

# 進路指導室へようこそ2

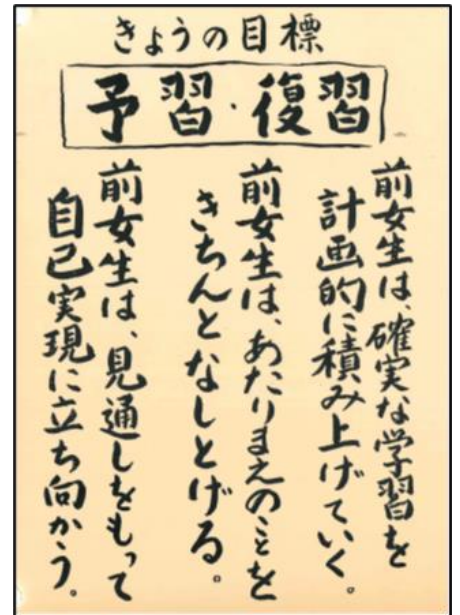
前橋女子高校進路指導部

令和6年度 MJ 進路通信 第6号

令和6年4月26日（金）発行

## ■大型連休の過ごし方について

新学期が始まって3週間。新学期特有の行事も一段落し、授業も本格的にスタートしました。ほどよい緊張感のもと、前向きに勉強に取り組んでいることと思いますが、今週末から大型連休が始まります。ここで定着しかけた生活リズムを崩してしまうと立て直しが大変になります。また、この3週間で授業への乗り遅れを実感している人は、今ならまだ十分間に合います。授業の進度が一旦緩むこの時間を有効に活用して「前女」のルールにしっかり乗っていきましょう。大型連休の生活にあたっては、以下の点に留意して過ごしてほしいと思います。連休が終わればすぐ中間考査。スムーズに準備に取り組むためにもこの期間の過ごし方は大切です。（右の張り紙は校内某所に貼られています。1年生は初めて見ると思いますが、何処にあるのかわかりますか？）



- ① 授業日との生活リズム（起床・食事・学習開始・就寝の時刻）を変えず、特に部活動等のない日は1時間目開始の時間にあわせて学習を始めよう。
- ② この2週間で出遅れを感じた教科や苦手科目を重点的に学習しよう
- ③ まず学校からの課題を確実に消化しよう（後回しにせず優先的に取り組む）
- ④ 自分の希望進路や興味のある学問分野に関する本（新書など）を1冊は読もう（MJキャリアプラスの計画を）

そして、特にこの連休中、皆さんにぜひ心掛けてほしいのは、スマホとの向き合い方です。朝起きたらまずスマホ、そのまま何となくいじり続けて数時間、なんてことのないよう自分の中でルールを決めてしっかり管理してください。特にスマホを始めて手にした1年生の皆さんは、ここでしっかり自制しておかないと後で大変苦労します。学習時間調査の結果を見ても、スマホにかける時間の多さが非常に心配されます。意識して「スマホに触れない時間」を確保するようにしてください。

## ■早朝補習が始まりました

各学年ともに、早朝補習の準備が整い各講座が開講されました（1年生はGW明けのスタートとなります）。早朝補習は、平常の授業の+αを補う演習を中心とした講座となります。朝の時間を有効活用したい人、やや発展的な内容に取り組んでみたい人はうまく活用してほしいと思います。ただ、早朝補習を受講するにあたっては、「1年間継続して取り組む覚悟があること」が大前提です。例年4月は多くの参加者が集まりますが、冬を迎えるころには半数以下になっていることもあります（それでは意味がありません）。また、苦手な人向けの講座の要望が一定数ありますが、苦手な人はまず「授業に集中し、理解することを目標とする」ことを奨励しています。あくまで学習の中心は学校の授業ですから、「予習→授業→復習」のサイクルをしっかり確立し、教科書を徹底的にやり込むことが苦手克服の最善策と考えます（教科によっては定期考査前に学習会を行い基本レベルの補習を行うこともあります）。補習を利用する、しないに関わらず、朝早めに登校し、そこで学習する習慣をつけるということは、とても大事なことです。

3学年	早朝（7:25～8:15）		
月	日本史	地理	
	松井	梅澤	
	文系・理系	理系	
火	国語	情報	
	高柳	関	
	文系・理系	主に文系	
水	数ⅠAⅡBC	数Ⅲ標準	数Ⅲ発展
	数学科	数学科	数学科
	文系・理系	理系	理系
木	世界史	化学標準	化学発展
	水野	堀口	山口
	文系	理系	理系
金	英語		
	英語科		
	文系・理系		

2学年	早朝（7:25～8:15）	
火	数学標準	数学発展
	数学科	数学科
	文系・理系	文系・理系
水	英語発展	
	英語科	
	文系・理系	
木	古典	
	国語科	
	文系・理系	

## ■先輩に聞いた「スマホとどうやって距離をおいたの? (再掲)」

### 立教大学経済学部経済政策学科1年(当時) Iさん

僭越ながら、私文の私が受験生時代に大いに助けられた神グッズを紹介させていただきます。

#### ・スマホアプリ「Studyplus」

→友達と勉強時間を共有出来ます。前女生でこのアプリを使っている友達はたくさんいて、いい刺激をもらっていました。誰かに監視して貰えないと勉強できないという人や、ライバルを見つけて頑張りたいという人にぴったりです。注意点は、勉強「時間」ばかりにこだわるようになりがちなことですが、成績を上げるためには余程の天才でない限り勉強時間がある程度取る必要があるため、そんなことを心配するより先に記録をつけてみることをおすすめします。

#### ・タイムロッキングコンテナ

→スマホは麻薬です!!。これはスマホを一定時間ロックしてくれる箱です。必要ない人もいると思いますが必要な人も一定数いると思います。つい手が伸びてしまって罪悪感を感じる場合は購入を検討してもいいと思います……私は2年の春休みに買って、家で勉強する時はこのコンテナにスマホをぶち込み、Chromebookで友達とGoogle Meetをしてました。デメリットはスマホを触れなくなることですが、緊急時にロック解除できるものや、電話だけは出られるものを選べば問題ないです。

## ■TEAM-OGによる「大学って、こんなところだった」第3弾

### 金沢大学人間社会学域2年 Kさん

1年次は全学類共通の選択必修科目を中心に履修するので、自分の興味とかけ離れた内容の講義も多く、私はなかなかモチベーションが上がらませんでした。楽しかったのは学芸員資格のための授業と古代ギリシア語の授業くらいでした(ただしギリシア語は全然わかりませんでした笑)。また、友達と示し合わせて同じ授業を取らない限りは周りがほぼ全員知らない人で、私はあいにく初対面の人にガンガン話しかけて仲良くなるスキルを持ち合わせていなかったため、一人で授業を受けることが多くてちょっと大変でした。

2年次からは専門科目中心になります。同じプログラムの友達と一緒に受ける授業が増え、授業内容も自分の興味関心に近付き、楽しいなと感じています。今期は概説中心で、考古学をはじめ、比較文化学、美術史、建築史、仏教学などの基礎を学んでいます。実習も始まり、発掘(今のところ、ほとんど測量です)も行っています。加えて、授業の代講として、国内外の研究者の方による講演を聴講することもたびたびあります(大体は英語で行われるので今のうちに頑張っておくと得かも……)。

専門的に学んでいきたいことはまだはっきり決まっておらず、漠然と古代オリエント、古代ギリシア・ローマ、古代メキシコのどれかをやろうかなと考えています。授業や自主学習を通してこれから絞っていくつもりです。あとは、古代メキシコに関して学ぶなら必要だなという建前のもとでスペイン語を頑張っています。メキシコの格闘技が好きだからというのが本音です。何はともあれ学びたいことが学べる環境にあって嬉しいです。

必修の授業がない曜日は他の授業を入れなければ休日にできるので、私は今期、水曜を休みにして水・土・日とバイトをしています。休日にバイトを入れたおかげで起きる時間が固定され、身体も動かすようになって心身が健康になりました。それまでは昼夜が逆転しかけており、休日はひたすら惰眠を貪っていたので……一人暮らしを始めて生活が乱れる心配のある人には、バイトなり部活なりをルーティーンとして組み込むことをおすすめします。もっとも前女生はしっかりしているのでそんな心配ないかもしれないですけど笑。

一人暮らしゆえの忙しさ(家事とか)もありますが、それでも受験期の生活の方がずっと大変だったように感じます。そんな大変な時期の真っ只中にいる皆さんのことを応援しています。

今期の私の時間割です。参考までに。

	月	火	水	木	金
1				生活と 社会保障	グローバル ヒストリー
2	環境学と ESD	文化資源学 の方法論			
3	考古学概説 A	スペイン語		社会考古学 A	考古学実習
4		考古学概説 B		スペイン語	考古学実習
5				デザイン 思考入門	地域社会と 文化人類学