を固めることを意識し、無理に先に進まず、理解できるまで繰り返し復習しました。

基礎を固めた後は、過去問や一部の発展問題に取り組み始めました。特に過去問は、自分の弱点を確認するために非常に有効でした。初めて過去問を解いたときは、ほとんど解けない部分もありましたが、間違えた問題は、解説を読み直すことで理解が深まりました。過去問を解くことで、試験の形式や時間配分にも慣れることができ、試験の本番に向けて自信をつけることができました。

部活動に所属していたため、平日は勉強時間が限られていました。そのため、週末や長期休暇の時間を使って集中して勉強することを心掛けました。平日でも、英単語の暗記や問題集を解くなどして効率よく勉強しました。部活動が終わった後は、自習室を利用して集中して勉強する時間を増やしました。

試験の2ヶ月前には、模試の結果がE判定かD判定であり、正直なところ不安でいっぱいでした。しかし、あきらめずに続けることで、最終的に合格することができました。

3 後輩へのアドバイス

遅れてスタートしても諦めずに取り組んでください。私は、1年も2年も失敗し、基礎ができていなくても一から学習することでE判定から合格することができました。3年になると、試験までの時間が短く、心配になる人が多いと思います。しかし、やっていくうちに身につけていることが実感できると思います。

「合格体験記」を読むための補助資料①

【入試方式について】

「合格体験記」を寄稿してくれた先輩の中には、一般入試だけでなく、様々な入試方式で合格した人がいます。そこで、一般入試の他にどんな入試があるのか説明しておきます。なお、一昨年度から推薦入試は「学校推薦型選抜」に、AO入試は「総合型選抜」に名称が変わっています。

「学校推薦型選抜・総合型選抜」とは、大学・短大等がそれぞれ人物・成績・活動実績などの推薦基準を定め、その基準を満たしている受験生が出身学校長の推薦を得たり、自己の適性を示す書類を提出したりすることによって出願する入試形態です。ここでは、学校推薦型選抜・総合型選抜の概略を説明しますが、選考方法や出願資格は多様なので、個別にしっかりと調べる必要があります。

現在の入試制度では「学力の3要素（知識・技能、思考力・判断力・表現力、主体性・多様性・協働性）」をより重視したものとなっています。学校推薦型選抜・総合型選抜では、高校3年間の活動履歴や資格等が評価対象となるとともに、何らかの学力・適性把握措置（ペーパーテストや小論文など）がとられます。ポートフォリオなどを活用し自分の適性をよく見極め、大学のアドミッションポリシーに合うかについて、よく調べる必要があります。また、「大学入学後にどのような学びを展開するのか」ということについても深く考える必要があります。

学校推薦型選抜の試験日程は、一般入試より早く、私立大学や短大では11月下旬がピークです。国公立大学の大学入学共通テストを課さない学校推薦型選抜は11月下旬から12月初旬、大学入学共通テストを課す学校推薦型入試は1月下旬から2月上旬に多く実施されます。この入試では、国公立大学は専願が基本ですが、私立大学の公募推薦（後述）では併願のところも多くあります。専願と指定してある場合は、合格すると必ず入学しなければなりません。

総合型選抜は、書類審査や面接、あるいはスクーリングなどの結果を基に、ペーパーテストでは測れない、意欲や能力・適性といった受験生の資質が測られます。早い大学では9月からエントリー・出願、選考まで行うところもあるので、注意が必要です。

総合型選抜の選考方法で代表的なのが、「書類・論文重視型」と「対話重視型」ですが、実施内容や選考方法は大学等によってさまざまです。よって、自分の志望する大学等の選考方法をよく調べて、対策を立てることが肝要です。

1 国公立大学の学校推薦型選抜・総合型選抜

国公立大学では、全大学の90%以上が、いずれかの学部でこれらの入試を実施しています。全体の学習成績の状況（旧・評定平均値）の推薦基準は比較的高く設定されており、各課程の募集人員は数名程度という少人数のところが多くなっています。また、ひとつの学校から推薦できる人数に制限がある場合も多いので、注意が必要です。国公立大学の学校推薦型選抜は、専願で1つの大学・学部にしかなれませんので、基本的に第1志望校に挑戦することになります。

近年、国公立大学では、学校推薦型選抜・総合型選抜を拡大する方向にあります。平成28年度入試から実施している東京大学・京都大学を始め、大阪大学、神戸大学など、多くの国公立大学が入試制度改革に着手しています。募集人員は、今後さらなる増加が見込まれますが、現在のところ入学定員の約15%程度です。出願・受験に際しては、本当の勝負は一般入試であることを十分に覚悟しておいてください。

I 人数制限のある選抜

ひとつの学校から推薦できる人数を制限した推薦入試で、制限人数を超えた希望者があると校内選考で人数を絞ります。ただし、校内の選考では受験資格が与えられるだけで、一般公募の学校推薦型選抜と同様に大学独自の選考があります。全国の多くの国公立大学で実施されています。

II 地域指定のある選抜

公立大学や一部国立大学の医学部などで、その大学を設置している自治体にある高校を対象とした地域指定の入試を実施しているところがあります。

2 私立大学の学校推薦型選抜・総合型選抜

現在、ほとんどの私立大学で多様な形で実施されており、入試の一つの柱となっています。定員の3分の1から半分くらいを学校推薦型選抜・総合型選抜でとる大学も少なくありません。

I 一般公募制による選抜

出願基準は、現役あるいは1浪までで、成績基準は設けないか、あるとしても、比較的ゆるいところが多く、もし目指す大学が実施していれば、積極的に受けてみるのもよいでしょう。そのためには、日頃の学習を怠らず、推薦基準以上の成績を確保しておかなければなりません。専願に比べて、併願の方が合格水準は高くなりますので、しっかりと対策をして臨んでください。

II 指定校推薦

推薦基準は現役で専願、全体の学習成績の状況の基準は比較的高く設定されています。ひとつの学校から推薦できる人数は制限されており、制限人数を超えた希望者があると校内選考で人数を絞ります。校内の選考を通過すれば、大学独自の選考（面接・書類審査）に合格する可能性は他の入試より高くなります。一方で、大学卒業まで成績が高校に通知される、一般入試で入学した学生に成績・学力面で追い付くのが容易でないなど、大学入学後の姿勢が厳しく問われる入試方式であるため、相応の覚悟が必要です。

別表に今年度の推薦依頼校と出願条件を挙げておきますが、推薦依頼は毎年同じ学校・学部から来るとは限りません。人気校には多くの希望者が集まるので、被推薦者に選ばれるためには3年間通しての好成績が必要となります。また、希望する学校・学部・学科に対する適性や、「大学入学後にどのような学びを展開するのか」ということについても深く問われます。「はやく合格を勝ち得たい」「有名な大学だから…」などといった安直な理由で選ぶ入試方法ではありません。

3 私立短大・専門学校の総合型選抜・学校推薦型選抜

私立大学に準じた形で実施されます。早い時期の入試で定員のほとんどを合格させる学校も見受けられます。入試は調査書・推薦書と1～2科目程度の学科試験・小論文・面接等の組み合わせによって総合判断されます。

「合格体験記」を読むための補助資料②

【 面接試験について 】

入試形態の多様化により、面接の重要性は年々高まっている。面接というと、持ち前のコミュニケーション能力で大勢が決する、あるいは筆記試験と違い評価があいまいで不確定要素が多いと考える人が多いのではないだろうか。しかし実際には、適切な準備を行えば面接に対応する力を飛躍的に伸ばし、安定して高評価を得られるようになるのである。当然、逆もまた然りである。話し上手で面接が得意そうな受験生が厳しい評価を下される一方、普段は人前で話すことを苦手とする受験生が抜群の評価を得ることはいくらでもある。では、適切な準備として必要なこととは何か。それは「受ける面接について知る」ことと、「自分について知る」ことである。ぜひ以下の内容から面接のコツを習得し、早期に準備に取り組むことで大いに進路選択の幅を広げてもらいたい。

1 受ける面接について知る

大学入試における面接には、下表のようにいくつか種類がある。大学側には「求める要素」があり、それを見るために必要な形態を採用している。志望校でどのような面接が行われるか・どういった要素が求められるかについては、大学のホームページや学生募集要項で確認できるので、早期からの情報収集に努めよう。なお、進路指導部では卒業生による受験レポートを閲覧することができるので、ぜひ参考にしてほしい。

種類	受験生／時間	形式・特徴・大学が求める要素
個人面接	1名 5～20分	最も基本的な面接形態。1人で複数の面接官との質疑応答に対応する。質問意図の正確な把握力と即時対応力から、大学・学問分野・自己への理解度が求められる。
集団面接	3～5名 10～30分	共通の質問について複数の受験生が順に回答する。挙手制のこともある。個人面接の要素に加え、他者意見への反応力を見たり、他の受験生と比較したりする側面もある。
集団討論	3～10名 10～30分	課題について受験生だけで討論を進める。結論より過程を重視し、他の受験生を論破するのではなく建設的な議論を行うバランス力を見る。自己意見を主張する積極性・主体性、他者意見に対する理解力・同調性も求められる。
口頭試問	1名 5～20分	口頭や書面による課題提示に対し、口述や板書で解答・説明を行う。先に筆記試験や講義等を実施し、その内容を受けた課題となることもある。学問分野への理解度と基礎学力が求められる。個人面接の一部となっていることも。
プレゼンテーション	1～5名 10～30分	事前もしくは当日に与えられたテーマについて調査・考察した内容を発表する。発表内容と連動させて集団討論を行ったり、発表内容を受けた個人面接・口頭試問に移行したりする場合もある。

2 自分について知る

(1) 面接は全ての質問に答えたら合格点というものではない。内容が大学の求める要素や学生像（アドミッションポリシー：AP）に合致していることが重要である。

⇒ まず自己分析を深めて、興味・将来像・課題意識を具体化・明確化していく。次に、自分と志望校が求めるAPがどう合致しているのかを確認する。先にAPを見て、その中から自分に合った部分を探すのではない。

(2) 面接官は現時点での能力・適性と合わせて、将来性にも重きを置いて見ている。この点について、効果的に表現できる受験生は多くない。

⇒ 「この大学で成長できる」と主張することが必要だが、その根拠になるのは高校での成長体験や将来への具体的なビジョンである。そのため、様々な体験について記録を残し、また、学校内外を問わず多様な活動に積極的な挑戦をすることが肝要である。

(3) 質問に対して、意図を正確に把握した上で正対した答えを返すことが重要となる。分野によっては、深く掘り下げる専門的な質問にも対応する力が必要となる。

⇒ 日頃から相手の話を丁寧に聞き、質問の意図に端的かつ具体的に答える習慣を身に付けておくことである。また、志望分野に関連する基礎知識を固めるとともに、時間があるうちにニュースや関連書籍などから情報収集を積み重ねておこう。

3 先輩の準備事例

次の例は、周到な準備によって志望校の面接を突破した本校卒業生の事前準備の実践例である。参考にするとともに、早期に行動を起こすきっかけとしてほしい。

①【教育学（英語）分野・個人面接】英語の教師を志し、英語でのコミュニケーションや人前での発表を早期から重視していた。受験時にも将来にも必要なことから「英語で話すこと」を普段から心掛けて積み重ねた結果、個人面接の中での「渡された英文の音読」と「それに関する英問英答の口頭試問」についても対応することができた。

②【建築学分野・集団面接】「自分の家を作りたい」から出発し、多くの建築家の具体的な作品に触れるとともに、普段目にする街並みについて建築物として見るようになった。次第に自分が作りたいのは「自然と違和感なく融合する戸建て住宅」であるとの考えに至り、類似の建築を扱う教員がいる大学の建築学科を志望するに至った。

③【材料科学分野・集団討論】同じ学科・分野を受ける同級生と繰り返しディスカッションの練習を続けることで、自らの良さはアイスブレイクの口火を切る積極性と、他者の意見の良い点を取り入れて自らの意見を昇華させることができる柔軟性であると気付いた。

④【物理学分野・口頭試問】板書型の口頭試問に対し、入試の数か月前から放課後の教室で黒板を用いた学習会を友人と続け、演習力だけでなく黒板の使い方、口述の技術についても飛躍的に向上させた。専門的内容については、一般教員をはるかに凌駕した。

「合格体験記」を読むための補助資料③

【進路学習の目標について】

高校での進路学習の目標を簡単に2点述べておきます。

1. 適切な進路選択ができるようになる。

1年でまず「適性検査」を受検、この結果が返ってきたところから次年度のカリキュラムの「文理選択」（スポ専は除く）をにらんで、仕事に就くための道筋、そのためにはどんな大学・学部に進めばよいのか、そしてそのためにはどのような科目をより多く学ぶ必要があるか、下ろしてくる形で文系理系を選びます。

さらに、学部調べ、仕事調べ、リサーチシート（大学調べ）を経て、2年の秋には受験生宣言ができるようになるころまで、進路を具体的に考えられるように学習します。

下に「自分探しの旅」という文章を載せましたが、まずじっくり読んでください。高校生はまさに人生の大きな分岐点に立つのだという意識、そして興味・適性・能力がキーワードだという認識を持って進んでいってほしいと思います。

2. 常に自分を振り返り、気づいたり、反省したり、軌道修正ができるようになる。

これがポートフォリオ（学習過程で残したレポートや試験用紙、あるいは活動の結果得られたものや、活動の様子、感想などをファイルに入れるという形で保存したもの）を持つ目的です。何か進路学習すれば、機会ごとに振り返ります。ポートフォリオに綴じてください。重要だと思ったことはまず書き留めておく、そのときに使ったプリントといっしょに綴じておくという習慣をもってほしいと思います。そうすることで、振り返りや気づき、反省、軌道修正ができるとともに、将来、自己推薦等を考える際の土俵となります。

<自分探しの旅> 入試のてびき関西版進路選択ガイド(株)タップ より

●高校卒業は人生の分岐点

高校への進学は皆さんにとっては大きな選択であったと思います。しかし、高校卒業時の進路選択は大人への第一歩として、まさに人生の分岐点というべき大切なものとなります。選択肢もその当時とは比べものにならないほど、多くなっていることでしょう。進学を目指す場合は、大学・短期大学・専門学校などいろいろな種類の学校があり、就職を考えている場合にも、多種多様な仕事の中から就職先を選ばなければなりません。「とりあえず・・・」という選択にならないように、きっちりと考えておく必要があります。もちろん、やり直しの効かない人生などありませんが、遠回りせずに済むことに越したことはないでしょう。

●興味・適性・能力がキーワード

いきなり「進路を考えろ」といわれても、すぐに将来の自分を思い浮かべることは難しいでしょう。そこで自分自身の進路を考えるためには、まずは「自分は何に興味を持っているか」を考えてみるのが大切です。言い換えれば「何が好きか」ということです。勉強にしても、仕事にしても興味がなければ長続きしないものですし、身につくものでもありません。逆に興味があれば、それは将来の夢や職業へと結びついていくものだからです。

次に、興味と同様に進路選択のヒントとなるが、自分の適性や能力というものです。人の個性は千差万別であり、それぞれの特徴をいかした選択をするのは重要なことです。しかし、「自分の好きなこと」と「適性」が一致するとは限りません。興味だけが先行して能力が伴わないと、壁にぶつかって挫折してしまうこともあります。何かをやり始めてから「自分の性格に合わない」といって引き返すのは、貴重な時間を無駄に使うことになります。そのようなことにならないためにも、自分だけの判断ではなく、時には人の意見を聞いてみるのも大切なことです。

ただし、現時点で自分自身の適性を『これだ!』と決めつけてしまうのは非常に危険なことでもあります。なぜなら、積極的な高校生活を送り、新しいことに挑戦し、いろいろなことを経験することによって、もっと自分の適性にあったものを見つけられるかもしれないからです。

自分の適性・能力を開花させるために、固定観念や先入観にとらわれず、いろいろなことに挑戦していくことが必要です。

●いろいろな体験をしよう

自分の興味・適性・能力を引き出すためには、いろいろな体験をすることが大切ですが、そのためには「なんとなく高校生活を過ごす」のではなく、「積極的に高校生活を送る」ことが必要です。熱心に授業に取り組む、クラブ活動がんばる、先生・友人と会話する、趣味を見つけ没頭するなど、それぞれの生活の中から、自分の好きなことや興味のもてることを発見してください。

好きなことが見つければ、それについて知りたいことがたくさん見つかるはずで、学校の教科でもスポーツでも、音楽でもコンピュータでも何でもかまいません。一步踏み込んで調べてみましょう。興味を持ったことについて、徹底的に調べることが「勉強」というものです。知識が増えれば興味は鮮明になって、将来の夢や目標が見えてきます。

●可能性は∞（無限大）

「勉強もクラブ活動も何かパツとしなくて・・・」と、つまらなそうに高校生活を送っている人はいませんか？ たとえ今は開花しなくても、高校生の可能性は無限大です。夢を持って継続していけば、人間は成長できます。夢（目的）が人を成長させるのです。

●働くことの意味

私たちはなぜ働くのでしょうか？ 「華やかに見えて、みんなが憧れるような職業は楽しそうだから」ですか？ しかし、そういう仕事だからといって決して楽しいことばかりではありません。それなら「家族のためや生活のために、つまらない仕事を我慢して働く」のですか？ もちろんそういう面もあるでしょうが、実際にはどんな仕事にもつらさや苦しさと同時に、楽しさや嬉しさがあるのです。それを「働きがい」といいます。

仕事から得られる「喜び」＝「働きがい」は、他人からみてわかりやすい仕事もあれば、他人にはわかりにくい（自分だけにしかわからない）仕事もあります。でも、人間はどんな仕事にも面白さを見つけることができるものなのです。

「仕事はつらくてつまらないだけ」と考えていると、将来のことについて考えるのもいやになってしまいますが、そうならないためにも「働きがい」を見つけることができるように『働くことの意味』と『自分の将来のこと』について、是非一度考えてみてください。

●新しい社会を予想する

自分の将来の職業を考える上で、これからの新しい社会を予測することは不可欠です。これからの社会では何が必要とされ自分に何ができるかを考えることが、「将来の職業を考えるきっかけ」になるからです。

現代社会を象徴するキーワードとして「国際化」「情報化」「高齢化」「環境」という言葉があげられます。これらに関する仕事は、今後もますます重要になってくるでしょう。社会のために貢献したいという思いの強い人は、これらのキーワードから関連する職業を探してみるのもいいでしょう。もちろんこれ以外の分野が不必要になるわけではありません。要するに、自分なりの職業像や職業観を持つことが重要だということです。

●自分に最適なルートを探し出そう

高校を卒業してから就職に至るまでのルートは様々なものが考えられます。例えば、保育士をめざすには、短期大学や専門学校の保育科を経由するのが一般的ですが、大学の教育学部を経由する方法や、見習い期間を経て保育士試験を受験することによって保育士をめざす方法があります。また、特に資格が必要でない職種では、特別なルートは何もありません。

要するに、すぐにでも働きたいのか、広く教養を深めてからゆっくりと考えた上で選びたいのかということになります。自分に最も適したルートを考えましょう。

次ページから、具体的に進路目標を定めて進路実現に向けて進んでいくための、今年度の進路指導年間予定表と進路指導シラバスを示しておきます。1年間を通してのスケジュールをしっかりと確認し、見通しを持って行動できるようにしてください。