

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53号

令和7年3月21日(金)発行

■結局、新しいことは何一つ言っていない



14日の「合格体験談」では、10名の卒業生たちが自身の受験生活を振り返り、いろいろなアドバイスをしてくださいました。放課後にもたくさんの在校生が進路指導室を訪れ、先輩たちに相談する順番待ちの行列ができたほどでした。この報告会をきっかけとして、学習に対するモチベーションが爆上がりした人も多かったと思います（是非来年/再来年にはこの体験談の場に講師として立ってくださいね）。卒業生のアドバイスには、印象に残るフレーズが多くありました。「受験で成功するには自己分析が大事」「やる気が沸いてこなくても、やるしかない」など。だけどその一方で、先輩たちが語ったアドバイスのほとんどは実は真新しいものではない、ということにも気付いてほしいのです。

皆さんの中にはこのような機会でも、現状を劇的に改善してくれるような「魔法の呪文」的なアドバイスを期待する人がいるかもしれません。ですが卒業生が語ったアドバイスは「基礎をしっかり固める」「英単語は早めにやっておく」「授業を大切にすること」など、当たり前のことばかり。何なら普段から担任の先生や授業担当の先生が言っていることと何の違ひもありません。結局のところ受験の成功は、「誰もが分かっている当たり前のことをきちんとこなせたかどうか」で決まるということなのです（ですが、実はこれがなかなか難しい）。先日話をしてくれた卒業生たちは、その大切さを理解し実行した人たちだったということです。

そして、矛盾するようですがもうひとつ大事なポイントは、「学習の方法は人それぞれ」ということ。先輩が教えてくれた参考書や勉強法は、必ずしも全員にとってベストの方法であるとは限りません（そもそも最高の参考

書が存在するならば本屋にはそれしか売っていないはず）。ですから、「この方法がいいよ」というアドバイスを受けたときに（実際に試してみることは大事ですが）、それをそのまま鵜呑みにせずに、自分でアレンジを加えながら自分なりの学習法を模索していくことも大切なのです。

「当たり前のことを愚直に継続し、その上で自分なりの勉強法を工夫しながら確立する」。

受験の必勝法があるとすれば、そのヒントはここにあるのではないのでしょうか。

なお、この先輩方を含め、多くの卒業生たちが TEAM-OG のメンバーに登録してくれています。まとめ次第紹介しますので、今回聞きそびれたことがある人は積極的に活用してほしいと思います。

■春休みにやっておくべきこと

本日は新入生オリエンテーション。皆さんの後輩が緊張しながら前女の門をくぐります。また、新3年生は今週3階への引っ越しを終え、今までと少し違った景色が見える教室で「3年生として」生活を始めました。春休みの計画もしっかり考える時期。ここでは、学年ごとに春休みを過ごす際のポイントについて挙げてみました。

新3年生

【ポイント1】国数英の基礎を固める

進級前の春休みに、国数英の基礎固めをすることが非常に重要です。特に苦手な教科、分野、単元などを残したままでは、理社の受験対策に取り組むタイミングで遅れが生じる可能性があります。今まで受けた模試の解き直しや、先日受験した模試で課題となった苦手分野を重点的に復習すると有効です。科目ごとに、「何を、どのレベルまで上げるために、どうするのか」という具体的な目標をもって、学習を進めましょう。



【ポイント2】志望校や志望学部系統を決める

春休みの期間を活用し、志望大の学部・学科で学べる内容やキャンパスライフについて、より詳しく知ることによって、卒業後の進路への期待や、実現に向けたやる気を引き上げることも大切です。春休み中に OC を行っている大学もありますので実際の大学の様子を見に行



ってみるのもいいかもしれません。ただしOCは、「何を見てきたのか」が非常に大事。ただキャンパスを見学して「楽しそうだな」程度の感想しかないのなら夢の国に遊びに行くのと大して差がありません。その大学の何を知りたくて、そのために誰にどんな話を聞いてくるのか目的意識をもって参加することが大切です。

新2年生

【ポイント1】テストを振り返り復習ポイント洗い出す

直近のテスト結果を振り返り、教科ごとに復習が必要なポイントを洗い出しましょう。春休み中に苦手を克服し、基礎を固めることが大切です。

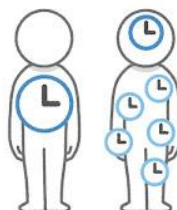
【ポイント2】春休みの学習計画を立てる

洗い出した復習ポイントをもとに、どの教科のどの分

野をいつ学習するか、春休みの学習計画を具体的に立てましょう。その際、予定通り進まない日があることを想定して、スケジュールに「余白」をつくっておくことが大切です。



【ポイント3】1日の生活を振り返る



「何時から何時まで勉強したか」「目標に対して今日できたことは何か」など、計画通りに過ごせているかを毎日確認しましょう。生活リズムが乱れないよう、学習習慣だけでなく、生活習慣についても意識して計画を作りましょう。

■MJキャリアプラスのまとめを

先日の合格体験談の際にも、志願理由書を作成したり、担任の先生に推薦書を書いてもらったりするにあたり、特にアピールできることが浮かばずに苦労した、という卒業生もいましたね。本校では「MJキャリアプラス」というプロジェクトを立ち上げ、そのような場面に遭遇した時に「学校の授業以外で積極的に取り組んだこと」が書けるよう、さまざまな活動に挑戦してみることを訴えてきました。

年度末を迎える現時点で、この1年取り組んだ活動をリストアップし、改めてMJキャリアプラスのファイルに整理しておきましょう。まとめる際には、その活動を通じて「どんなことを思ったのか」「どんなことを学んだのか」までしっかりと考えをまとめることが大事。3年次に志願理由書などを書く際にスムーズに作成することができますし、担任の先生に「推薦書に書いてほしいこと」をしっかりと伝えることができます。時間に余裕がある今のうちにアピールポイントを作っておきましょう。TEAM-OGのクラスルームで卒業生の方たちに、MJキャリアプラスでの取り組みで受験時に役にたったことを紹介してもらいました。参考にしてみてください。

	進路選択に役立ったキャリアプラスの活動	どのような形で役にたったか
卒業生	英検	調査書に記載してもらった。また、それだけではなく、今後のキャリアにも役立つと思う。
卒業生	職場見学(病院)	実際の医療現場を見て、中身の伴った志願理由書を書けるようになった
卒業生	SSHの研究活動と、サイエンスカフェ	面接で話が盛り上がった、勉強以外で頑張ったこととして志願理由書に書けた
大学1年	大学の先生や卒業生のお話し聞いたやつ	私は今薬学部に進学したが、大学選択の際は国家試験の合格率を見るべきだ、とわかった。
卒業生	看護体験	私は医師になりたかったのだが、看護師(または助産師)もいいなと思った時期があった。実際に看護体験に参加してみて、医師と看護師の違いを実感し、医師になりたいという気持ちが強くなった。
大学1年	GUNMA LoveMyself プロジェクト	現代医療にどんな問題があるのが、知ることができた。
大学2年	SSレクチャー	私の記憶に残っているのが、ドラッグデリバリーシステムと、PCRのテーマの時です。薬が目的の場所まで分解されずに届けられる仕組みを自分たちで実験を考えるとところから始めて考察していく、という内容でした。それまでも理系に行くつもりではありましたが、自分で仮説を立てて実験をし、検証する、という一連の流れをより体験的に学ぶ中で、理系って面白いと思うきっかけになりました。
大学1年	SSレクチャー	自分の進路について考えるきっかけになったり、推薦入試で自己アピールとして使えたりした。

そのほかで役にたった活動(自由記述)

・キャリアプラスのひとつとして、2年次に群馬ユースリーダープログラムというものに参加しました。私たちの時はコロナの影響でオンライン開催でしたが、自分の高校以外の人たちと4日間ずっと英語で話したことや、国際的な問題などについて英語でディスカッションしたこと、また様々な国から留学してきている大学生ともコミュニケーションを取れたことで、それまで内向きだった視野が広がったように思います。その時に講演をしてくださった女性の方に私が質問した時かけていただいた言葉は今でも私の中で座右の銘になっています。

・私は高校在学中、ほとんど何も挑戦できずにいました。そのため、先生は調査書に書くことがほとんどなく、苦労されたと思います(笑)。皆さんはぜひいろんな挑戦をしてください。調査書などのためだけではなく、今後の生活においてもきっと自分のためになると思います!