

MJ進路通信：「進路指導室から、未来へ」



～ようこそ、アップデートされた4年目の案内所へ～

前橋女子高校進路指導部

令和8年度 第26号

令和8年9月4日（金）発行

■2学期を上手に過ごそう

2学期は、1年間の中で最も長い期間であり、「勉強の秋」「読書の秋」「運動の秋」「食欲の秋(笑)」と、何をするにも充実した取り組みができる時期でもあります。充実した2学期を送るにあたり、学年毎に意識したいポイントをまとめてみました。

1学年 高校生としての生活を確立しよう

1年生は9月18日に、本校を卒業して現在社会人としてのスタートきった先輩方をお招きし、進路講演会を開催します。高校や大学での学びをどのように仕事につなげていったのか、どんなやりがいをもって働いているかなど、「仕事」というものを深く考える貴重な機会になると思います（先輩たちはほぼボランティアとして協力してくれます）。この時期にこのような講演会を行うということは、この2学期が皆さんにとって非常に重要なターニングポイントになるということです。本格的になる高校生活を迎えるにあたり、将来のことを真剣に考えながら学校生活を送って欲しいという願いの現れでもあります。

また、7月から11月は成績が大きく変動する時期（高校に入ってからからの努力が11月で問われる）だとよく言われます。特にこの時期意識して欲しいのは、以下の3点です。7月の進研模試や8月の全統模試で満足のいく結果を残せなかった人は、11月の模試でしっかり挽回できたかが今後の成績を大きく左右します。2学期のスタートを高い意識で乗り切ってほしいと思います。

①受験を意識した早めのスタートが大切

- ・3教科の学力をバランス良くつけること
- ・志望理由を自分の言葉で言えるようにすること

②とにかく授業を大切にすること

- ・「授業→復習→予習」の黄金サイクルをつくる
- ・繰り返しの復習が定着を高める

③校外模試の成績表の正しい見方を知る

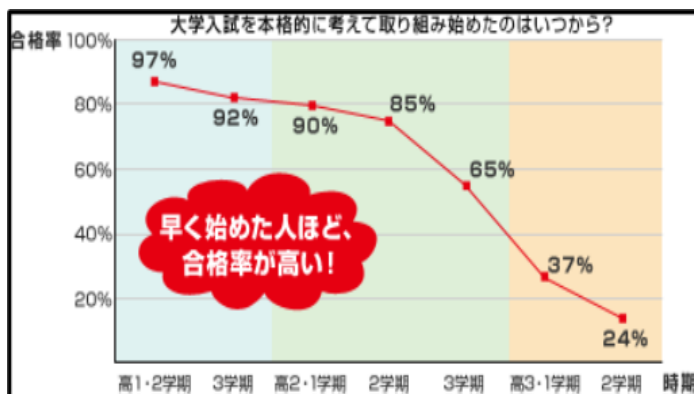
- ・他校と比べて得点できていない分野はどこか
- ・振り返りノートをきちんとつくる

2学年 学習を「質」「量」両面から見直そう

2年生はこの2学期が学習の折り返し点。修学旅行もあり、高校生活の充実感を味わえる時期でもあります。11月の模試からは5教科型になり、大きな切り替えが



求められます。よく「修学旅行後が受験生に切り替えるタイミング」と言われますが、これは「そこまではんびりしていいよ」という意味ではありません。突然受験生にはなれないんです。日頃から少しずつ意識を高めていくことで本格的な学習の備えができます。今から自分の学習の「質」と「量」について改善ができないか考えてみましょう。



上の表のデータからも分かるように、2年生の2学期からスイッチが入った人と、3学期になって入った人で合格率にかなり大きな差があることが分かります（3年になってからなら尚更）。この2学期を、受験生になるにあたっての大きな転換点にしていきたいですね。

★読書の秋、だからではないですが・・・赤本を見よう

赤い表紙の参考書、通称「赤本」。大学の入試問題を収録したもので受験生必須の参考書といえます。

3年生はもちろんですが、1・2年生についても憧れの志望校については今年のうちに1冊買ってみるのもお勧めです。入試問題だけでなく大学の様子や合格体験談、就職情報など様々な情報が掲載されています。

自分の部屋の目につくところに置けばモチベーション↑。進路指導室および廊下にも閲覧用に置いてありますので手に取って見てみましょう(今年度版も進路室に入荷し始めています)。



②健康管理をしっかりしよう

入試本番で実力を発揮するためには体調管理も欠かせません。本番直前のみならず日頃から風邪をひかないための努力を惜しまぬよう。睡眠不足や朝食抜きなど論外。コロナやインフルエンザの対策(予防接種)も考えておきましょう。

③不正確な情報に振り回されない

「塾の友人が…」「ネットの情報では…」不安が高じて、根拠のない情報に振り回されてはいけません。これからは信じられるのは自分が積み上げた努力量だけです。易きに流れて志望校を簡単に変えたり科目を減らしたりするのは一瞬楽になった気になりますが後になって後悔することもあります。

また、これから推薦入試が始まると、推薦入試や総合型選抜入試を受ける友人の姿に大きな焦りを感じる場合があります。推薦入試や総合型選抜には向き不向きがあり、勉強に専念すべきこの時期に推薦に振り回されることでむしろマイナス面が強くなる人もいます。推薦入試を受ける人は、必要以上にバタバタしたり騒いだりすることなく(周りを不安にさせない配慮を)落ち着いた準備を、そして推薦入試を受けない人は、周りの雰囲気にならなず自分のペースをしっかり守ることが大切です。

③学年 まず生活を受験生モードにしよう

①朝の SHR を大切にしよう

朝の SHR は、入試に関わる重要な連絡が多くなります。連絡を聞き漏らした結果、大切な申込みに間に合わなかったりしては大変。一切の聞き漏らしのないようにしよう。加えて、朝の SHR はクラス全員で「**今日も1日みんなで頑張ろう**」と誓いあい、励ましあう場もあります。

■ある高校3年生(女子)が、新聞に投書した人生相談から

(概要) 高3女子。元々は別の大学を目指していましたが、高2の冬にその大学を訪れ、入りたいと思う大学ができました。何かを頑張ったことがなかった私は、受験は自分が変わるチャンスだと思い、日々勉強しました。

家族が推薦入試を勧めてきたのは昨夏のこと。私にそんな選択肢はなく、しつこく言ってくる母に怒ったこともあります。しかし、推薦入試の願書締切の前夜、勉強していたら不安になってしまったのです。「ああ、もう推薦にしよう」と決め、泣きながら母を起こして願書を書きあげました。

面接のみで合格し、あとは入学するだけですが、初めて感じた努力の楽しさや、自分が変われている実感を失ったことが辛いです。困難や不安から逃げた私の選択は間違いだったのでしょうか。(静岡・M子)

3年生の2学期は志望校をより具体的に絞り込む時期です。一方、度々返却される模試の結果を見ながら、より現実的な選択を迫られ、志望校決定に迷いや不安を大きく感じる時期でもあります。M子さんもそんな不安に心を乱された生徒の一人かもしれません。指定校推薦を含む推薦入試は、その大学を第一志望とする生徒にとっては、合格の可能性を増やす大きなチャンスです。推薦入試の多くは高校3年間の学習状況が評価されますので、推薦の基準をクリアしたということは前々までの3年間の努力の証でもあります。ですから、その努力の証をもって推薦入試にチャレンジするということは本来決して逃げでも、うしろめたさを感じるものではないと思います。ただし、推薦入試はあくまで「**その大学を第一志望とする**」生徒が活用するものであって、苦しい受験から逃れるための妥協の結果、それほど行きたかった訳ではない大学を受験する選択をしてしまうと、M子さんのような新たな苦しみを生み出すこともあります。

受験期が本格的になると、周りの人の動きや成績に敏感になりがちです。自分の強みを活かせる受験方式がどんなものなのかは人それぞれ。推薦入試を使う友人の姿を見て不安になる必要も全くありません。不安になったときに、一度原点に立ち返って、「自分はどこで、何を学びたいのか」を常に心にとどめて過ごしていきたいですね。

