受験は戦略

北海道大学（総合入試理系化学重点選抜群）　　小野　理緒

（はじめに）

受験体験記を書けることを大変うれしく思います。少しでも後輩の皆さんの参考になれば幸いです。

（１・２年生）

定期テスト、校内模試、進研模試、河合模試を中心に学習を行いました。それぞれの試験の２週間前あたりからやるべきことを全て書き出し、計画表を作り、実行するということを繰り返していました。計画表を作るときのポイントは、計画を立てすぎないこと。やることは膨大、時間は有限ですから、予定を入れない日を１日設定したり、やらない（試験の後でも良い）ことを決めたりして、計画表を確実にうまく回します。そうすることで中途半端な勉強が無くなり、自己肯定感が上がります。計画表を作るのは、最初は時間がかかりますが慣れてきます。その力は長期休みの時間の使い方にも、有効です。

また、どうしても行きたい大学があるなら、赤本は早めに買うべきだと思います。解けなくても、傾向や範囲を意識しておくと、かなり勉強しやすいです。

（３年）

夏休みまでに基礎を大体完成させて後は演習に取り組みました。どの教科も演習量の多さが力になると思います。疑問や分からないことがあったらすぐに解決しましょう。自分で悩んで解決するのも大切ですが、先生に質問して解決するのは時短のテクニックです。

（国立２次試験対策）

赤本を解く際、本番形式の解答用紙を把握しておくと、本番では安心できます（数学は下書き用紙が５枚あるなど）。

〇数学　私は共通テストのマーク式がかなり嫌いだったので、記述形式での数学に心が沸き立ちました。北海道大学は、答えにたどりつくまでのプロセスを見てくれるので、丁寧かつ簡潔な解答が求められます。本番サイズの解答用紙に、時間を計ってひたすら赤本を解きました。数学は問題文が短いので、そこからいかに多くの情報、解法が思いつくかが成功の鍵だと思います。普段から別解に注目しておくと良いのではないでしょうか。

〇英語　英作文を直前に先生に採点して頂きました。便利な接続詞や言い回しを教えて頂き、本番も予定していた時間より早く書き終わり、見直しができました。長文読解については赤本をさらっと解くくらいで特に対策はしていないです。普段の授業でかなり演習していたのが役に立ったようです。

〇生物　数学と違って生物では問題文の多さが厄介です。重要な箇所に線を引く癖をつけるとある程度読みやすくなります。そして、記述の字数が長いので、時間配分には注意が必要です。私は２年の頃から、セミナーの後ろについている、記述問題を演習していました。記述の問題は内容を完璧に把握していなければ、解けません。理解度を測るのに有効なので、おすすめです。

〇化学　私は総合入試の中でも化学重点選抜を選んだので、より力をいれて演習しました。重視したのは、計算問題です。まず立式するとき、私は大抵１個か２個しか作りません。大変なのは計算です。小数部分が長かったりすると厄介です。ここで、見直しの際、概算力があると便利です。大体有効数字２桁ですし、時短できます。（300×8.3 を 2500 として概算するなど）さらっと解けるようになれば相当な得点源になります。

私はことごとく緊張する性格なので、試験の前日の睡眠の質は良くないことが多いです。今回の前期試験ではそれは避けたいと思い、普段使用している自分の枕やその他日用品をかなり持って行きました。また、３日前から北海道に行き、試験会場の下見などをして場慣れに努めました。その結果前日はよく眠れたのですが、試験当日ＪＲの事故で２時間遅れて試験が始まりました。私は遅れずに会場にいたので２時間自習できたのですが、緊張していたのか体力を使っていました。周りが勢いよく自習していても、脳を休める勇気は大事です。数学、英語は手応えがあったのですが、その後で 150 分の化学と生物が 17 時から始まり、最後の１時間で疲労が出てきました。２科目目に生物を選んでおり、問題文の多さに気持ち悪くなりました。このままではまずいと思い、思い切って手を挙げ、トイレに行きました。その後は体調が少し回復し、19 時半までなんとか解答を続けることができました。作新での過酷なカリキュラムで培った根性のおかげでしょう。このような不測の事態にも対応可能でした。

（最後に）

妥協しないで自分の夢を手に入れるには、想像以上の苦痛と困難、そして犠牲が伴います。その中でも、私は今まで自分の努力に裏切られたことはありません。ですから、後輩の皆さん、自分は自分、目の前のやるべき勉強を片っ端から味方にし、大きな夢に向かって突き進んでください。「丸くなるな、星になれ！」（サッポロビールより）

受験体験記

東北大学（経済学部）　　小池　俊太

役に立った参考書：

『青チャート』→多くの問題が収録されており、解説も丁寧だった。また、章のはじめの解説やコラムなどが数学への理解を深めさせてくれた。

『漢文早覚え速答法』→漢文の重要な句法が要点を抑えて紹介されていて、短時間で漢文の成績をあげることができた。

役に立たなかった参考書：

『文系の数学プラチカ』→収録されている問題自体はよかったが、解説が少なく不親切に感じた。

僕は１年生や２年生の前半まで勉強をほとんどしていませんでした。もちろん先生からは「勉強時間を増やせ」と言われていましたが、僕は帰国子女なのである程度英語ができ、全体の成績がそこまで悪くなかったために勉強をさぼっていました。受験勉強を始めたのは２年生の冬からでした。他の同級生と比べてスタートが遅く、おいていかれていることを感じ、焦り始めて苦手だった数学を勉強し始めました。勉強し始めたころは、時間をかけて勉強した数学も、定期テストや模試で期待した通りの点数が取れませんでした。困りました。点数が取れなかった理由は二つありました。一つ目は、今まで勉強をさぼっていた分、数学を理解するだけの土台が形成されていなかったこと。二つ目は、自分が「長時間」だと思っていた勉強時間も、実際には受験生としては短い方で、単純に勉強量が足りなかったこと。幸運にもこれらの原因に早期に気づけた僕は、数学で高得点を取るために青チャートを極めることにしました。そのころ授業は数ⅡBが終わりかけていましたが、『青チャート』は数ＩＡから徹底的にやり直しました。ここで僕は数学の基本的な考え方、答案の作成方法などを学びました。数ＩＡ・ⅡＢＣの『青チャート』を徹底的にやった結果、夏休み明けほどからやっと数学でよい成績が取れるようになりました。共通テストの対策の時期になると、僕はまた困りました。１～２年の頃にさぼっていたため、理科や地歴公民などで思うような点数が取れていなかったのです。また、数学も共通テストの形式に慣れておらず、点数が取れませんでした。そのため、僕はほかの同級生よりも早めに共通テスト対策に打ち込むことにしました。結果、共通テスト本番で今までの模試より非常に高い点数を取ることができました。しかし、第１志望だった大阪大学のボーダーには届かず、第１志望を貫き大阪大学に出願するか、第１志望とは別の大学に出願するかの２択を迫られました。出願についてものすごく悩み、自分の中では第１志望を受けたいという気持ちが強かったのですが、担任をはじめ多くの先生から出願に関して志望を変えることを勧められ、東北大学に出願することにしました。２次試験前は数学の演習を積み、数学の先生に答案を添削してもらっていました。国公立の２次試験で数学は僕の強力な武器となってくれました。

長々と書いてきましたが、僕の体験を通じて伝えたいことは四つです。一つは、苦手な教科から逃げないこと。苦手な教科や範囲が多いほど、受験は厳しくなります。二つ目は、学校の授業をよく聞くこと。授業では新しい内容を丁寧に教えてくれるため、そのあとの自分の学習がスムーズになります。また、理科や地歴公民、情報などの科目でも結局入試で使うので、授業は聞いておいた方が良いです。三つ目は、共通テストの重要性を理解し、見据えること。今日の受験において共通テストは非常に重要で、極論共通テストで満点を取ってしまえば早稲田大学にも合格できてしまいます。また、国公立大学でも、大阪大学の経済学部では共通テストと二次試験の配点が９：１の試験方式があったりなどします。共通テストの演習を１年生のうちから積んでおく必要はもちろんありませんが、地歴公民や理科、情報などの授業をきちんと受けたり、共通テストがどういった試験なのかを早い段階で把握しておくことは、共通テスト直前期になって役に立ちます。四つ目は、作新の先生を信頼し、頼ることです。受験や勉強法に関して、インターネットから情報を得たり、自分なりの考え方を持つことで先生と考えが食い違うこともあると思いますが、１回先生を信じてみましょう。先生方は僕らより長く生きており、何人もの生徒の受験を見てきました。僕らより受験についてよっぽど詳しいと考えるのはごく自然なことです。また、

先生方はいつでも僕らの質問や要望に応えてくれます。勉強に行き詰ったとき、より丁寧な指導が欲しい時などは先生方に相談してみましょう。

受験の正解

東北大学（理学部化学科）　　山口　望

【伝えたいこと】

まず結論から述べます。いかに早く最適な勉強法を見つけられるか、そしてそれをどれだけ継続できるか、これが受験に関して私が最も重要だと考えることです。後半に私の受験生活を記しますが、あくまで一例です。多くの人にとって、私の勉強法は最適ではないでしょう。かと言って学校教師や塾講師の勧めるものが正しい（自分に適している）とも限りません。３年間ある（あった）高校生活を通して、自分に合った学習方法を見つけ、続ける。シンプルながらこれを実現できた人が受験に勝つと考えています。これを読む１・２年生の方はとにかく最速で学習習慣と学習法を確立することに集中すべきだと思います。３年生でかつこれまで大して勉強してこなかった方、正直に言うとこういった方は、私の同級生を見る限りなかなか芳しい結果には至れません。なので本気で受験を成功させたいなら他の受験生に対する遅れを自覚して死ぬ気で勉強し続けましょう。

【東北大学合格までの過程】

私は３年間を通して 20 時まで学校に残り、自習しました。塾や家庭教師は模試以外では利用していません。

化学グランプリやＡＯ入試など特殊な取り組みがあったのであくまで参考程度にとどめてほしいのですが、どのように勉強したか、それを以下に記します。

＜１年次＞

初めの頃は自習時間を授業の予習や『4STEP』、定期テスト勉強に使っていました。志望校は決めておらず、なんとなくで時間を過ごしていました。しかし、夏休み前に駿台模試を受けた結果がボロボロだったために自分の実力不足と上位層との差を実感し、意識が少し変わりました。ただ勉強の仕方はあまり変わらず、成長は感じられませんでした。

大きく進展したのが冬休みで、その頃、『青チャート』を本格的に始めました。２次関数分野のレベル３以上の例題や EXERCISE を解き、どれほど難しくても時間をかけじっくり考え抜き、できるところまで記述するよう努めました。特に大事だったのは解いた問題の答え合わせの時で、別解を含む模範解答と自身の解答をよく見比べ、答えが間違っているならどこでどう間違ったのか、なぜ自分の考え方ではだめだったのかなどを調べ、合っているならどうすればより適切で簡潔な答案を作れるか考えていました。難問に対するこの姿勢は、青チャートに限らず数学・化学・物理の他の高難易度問題集でも継続して実践しました。これが自分の最適な学習法だった訳です。

春休み頃、化学グランプリ、及び東北大学理学部の科学オリンピック入試の存在を知り、チャレンジしてみようと思い、化学に関する深い勉強を少しずつ始めました。

＜２年次＞

夏休み以前は１年次とあまり変わらず過ごしていましたが、物理担当の手塚先生の授業が素晴らしかったため、力学の基礎力が身に付いたということは特筆すべき点です。

２年次で２回目の大きな進展がありました。そのタイミングが夏休みです。化学グランプリ１次が終了した後、二つの高難易度問題集、『やさしい理系数学』と『名門の森』を始めました（『名門の森』は物理の本です）。どちらも東大志望者などがよく取り組む問題集ですが、自ら考え抜くスタンスを継続したことにより、始めのうちは太刀打ちできなかった難問も徐々に解けるようになっていき、その成果は休み明けの各種模試に顕著に表れていました。難問を友人と速解き対決するなど、愉快に勉強したのも功を奏したと思います。

秋頃には『化学の新演習（旧過程版）』、『東北大学の物理・化学・理系数学15カ年』を購入し、以降、時間を測りつつ理系教科において実践演習を重ねました。模試などで成果がでている人に限っては、赤本は早いうちからやっておいて損はないでしょう。

２年次の終盤には東北大の理系数学の過去問が半分程度終わり、金井先生に借りた『東大の理系数学25カ年』と自ら購入した『東工大の数学20カ年』に手を付け始めました。もちろん東北大の問題とは段違いに難しいのですが、これも粘り強く取り組み、なるべく所定の時間内に解答を作るよう心がけました。

東北大志望の人間がなぜ東大や東工大の問題を解くのかと言えば、第１志望校の入試よりも１回りも２回りも難易度の高い入試を課す大学に入ることのできる実力があれば、第１志望校に入るのは容易だろうと考えたためです。私と同じく東北大並の旧帝大や科学大を目指す方は、この考えを取り入れてみてはどうでしょうか。

＜３年次＞

３年次になると東北大・東工大・東大の過去問演習もある程度進み、さらに様々な問題を解きたいと思い、東進の『過去問データベース』を利用し、京大や阪大、医科歯科大などの問題にも手を付けました。またこの頃は冠模試を強く意識して勉強していました。難関大を目指す上で、私は何よりも冠模試で結果を残すことが重要だと思っています。特に東大・京大以外の難関大は模試の機会が限られるので、駿台実戦、河合オープン、東進本番レベルといった冠模試に積極的に参加することを勧めます。

また夏前、２年次に叶わなかった化学グランプリの２次試験進出を目指し、前年より熱心に勉強しました。勉強法は、ひたすら化学グランプリの過去問や新演習を解き進め、分からないところや興味を持ったことを積極的に調べるというものでした。この努力が実を結び１次選考突破に至りました。余談ですが、後に成績表が配付された際、私の１次の点数は１次突破者の中で最低でした。

これに加え夏前から、東北大ＡＯⅡ期入試の過去問を時間内に解き、複数の化学教員に採点を頼むという対策を始めました。

化学グランプリ２次進出が決定したため、夏休みは化学の渡辺先生に力を貸してもらい、化学グランプリ２次の対策を行っていました。それに加え自身の化学の実力がある程度確かめられたため、東北大のＡＯⅡ期入試に挑む気持ちが強くなり、志望理由書の計画やそれに関わる東北大の研究室の調査を一般試験の対策と並行して行いました。さらに第２回東北大本番レベル模試も見据えていました。

夏休みが終わった３年秋、９月から 10 月半ばまではこれまで通り数学・化学・物理の様々な大学過去問を解き尽くしていたものの、10 月後半からはＡＯⅡ期を見据え、化学のみの勉強にシフトしました。化学１科目に集中するのは今考えるとリスクある戦略だったと思います。

そして、11 月２日にＡＯ入試１次試験、８日に結果発表があり、その後は面接練習を行い 16 日の２次試験、２２日の最終合否発表を経て、東北大学理学部化学科合格へ至りました。ただ面接に関しては先生に頼らず、ある程度自力で応答を考えた後、入試本番がある週に親と面接練習を行いました。ちなみにＡＯが不合格だった場合のリスクヘッジとして２次試験直後の 17 日には東北大実戦模試を受けました。受験に関わることは少し過剰に心配して行う程度が丁度いいのかもしれません。やればやるだけ安心感が生まれますので。当時の私の心持ちは、ここまでやった自分が落ちたとしたら他に誰が受かるのか、というものでした。

合格発表以降、12 月前半は２次試験過去問を続け、12 月後半以降は共テ対策と入学前課題に取り組みました。

【まとめ】

私の受験人生は以上となります。時系列順に書き連ねたため読みにくいかと思いますので、再び要点だけお伝えします。合格への確かな筋道は自分に最適な学習法を最速で確立することです。私の場合、高難度問題を自力で解き抜くことでした。私の考えは、「０からアウトプットすることが思考力の増加につながる」「応用問題は基礎の発展型なのだから応用をやれば基礎も身に付く」というものであったため、２年次以降基礎問題集にはほとんど手を付けず高難度問題に取り組んでいました。別に基礎を軽んじていたわけではありません。またある程度の才能がない人には決して勧められません。ここで考えたいのが、私の学習法は先生が勧めるものとはかけ離れていたにも関わらず入試にしろ化学グランプリにしろ成功したということです。最適な学習法を見つける、その１点のためには他者に（何ならこの体験記にも）惑わされず「自己責任で」進んでいく必要があると確信しています。

【最後に】

受験のつらい点は、どのような戦略を取ったとしても、その責任の所在は受験生本人にあるということだと思います。しかし受験を終えてから改めて考えてみれば、この困難な経験が人生において何かと糧になると私は感じています。社会に出れば（何なら大学時代でも）全ては自己責任になりますから。

この下におすすめ参考書を記しておきます。皆さん自身の将来のため、次代の受験生の皆さん、頑張ってください。

【おすすめ参考書・問題集】

＜数学＞『青チャート』、『やさしい理系数学』

＜化学＞『化学の新演習』

＜物理＞『名門の森』

＜英語＞『DUO2.0』
＜全科目＞東北大、東工大、東大等難関大の過去問（赤本や過去問データベース）
＜化学グランプリ＞化学グランプリ過去問、『化学の新演習』
＜東北大学理学部化学系ＡＯⅡ期入試＞『化学の新演習』、ＡＯ入試、一般入試の過去問
ＡＯ入試に関してはベネッセの方に情報を提供しているので先生に頼み、参照してください。ただし１点、ベネッセの合格体験記に記入し忘れたことがあります。化学系のＡＯ２次試験には英語のスピーチ課題が存在します。その難易度は英検２級の面接と同等だと感じたので、参考にしてください。

受験体験記

東北大学（工学部材料科学総合学科）　　野田　大斗

今回はこのような機会を設けていただき、ありがとうございます。これを読んでいる皆さんの力になれれば幸いです。
＜勉強分野＞
１年生へ
英語、数学、国語をしっかり勉強してください。英語の文法事項は２年生以降に勉強する時間は限られるため、１年生の間に『DUAL SCOPE』でしっかり詰め込んでください。また、毎日『Target 1900』を使って英単語の勉強を３年間継続してください。１年生で英語を本気でやらないと、２年生以降に痛い目を見ます（特に理系）。数学は、その日の授業の内容を『4STEP』で復習し、週末は１週間の内容を『4STEP』で復習してください。そして、定期試験の勉強はその範囲を『4STEP』でもう１周し、間違った問題をそのあとでもう１度解きましょう。長期休暇では、それまで習った範囲を『青チャート』（難しければ黄チャートでも可）で復習しましょう。古典は、１年生で活用形と助動詞を全て覚えましょう。毎日、新しい古典文法の見開きを見て音読してください。しばらくしたら、隠して覚えているかを毎日確認しましょう。これを１年間続ければ、共テまでは大丈夫です（助詞は僕には無理でした）。現代文は毎朝漢字の勉強をしていました。
２年生へ（理系生徒、物理選択）
英語も大事ですが、それ以上に数学、物理、化学をしっかり勉強してください（英語対策には英語ディベートをやるのもおすすめです。英検の面接対策にもなりますし、英語力が大いに上昇するでしょう）。
数学の勉強の仕方は１年生と同様ですが、できれば２年生の終わりの春休み前には数ＩＡの大学への数学に取り掛かり始めており、春休み中に数ⅡＢの『青チャ』を終わらせているのが理想的です。物理の勉強はその日授業で習った教科書の部分を熟読し、『物理のエッセンス』に取り組みましょう。定期試験もこれをやれば問題ないです。化学も同様に教科書を熟読し、『セミナー化学』に取り組みましょう（２年時は、『セミナー化学』だけで十分です）。そして、理科は長期休暇で、それまでに習ったところをもう一度同じ問題集で勉強すると良いでしょう。
国語と地理に関して：授業をしっかり聞いて、そこでなるべく覚えましょう（作新の先生方の授業は本当に素晴らしく、古典が大好きになりました）。古典は毎日単語学習を続ければ、共テで有利になります。古典の予習は、２年の半ば以降、僕は予習を諦め、ぶっつけ本番で挑んでいました。地理は教科書準拠の『演習ノート』と『10分間テスト』を日々の授業の復習で取り組めば大丈夫です。
３年生へ
数学に関して、数Ⅲは夏休み前に全範囲の『4STEP』を終わらせ、夏休みは『4STEP』の微積分をもう１周した後で『青チャ』に手をつけ、それも９月末には終わらせて、10月からは『大学への数学』に入りました。また、数Ⅲと同時並行で数Ｃの『青チャ』とＩＡ・ⅡＢの『大学への数学』に取り組みましょう（ただし、数Ⅲは最も重要なのでそれを最優先に）。夏休み中にⅢ以外の『大学への数学』に取り組み始めることができていれば、受験までには間に合います。物理は、夏休み前までは既習範囲の部分の『エッセンス』をもう１周し、夏休み初日からは『重要問題集』に取り組みましょう。ただし、物理は電磁気を夏休み終わりまでに『エッセンス』で全範囲に取り組み、夏休み明けから『重要問題集』に取り掛かった方が良いです。原子は授業中に知識を叩き込んだ後に、テスト勉強で『エッセンス』を１周すれば大丈夫です（物理の授業は手塚先生だったので、

できれば毎日授業があると良かったです)。化学は、夏休み前に既習範囲をもう一度、『セミナー化学』に取り組み、夏休み初日から『重要問題集』をやりましょう。

共テ対策

私は50日前から始めました。Ｚ会に入っていたので、３月から毎月届く共通テスト攻略演習に取り組みました（これが最強だと思います。やるのは共テ対策を始めてからでいいです)。それを一通りやった後で市販の駿台の実践問題集に取り組み、そのあとＺ会の市販の実践問題集に取り組みました（地理は過去問と黒本にも取り組みました)。古典は夏休み中に単語だけやっておくと良いでしょう。漢文の句形と重要語句は隙間時間に暗記していました。地理は間違えたところは資料集で調べて、付箋などで印をつけておきました。

志望校対策

過去問は、物理、化学の無機と有機については共テ後に本格的に取り組みましたが、数学と化学の理論は、直前まで自分が使っていた問題集をやっていました。また、駿台の講座を受講して有機化学の構造決定の勉強をし、河合の突破テストやＺ会の直前予想演習に取り組み先生方に添削していただきました。駿台はメールで志望校専用の講座を知らせてくれるのでおすすめです。

３年間を通して

問題集は、２～３周はしてから次に移りました。分からない所は先生たちに質問しに行っていました。また、課外は自分で問題集を解くより何倍も得るものがあるので、苦手科目などは積極的に参加してみると良いでしょう。

参考書ルート

数学：『4STEP』→『青チャート』→『大学への数学　１対１対応の演習』

物理：『物理のエッセンス』→『重要問題集』

化学：『セミナー化学』→『重要問題集』（構造決定の勉強には、駿台の「東北大有機化学レクチャー」がおすすめ)

＜生活分野＞

１年生だからといって浮かれず真面目に勉強しましょう。また、２年生の終わりの春休みまでにはスマホや趣味を制限することをお勧めします。実際、僕はその時期からスマホを禁止し、大好きなカードゲームも隠してもらいました。ただ、ほどほどに息抜きできる趣味を必ず一つは残しておいてください。休息も必要なので…。

最後に

大学受験は大変ですが、乗り越えればやってよかったという達成感と解放感に満ち溢れています。みなさんも頑張ってください。応援しています。

受験体験記

秋田大学（医学部医学科）　　高橋　英志

私は学校型推薦で秋田大学医学部医学科を受験しました。余裕を持って合格できたわけではなく、受験での私自身の失敗談を含めて、推薦や医学部受験に挑む受験生の皆さんのために少しでも役に立つ話をさせていただけたらいいなと思います。

１年次

１年次は特に英語に力を入れ、『DUAL SCOPE』を何周できるか友達と競い合いながら勉強し、また、英語ディベートにも参加しました。できるだけ早く英文法や単語知識を完成させると、後々他教科の勉強時間を増やすことに繋がるので、１年次での英語の完成を目指しましょう。

２年次

数学と物理を中心に演習量を増やしていきました。数学は特に解答に辿り着く過程を意識して勉強しました。『4STEP』、『青チャート』、『１対１対応』などは問題の質は良いですが、過程があまり記載されていないので、『やさしい理系数学』や『プラチカ』で解答までの発想を学ぶと数学力が上がります。２年次から本格的に物・化・生の勉強が始まります。私は最初、教科書や『セミナー』で物理を勉強しましたが、問題や解説のレベル

は受験に対応できるほどのものではなく、理解に遅れを取りました。最初から『重要問題集』や『名門の森』を使うと良いと思います。

３年次

３年次に私は大きく三つの失敗をしました。まず化学の勉強です。もともと苦手科目だった化学を後回しにしていたため、平均レベルまで点数を上げるのにさえ非常に多くの時間を費やしました。苦手科目でも最低限、暗記分野は完璧にしておくべきだったと後悔しています。教科書ではなく、資料集を暗記することをお勧めします。次に推薦対策です。３年の 11 月頃から志願理由書作成や小論文・面接対策を始めたのですが、全く時間が足りませんでした。小論文には幾つかパターンがあり、各パターンの解答の典型例通りに記述できるようにするのには慣れが必要です。推薦に限らず医学部受験では医療知識を求められるので、医療知識を一通り調べる時間も必要であることを考えて、９・10 月頃には対策を始めるべきです。最後に共テ対策の失敗がありました。先述した化学と推薦に時間を圧迫され、本格的に共テ対策に打ち込んだのは１月になってからでした。共テでは絶対に演習しなければ点数が伸びませんから、当然演習量の不足していた私は本番で目標点数に達することができなかったのです。私は友達と出版社の異なる予想問題集を交換し合ってできるだけ数をこなそうとしましたが、それでも不十分でした。物理だけは先生に頼み込んで苦手分野の問題をプリントに印刷していただき、それを必死に解いたおかげで本番では１ミスで済んだことから、予想問題集を解くだけでなく、各科目の先生にプリントを作ってもらいに行くことを強くお勧めします。

「時間が足りない」。受験期の私が毎日痛感していたことです。私の一連の失敗の原因もこれに集約されるでしょう。結果的に小論文と面接で挽回して合格することはできましたが、もっと入念に勉強計画を考えるべきだったと反省しています。特に推薦や医学部受験に挑むのならば、一般の受験生よりも勉強計画を前倒しにして受験対策をすべきだということを、ここに強く忠告させていただきます。

私の失敗の経験を活かして、皆さんが志望校に合格できるようお祈りしています。頑張ってください。

最後にはなりますが、３年間ご指導いただいた先生方、今までありがとうございました。

受験体験記

福島大学（人文社会学群行政政策学類）　　田崎　優我

自分は正直に言うと、「どうしてもこの大学に行きたいんだ」と思える大学がなかったので、周りの人よりも熱を入れて勉強することができず、そのことで苦悩することもありました。そして今、高校３年間の受験勉強の期間を振り返ってみると、「もう少し早く本腰を入れて勉強していたら」「もう少し共通テストで良い点を取っていたら」と悔やまれることがいくつもあります。過去に戻れるなら戻りたいと思ったこともありました。ですが、「終わったことをいつまでもくよくよ引きずっていたら、一生前には進めない」と思うようになってからは、自分なりに今できることを精一杯取り組むようになりました。

最後に、未来ある後輩たちへ言いたいのは、この先受験勉強をしていて、絶対に挫折する時が来ます。その時に、「自分の中でこれだけ頑張ったのに、落ちてしまったのならしょうがない」と思えるくらい、全力で取り組んでほしいと思います。

以上、受験を失敗した先輩より。

自分は最初に志望していた第１希望の大学に合格することは叶いませんでしたが、最終的に無事、第３希望の大学に合格することができました。合格した後に気づいたことは、自分の周りには、自分が合格したことをまるで自分のことのように喜んでくれる家族や友達、先生などがいるのだと、改めて実感したことです。そして、自分が受験でつらい時やしんどい時にサポートしてくれた両親の力は偉大だと感じました。

無事に受験を乗り越えた先輩から後輩に送るメッセージは、「共に切磋琢磨できる友達を見つけることが大事」だということです。今は受験を一人で乗り越えられると思っている人も、後々、私が言っていることの意味がきっとわかると思います。

以上、受験を成功した先輩より。

選択肢

福島大学（人文社会学群経済経営学類）　　羽田　眞彩

はじめに

共通テストの成績のあげ方などは他の方の体験記を参考にしてください。戦略の選択肢が沢山あること、経済経営学類の受験を考える皆様に役に立つ情報を記させていただきます。一人でも多くの後輩の皆さんの選択肢を広げる参考になれば幸いです。

共通テストまで

12 月の帝京大学の特待生選抜試験を受け、無事に特待生をいただいたことや、単純に国公立試験までの２月の間に私立を受ける気力も体力もメンタルもないと判断し、私立は帝京大学一本でした。

共通テストの結果は、リーディングは自分の最低点でしたし、得意であった国語も前日までは９割を取っていましたが、自己採点では７割ほど。しかし、他の教科は上振れし、何とか６割強はとれました。そこから担任の先生や親と相談し、どこの国公立大を受けるのかを決めるのですが、正直な話、国公立で地域経済系の勉強ができて栃木周辺の県ならどこでもいいなと思っていました。

こう思ったのには二つ理由があり、一つ目は第１志望であった宇都宮大学地域デザイン科学部は、私のやりたいこととは少し外れる気がしていったからです。二つ目は、３年生の夏ごろから急に税理士に興味を持ちだしたからです。また、そもそも文系で「この大学行かないと取れない!!」ということは少ないのではないかと考え、学部があっていて、栃木からそう遠くないところであればどこでもいいというある意味あきらめがついていました。そんなこともあり、先生方の勧め通り、共通テストでＢ判定の福島大学経済経営学類を受験することを決めました。

２次試験

経済経営学類は小論文または英語の受験科目を選択できる学部で、志願者や合格者は３：１で英語の方が圧倒的に多かったです。英語が特段苦手な私は、小論文を選択しました。福島大学の小論文は課題文が長く、経済経営学類の場合、90 分で 1200 字を書き上げなくてはいけないため、かなり難易度が高いです。そこで、私立を１本に絞り、２月の自由登校はほぼ毎日学校に行き、川上先生に小論文をずっと添削していただきました。小論文の課題文は 2012 年までさかのぼったところ、コミュニティ、経済、復興の３パターンが題材とされており、心理的な物や人間関係が取り上げられることが多いことを知りました。2012 年には「東日本大震災からのまちづくり」をテーマにした新聞の切り抜きが出題されています。また、出版年が出題年の１～２年前のケースが多く、比較的新しい話題が取り上げられる場合が多いです。１・２年生の頃からニュースを注意深く見ることが力になると思います。自分の意見や考えをより明確にそして多角的なアプローチから書くのがお勧めです。また、要約も 600 字という長さなので、2022 年以前の 500～400 字要約から練習をはじめ、焦らずに慣れていってください。また、課題文が分かりにくい問題が４～５年に１度出ます。2025 年は「客観性に関する問題」で、正直言って何を言いたいのか、そもそも筆者の意見が何なのか、分からないまま終わりました。そういう時は他の人も分かっていないと考え、自信をもってとりあえず埋めてください。要約は本文を即せば大幅な減点はないはずです。意見文も少し外れていても、元々自由度の高い問題であるため、ある程度筋書きをメモし、早急に書き始めてください。本当に時間がないです。特に後期の受験を考えている人がいるならば、後期は文章量が約 10 ページあるため、私も練習では試験時間ぎりぎりまでかかりました。また、意見文は自分の視点をしっかり持って説明できるとよいのかなと思います。皆様の健闘をお祈りいたします。

最後に

文系は特に選択肢が幅広く、専門分野も少ないため、マルチなことが多いです。より多くの選択肢を視野に入れて大学を調べてみてください。何が自分に合うのかは飛び込んでみないと分からないことばかりです。陳腐な言葉となりますが、「何よりも自分が納得できる未来をつかみ取るために自分を分析し、他者に惑わされることなく自らの意思で歩んでください」。皆様が人生を終える時に後悔が少ない道を歩まれることをお祈り申し上げます。

追記　お世話になった先生方へ

高校を留年なく卒業できたこと、国立大学に合格できたことは先生方のおかげです。３年間たくさんご迷惑をおかけしました。本当にありがとうございました。

イレギュラーな受験をして思ったこと

茨城大学（理学部理学科地球環境科学コース）　　大瀧　百香

題名にもありますが、私は周りの人とは少し違った方法で大学に合格しました。違った点と感じたことを書くので受験生の皆さんの、そして１・２年生の皆さんの受験についてイメージを持ってもらえる一助になればと思います。

１　共通テストの受験科目で化学基礎、地学基礎を選択

国公立大学の１次試験である共通テストの理科で文系の方は基礎２科目、理系の方は発展２科目を選択するよう指導があると思います。私は理系でしたが、大学の募集要項を取り寄せて見てみると基礎科目を選択できることを知り、化学の代わりに化学基礎と地学基礎を選択し、それと合わせて生物を受験することにしました。

この方向転換を行ったのが、なんと 11 月、共通テストの約２か月前！さらに地学基礎の範囲は中学校で教わって以来手をつけていませんでした。元々地学を専攻する学科を目指していたことや、中学時代から地学分野が得意だったこともあっての選択でしたが、いざ受験科目にするとなるといろいろと大変なことが出てきました。履修していない分野を教科書レベルから学び直し、わからない部分は地学が得意なクラスメイトに質問に行かなければならず、数学などの他の科目の演習が手薄になってしまいました。

これは余談にはなりますが、理系の方は大学進学後も発展理科の知識を使う所が多いので、共通テストで基礎科目を選択したとしてもどの道、春には再び発展科目を復習することになります。

なので理系で基礎科目を選択する場合は、担任の先生としっかり話し合いをした上で決定し、なるべく早く（履修していない場合は夏休み頃に基礎固めを行うのがおすすめ）対策を進めた方がいいと思います。

２　私大入試を共通テスト利用で乗り切ろうとする

周りは一般試験を多く出願しているにも関わらず、私は私立大学の一般試験を１校しか出願せず、共通テスト利用入試を４校ほど出願しました。今思えばなんとも愚かな行為ですが、自身の中で「全国レベル」というものを甘く見ていたように思います。結果として私が受けた年は全体的に易化し、周りとの点差が開かなかったことで、私の偏差値は思うように伸びませんでした。私大の共通テスト利用では偏差値を得点として扱うところもあり、最終的には共通テスト利用入試に全落ちするという国立入試の前になかなか大きい精神的ダメージを受けました。受けていた一般試験も補欠となり、振り返ってもこの時期が１番苦しかったように思います。

共通テスト利用は、一般試験よりも遥かに厳しい戦いです。共通テストの難易度によって結果が大きく変わってくるため、共通テスト本番まで現実が見えにくいという事実があります。「共通テスト利用を受けるな」とは言いませんが、一般試験の方を多く出願しておくと共通テスト利用より合格を取りやすくなり、私大の合格という結果が国公立試験の安心材料として、前期・後期試験当日のみなさんを支えてくれると思います。

３　３年生までにすべきこと

ここからは１・２年生向けに私が受験期に思った３年生までにやっておくべきと思ったことを書きます。

とにかく、自分の現状を把握しましょう。模試の結果をよく見て、自分の全国レベルでの立ち位置や弱点を知り、苦手分野を克服してください。特に、共通テストの数学は１・２年生の範囲から出題されるため、早いうちから対策するに越したことはありません。数学の苦手分野を残し過ぎた私は、共通テストまでに復習する範囲が多くなり、さらには春休みも大学で必要になる部分の復習に追われています。…受験から逆算して今自分に足りない分野の知識を補填していってください。早くから対策を始めるほど、難関校への合格が見えてきます。

とはいえ、勉強へのやる気が出ない人もいると思います。私も３年生になる前の春休みに、自分の知識の不足に焦りを感じたあたりから、勉強時間が増え始めました。勉強時間が伸びないという人は模試などを通じて「ヤバい！」と感じることで復習を行うなどして勉強時間を増やすのもいいと思います。現状への焦りを感じて早いうちに「勉強しないと！」と思い、行動し始める事が志望校合格への足掛かりとなると思います。

４　最後に

受験が終わるまでは本当に苦しいです。もし結果が悪かったら、など暗いことばかり考えてしまうこともあるかもしれません。しかし、受験が終わると結果に関わらず受験で成長した自分自身を見ることができます。なので最後まで妥協せずに、自分の夢を追い続けてください。

みなさんの希望が叶う事を願っています。

最後になりますが、親身になって相談にのってくださった担任の先生、２次試験対策に協力してくださった生物の先生、本当にありがとうございました。

高校３年間の勉強生活を通して

筑波大学（総合学域群理系Ｉ）　　岸田　理沙

〇はじめに

私は受験勉強に本腰を入れて取り組むにあたって勉強法や参考書選び、問題集の取り組み方などについて悩んだ時期があります。皆さんも同じようなことで悩んだ時の参考になればと思い、私なりの受験勉強への取り組み方を紹介します。

〇参考書や問題集の選び方

参考書や問題集は自分の実力に合う、そして自分が好きな形式のものを選ぶと良いと思います。

インターネットで調べたり、先生方や友達にオススメのものを聞いたりしてから実際に書店に行き、最終的には自分で納得のいく、自分が読んだり解いたりしていて楽しそうだなと思う参考書や問題集を私は選んでいました。

どの参考書も賛否両論あり、自分が使っている参考書の否定的な意見を聞いたり見たりすると不安になることもあると思いますが、数ある参考書の中から自分で選び抜いたら、「自分は納得のいく１冊を選んだ」と自信を持って取り組んでほしいです。

〇私の成績が伸びたオススメの勉強方法

勉強方法としては王道かもしれませんが、「分からないところは先生に質問しに行く」という方法です。

先生に質問しに行くというのは正直なところ１・２年生の頃の私にはハードルが高く、「先生の仕事の邪魔にならないかな」「職員室まで足を運ぶのが少し手間だな」と思ってしまい、先生に質問することはほとんどありませんでした。

しかし、３年生になり、苦手な物理の成績が思うように伸びず後がなくなり、共通テスト２ヶ月前あたりからようやく質問に行くようになりました。

先生は毎回快く私の質問に答えてくださり、私は教えてもらう度に物理への解像度が上がり、最終的に物理が得点源の科目へと変化しました。

「もっと早くに先生の許へ質問に行っていたら、もっと成績が伸びたかも…」と後悔しているので、今まだ受験本番まで十分に時間がある皆さんには、ぜひこの方法も試してみてほしいです。

作新の先生方なら快く皆さんの質問に答えてくださると思います。

質問に行っても嫌な顔せず、丁寧に教えてくださった先生方には感謝しかありません。

〇筑波大学を受ける人へ

筑波大学の受験で大事なのは、基本とそれを応用する力だと思います。

１・２年生の人は、今授業で習っていることの基本を徹底し、３年生は１・２年生の内容を見直したうえで、３年生で習う内容の基本を固め、それらを応用する力を身につけた時点で過去問に取り組むと良いと思います。

１・２年生で余裕のある人は習ったことの基礎だけでなく、応用の範囲も解いておくと、３年生になった時に余裕を持って勉強できると思います。

私は１・２年生では応用の問題はあまり解いていなかったので、３年生になってから基本と応用の両方に取り組む必要があり、時間に追われて大変だった思い出があります。

〇筑波大学を受ける人へのオススメの問題集

私が解いた問題集でオススメのものを紹介します。どの問題集で対策すればいいか迷っている人がいたら、是非読んでほしいです。

まず学校で配られた問題集で基本を固め、それから応用問題集に移ると良いと思います。

＜基本＞

英語:『ターゲット 1900』、『入門英文解釈の技術 70』、『関正生の The Rules 英語長文問題集２』、『Next Stage』

数学:『青チャート』

理科:『セミナー』(プロセス・基本例題・基本問題)、『ひとりで学べる秘伝の物理講義』(力学・波動／電磁気・熱・原子) →これは物理が苦手で教科書を読んでもさっぱり内容が分からないという人にオススメです。

＜応用＞

英語:『関正生の The Rules 英語長文問題集３』、『筑波大学の英語 15 カ年』(赤本)

数学:『大学への数学　１対１対応の演習』(数Ⅲ)、『筑波大学の数学 15 カ年』(赤本)

理科:『良問の風』(物理)、『化学重要問題集』

加えて、共通テスト対策でオススメの問題集もあるので、それも紹介させてください。

国語:『富井の古典文法をはじめから丁寧に』、『岡本のたった３時間で学ぶ漢文句法』→漢文の基本を習得するための１冊目としてこれはかなりオススメです。漢文の捉え方が読む前と比べて格段に変わりました。私は共通テスト１か月前くらいから始めたのですが、もっと早めに読んでおけばよかったと後悔しています。

地理:『村瀬のゼロから分かる地理Ｂ』(系統地理編／地誌編) →これは地理の参考書の中ではページ数が多い方だと思うので時間に余裕のある人にオススメです。地理の知識について背景から分かるので、この本を読むことで地理の問題を暗記だけでなく思考でも解けるようになります。

理系の人はこれらの参考書を読み物感覚で読み、基礎問題集でアウトプットし、最後に過去問に取り組むと良いと思います (時間が無い場合は、参考書を読んだらすぐに過去問に入っても大丈夫です)。

あくまで私のオススメなので、自分の好みに合わせて問題集は選んでもらえるといいと思います。

〇最後に

勉強を猛烈にしていると、「ふとこんなことして何の意味があるんだろう」とか「勉強する意味ってなんだろう」とか考えてしまう時があると思います。

私はそういう風に考えてしまうタイプで、勉強中は自分の中で答えが出ないまま大学進学というゴールに向かってただただ勉強していました。

しかし、今振り返って「大学受験をしてよかった」、「大学受験を通して受験勉強での知識だけでない様々なものを得た」と感じています。私はこの大学受験を通して勉強計画の立て方や、自分自身のモチベーション管理の仕方、努力の大変さ、物事が一筋縄ではいかないこと、周囲の人の温かさなど本当に様々なことを学び、成長できたと感じています。これこそが、私は大学受験をする意味だったのかなと感じました。

今勉強が辛い、大変だと感じている人もいると思いますが、その辛さや大変さが自分をものすごく成長させてくれます。

模試の点数や判定が伸び悩んで、落ち込んだり悩んだりすることもあると思いますが、これが自分を成長させてくれると思って、向き合ってもらえたらと思います。

皆さんの目標が達成できるよう応援しています。

最後になりましたが、３年間支えてくださった先生方、私の質問に快く答えてくださった先生方、本当にありがとうございました。

受験体験記

宇都宮大学（地域デザイン科学部社会基盤デザイン学科）　　戸來　寧々

(はじめに)

私自身、先輩方の受験体験記を読んで参考にしていたので、自身の思いを書き残すことができ、光栄に思います。少しでも後輩の皆さんの参考になれば幸いです。

(受験方法について)

私は総合型選抜を受験しました。総合型は評定が 4.0 以上、4.5 以上なければ出願できないという条件がある大学もあり、推薦を視野に入れている生徒は日々の定期試験や外部模試に真剣に取り組む必要があります。

(対策について)

総合型選抜を目指して、面接やプレゼンテーション、質疑応答、口頭試問の練習を重ねました。

(プレゼンテーションについて)

私が受験した学科では、プレゼンの質や質疑応答の対応が合否のカギを握ります。そのため、登下校中や休み時間、さらには入浴中などのスキマ時間を使って、プレゼン原稿を心の中で繰り返していました。しかし、万全に覚えていても本番では緊張して言葉が出てこなくなるかもしれません。そのため、資料を見ながらその都度自分の言葉で説明できるように心がけましょう。

（面接・質疑応答について）

面接や質疑応答では予想される質問を考えておくべきですが、本番では予想外の質問も多いので、焦らないためにも実践練習は何度も重ねることが重要です。私の場合、志望動機に力を入れて対策していましたが、本番では動機を聞かれず、少し焦った覚えがあります。

（口頭試問について）

口頭試問では、教科書の内容を口頭で説明できるように、基礎的な部分を確実に把握しておきましょう。本番で分からない問題が出てもすぐに諦めず、自分なりに考えて答えを導き出す姿勢が重要です。

（入試当日について）

当日は、いくら練習を重ねても緊張するものです。総合型選抜では自分の積極性が試されます。厳しい質問が来ても、決して怯まずに堂々と自分の言葉で落ち着いて答えることが大切です。前日には体調を整え、万全の状態で挑むことを心がけましょう。

（最後に）

ここまで読んでくれた皆さんの目標が達成されることを心から願っています。

最後になりましたが、担任の先生方や授業をしてくださった全ての先生方に感謝申し上げます。

私の合格体験記

宇都宮大学（共同教育学部学校教育教員養成課程美術分野）　　田﨑　美鈴

＜はじめに＞

私は物心つく前から絵を描いたり工作をしたりすることが大好きで、中学３年生になる頃には美術教員を志していました。英進部から美術系に進む人は少ないと思われるので、私の体験記が似たような道を志す後輩のためになれば嬉しいです。

また、勉強については他の卒業生が素晴らしいことを書いてくれていると思うので、私は２次試験対策をメインに書きます。

【参考：共同教育学部 美術分野の配点】

共通テスト…800 点、面接…100 点、鉛筆デッサン…400 点

＜１～２年生＞

実は、私は県立高校入試であと数点足りずに志望校に不合格になってしまい、悔しさのあまりなかなか勉強に身が入らずにいました。今思うと、早く気持ちを切り替えて地道に勉強をしておけば３年生の時の負担が軽くなったのではないかと思います。

＜３年生＞

勉強の自己管理がほとんどできていなかったので、個別指導塾に入り、放課後はすぐに塾の自習室に通って毎日 22 時まで残って勉強をしていました。

夏休み明けからは勉強と並行してデッサンの対策を始めました。具体的には、美術の先生にお願いして、毎週１枚、自宅で描いたデッサンを講評してもらっていました。デッサンを続けていると自分が上手いのか下手なのか分からなくなってしまいますが、描いたものを先生に点数化してもらうことにより、モチベーションを保っていました。また、デッサンの本を２冊購入し、時々読んでいました。

共通テスト直前期はデッサンを一旦休止し、勉強に集中していました。また、共通テストが終わってからも滑り止めの私大入試があったので、２月頭までは勉強のみでした。完全に私大入試が終わってからはデッサンを再開し、面接対策もこの時期から始めました。

●デッサン（編集者注：田﨑さんの記事の末尾に、田﨑さんが描いたデッサンを掲載）

自宅で毎日１～２枚、自分でモチーフを組んで３時間で描いていました。美術の授業がどの学年も完全にない日は、美術室を借りて本番と同様にイーゼルを用いて練習しました(家にはデッサンをするスペースがなく、和室にミニテーブルを置いてモチーフを載せ、座布団に座って描いていました)。

共通テストが終わってからは、大学受験そのものが終わってしまったように感じ、やる気を出すのが大変でした。しかし、実際の共通テストの自己採点を用いた志望校判定ではＥ判定になってしまい、配点の高いデッサンでカバーする必要があったので、ひたすら描きました。

●面接

私大入試が終わってから面接対策を始めました。私は人前で喋るのがすごく苦手だったのですが、学校の先生以外の人（家族や塾の先生）にも練習に付き合ってもらい、回数を重ねることで克服できました。

また、面接ノートも作りました。箇条書きで構わないので自分の考えをまとめるために活用すると良いと思います。練習を始めた頃は、返答に詰まった時にノートをチラ見するなどしていました。

さらに、チャット型ＡＩに質問と自分の回答を与えて深堀り質問をしてもらうなど、そのようなツールも上手く活用しました。

＜本番＞

共同教育学部 芸術・生活・健康系全体の倍率は、前年度の 2.8 倍に対し、今年度は 3.9 倍になっていました。しかし２次試験当日には美術分野には定員５人に対して受験者は６人で、美術分野自体の倍率は1.2倍となっていました。このように、共通テストリサーチが悪くても本番まで何があるか分かりません。現在成績が悪くても、どうか諦めずに頑張ってほしいです。

最後になりますが、共通テスト直前まで成績が上がらなかった私を最後まで諦めずに応援し、励ましてくださった先生方、友人たち、本当にありがとうございました。

＜おすすめの参考書など＞

●勉強

『漢文早覚え速答法【共通テスト対応版】』(田中雄二)…中学漢文すらできなかった私でも、これ１冊を完璧にすることで、共通テスト漢文をたった１ミスまで持っていけました。

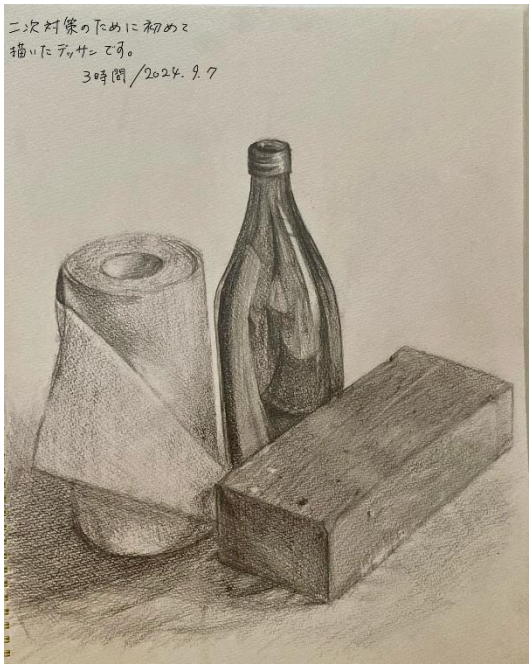
『化学基礎スピードチェック』(目良誠二)…必要最低限のことだけが書かれていてページ数も少ないため、定期試験前や共通テスト直前期のチェックにオススメです。

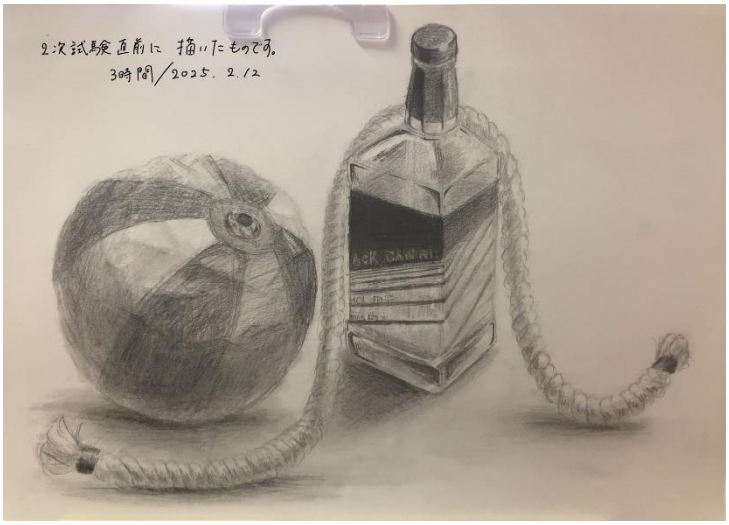
●デッサン

『いちばんていねいな、基本のデッサン』(小倉芳子)…本の中で取り上げられているモチーフが宇大デッサンに出そうなものばかりで良かったです。

●志望校の入試情報

高校３年生になったら使えるので、ベネッセの ID があればアクセスできる「受験・就職レポート WEB」を活用するとよいと思います。宇大教育美術のような過去問データのほぼない大学でも、受けた先輩方がデータを残してくださっているので効率的に対策を行うことができます。





作新学院の在校生に告ぐ

東京大学（文科一類）　　栗田　光貴

僕が東京大学を志望したのは、初めは単なる憧れからだった。僕は漠然と、そこに入れば幸せになれる、と信じていた。確かに、東大出の人たちの多くは高給を食み、他より贅沢な暮らしを送っている。しかし、ただ漠然と信じ続けたその「幸せ」が実は詭弁に過ぎなかったことに気づいたのは、高２の夏休みのある１日だった。その気づき以来、僕はおよそ半年間ひたすらつらい時期を送った。どうしても、自分が生きる理由が見つからなかったのだ。そんな日々を一変させる触媒となったのは、紛れもなく友人の存在だった。とことん自分という存在を嫌った当時の僕にとって、自分を慕ってくれる友人の存在は、ただ唯一の生きる理由になりえたのだと思う。そうして僕は、少しだけ心に余裕をもって自分自身について考えることが可能になった。１７年間の長きにわたり頑なに回答することを拒否してきた、なぜ、何のために、生きるのかという問いについて、初めて向き合ったのだ。

答えは身近なところから、偶然に見つかった。ＡＢＣニュースを見ていて（後述）僕は世界には多くの、自分よりずっと苦しんでいる人がいることを改めて認識した。その気づきは僕に一つの示唆を与えた。「苦しんでいる彼らのために働く自分は、自分でも納得できる自分ではないか」と。結局それも一種の利己主義的思想であることを振り返っては認めざるを得ないが、僕はその新たな自分像が好きだった。この「愛」が、たぶん人生で初めて自分を好きになった瞬間だった。そして「何のために生きるのか」がはっきりした結果、なぜ東大を志望するのか、も変わった。ガザやウクライナで苦しむ人々の姿をニュースで見ているうちに、彼らのような苦しむ人々のため国際機関で働きたいという欲求が強くなり、そのための第１歩として将来の選択肢を広げられる大学に入ろうと思ったからだ。東大の特徴の一つに、「２年次に教養学部に所属して幅広い学習が可能」ということがある。僕は、先述の目標を達成するためには政治、法の知識以外にも経済学や歴史学の教養も必要だと思っていたし、そのような幅広い学習は進路選択の選択肢を広げることが可能だった。目標が抽象的な以上は、それの選択肢の幅は都合がよかった。また、最難関大学に入ることで留学や海外大学院進学の選択肢も広がる。東大に入ることが、自分の生きる理由に即した生き方を可能にする、それが、僕の「東大志望理由」となった。

以下、僕がどうやって東大合格を勝ち取ったか、その詳細な記録を残しておくことにする。分かりやすい構成にするため、まず僕にとっての受験勉強のエッセンスを記し、次に各教科の勉強法について深掘りし、さらに時期ごとに区切って３年間を振り返る。最後に、僕が受験した東京大学の問題の研究を試みて、後輩の一助にしたいと思う。

令和７年３月 11 日記す。

【受験勉強の鉄則】

まず、これはぼくの勉強論の根底にあることだが、志望校に合格しようとするあなたが実際に学力をのばせるかどうかは、あなたが自分自身を正しく認識し、自らに最も適した学習戦略を長期的にせよ、短期的にせよ立てられるかにかかっているだろう。ぼくはいわゆる天才ではなかったが、それをカバーするだけの「自省力」を次第に会得することができたからこそ、受験勉強でとりわけ苦労することがなかったのだろう。もちろん、圧倒的な勉強量なしには何事もなせなかったに違いないが、ぼくはここであなたに「勉強しろ」と言うつもりはない。それは前提であり、努力もできないような人間に対してぼくは無力のままである。「自省」とは、抽象的な意味は辞書で引いて確認してもらいたいが、ここでいう具体的な意味は、「今自分に必要なことは何か」「失敗した原因は何か」「どんな改善点があるか」などについて自分なりに考え抜くことだ。ここで強調しておきたいのは、安易に他力に頼るな、ということだ。人間は一人ひとり相互に違っている。ぼくに当てはまることのすべてが、あなたにも当てはまるとは限らない。成功した人のことをまねしても結構だ。だが、そういった話をうのみにして自分に合っているかを判断できないようでは、青二才だと言わざるを得ない。本気で学力を伸ばそうと思うなら、まず必要なのはこの能力だ。

まずは、最優先事項を考える。志望校合格でいいだろう（ぼくは違ったけどね）。

つぎに、長期的な学習計画を立てる。ここで大事なのは目標からの逆算だ。

そして、先の計画を分割し、短期的な計画を立てる。

あとは実行するだけだ。

ここで強調したいのは、計画は計画に過ぎず、常に変容しうるということだ。うまくことが運ばなくなったときにどうするか、その対応ができるかできないかでは天地の差がある。あなたが見出した方法でなかなか学力が伸びない場合は、もちろん学習法の再構築が必要になる。それを繰り返す中であなたにとって最適な学習

法が見出される。そこで効果を発揮するのがこのような受験体験記の類である。ここに記すことは答えではなく、一つの参考に過ぎない。

【各教科の僕なりの勉強法】

＜古文＞本格的な受験が始まる前に古典文法と古典単語を固めておきましょう。受験期になってから勉強する時間がとりにくい科目の一つです。暗記は学校指定の本で十分でしょう。余裕がある人、古典が好きな人、２次試験でも使う人は、古典常識の本をかじってみましょう。今年の東大の問題では、仏教説話に関する深い理解が求められました。

＜漢文＞古文と同様、早い時期に語法と基本単語をストックしておきましょう。(学校指定の黄色い本が優秀です）その後、問題演習を繰り返すうちに読むときのコツはつかめると思います。例えば、対比・対句を整理する、主語・目的語を明確にする、指示語の中身を明確にする、熟語で考える、などです。意識するだけで少し見え方が違うと思います。あくまで、基本的な知識が入っていての話ですが。それから、問題演習はセンター過去問がなかなか良問ばかりなのでおすすめです。あとは、『漢文道場』（Ｚ会）あたりが演習量を増やすにはいいでしょう。

＜日本史＞まずは教科書の熟読が基本です。教科書と単語帳を併用するのもいいですが、くれぐれも単語帳だけにはならないように。定期テストは乗り越えられたとしても、その先にはつながっていきません。東大・京大・阪大・一橋大・筑波大の２次試験で日本史を受験する人は『日本史の論点』(駿台文庫）を携帯しましょう。詳しくは、著者である塚原哲也先生の「つかはらの日本史工房」というサイトがありますので、そちらをご覧になってください。東大受験の時は『日本史の論点』がバイブルとなり、正確には言えませんが数十周はしたと思います。実は、僕が日本史を心から好きになったのは、その何十周かした後です。知識が正確についてきて初めて、面白さが分かる科目ですから、学んでいて今は興味を持っていない人も、受験がきっかけでもいいですからまずは徹底的にやりこみましょう。きっと日本史の面白さが分かる日が来ますよ。

＜世界史＞教科書を読み込むことが基本です。単語帳を併用してもいいでしょう。東大向けになりますが、『詳説世界史研究』(山川出版社）が教科書より詳しい記述で優秀です。量が多いですが、僕はこれを何十周かした結果、秋の東大実戦で世界史全国１位を取ることができました。論述が課される大学を受験する場合も、基本は教科書の熟読です。そのうえで過去問を進めるのがよいです。何か論述対策問題集を使ってもいいですが、僕はそれなら教科書を読む時間を確保したほうがいいかなと感じました。いずれにせよ、時間内に解答を仕上げ切り、信頼できる先生に添削を受けることが重要です。自分では気づかないミスに気づくことができ、力を伸ばすための近道です。

＜数学＞初めは暗記からスタートです。青チャートなどの網羅系参考書の基本〜標準レベルは解答の流れを覚えます。重要なのは忍耐です。それが終わったら演習に移りますが、一見難しそうに見える問題も基本的な問題の積み重ねであることがほとんどです。時間があるうちは考え抜くのも大切です。似た問題を解いたことがなかったか、参考書やノートをみてもいいので考え抜きます。実験をしてみるのも効果的です。どうしてもわからないときは解答をみましょう。そして自分はどこでつまずいたのか考え、初見で出会ったときどうすればよかったのか考えることに集中してください。その後、復習はすべきですが、別解を考えてみることも大切です。とにかく、一度の問題演習で、その問題を解くことを超えて、ほかの問題に通じることを学ぼうとする意識が重要です。ミスを減らし確実に得点するための工夫も大切です。問題を解く前に実験をして、できれば答えを予想してから解き始める、整数や数列がらみの問題では特定の数字を入れて成立するか調べる、などです。怠らず実践しましょう。数学が好きな人は『大学への数学』(東京出版）シリーズがおすすめです。難易度は決して低くないので、苦手な人はやらなくていいです。いろいろな問題集があり、解答解説の丁寧さもそれぞれ違いますから、自分のレベルに合ったものを使用することが肝要です。

＜理科基礎（化学・生物）＞教科書はいらないことも書いてあって効率が悪いので、『チェック＆演習』（３年次に配られます）の知識をまとめたページをなるべく暗記し、問題集の部分を完璧に仕上げ、適宜教科書を参照する、というのが効率的なのかなと思います。僕の共通テストはそれで化学 38・生物 47 です。そこまで理科基礎に時間をかけるのも嫌ですから、勉強法が分からなかったら試してみてください。

＜英語＞僕には海外経験がありませんが、将来英語を使うことを前提に勉強しました。１・２年次は英検などを目標にするとよいです。僕は英検１級の１次試験まで合格しました。２次試験は数点差で不合格になりましたが、海外経験がなくてもここまでいける、ということを示したいのです。ぜひ上を目指して頑張ってください。普段の勉強は、隙間時間で単語を覚える。ＢＢＣニュースやＡＢＣニュースを聞き、シャドーイングする。親愛なる佐野先生から賜った英字新聞など生の英文を読む。英作文の添削（ＡＩにやらせました）を受ける。帰国子女の友人に面接の練習を頼む。などでした。世界情勢の把握が同時に可能なので、時事問

題に強くなれます。英検の問題集・単語帳は、The Japan Times 出版から出されているものが１番いいです。その他の単語帳では、『速読英単語』（Ｚ会）や『鉄壁』（鉄緑会）がおすすめです。『ターゲット』（旺文社）シリーズは、入試まで残りわずかしか時間がない、という人を除いて使わないほうがよいです。効率を求めすぎて、あれを使っていたら真の英語力は身につかないからです。英語は３年間かけてじっくり学習するべき科目だということを肝に銘じてください。受験期になったら『基礎英文解釈の技術 100』『Next Stage』（共に桐原書店）などの参考書を適宜使いながら過去問を研究するとよいでしょう。先日英文法の勉強法について質問を受けましたが、僕は受ける大学によってどこまでやるかは変わってくると思います。ちなみに東大は文法問題をあまり出さないので、学校で配られる文法書の基本的な部分を理解した段階でも十分戦えます。

＜情報＞作新の情報科の先生方は信頼できるので、まずは授業中になるべく理解してしまうことです。自学は３年次に配られる黄緑色の本で進めるのがよいです。教科書より簡潔で共テ対策に特化しています。僕は授業とこの本だけで本試験 96 点です。詳しくは、後述します。

【受験勉強の面白さ】

＜日本史＞初めは面白さが分からなかった。だが受験のため渋々勉強し、知識が蓄積していく中で、個々の歴史的事象が有機的に結びつき、さらに時代の全体像、時代ごとの繋がりが頭の中で構築されていくようになり、本当に好きな科目の一つとなった。過去問を研究し、学校の先生に添削してもらって同じ問題について議論する、そんな時間が好きだった。

＜世界史＞『詳説世界史研究』をひたすら読み続ける作業は、初めは大変だったがやはり少しずつ楽しくなった。世界史には、時間軸に沿ったタテのつながりと、同時代のヨコのつながりがあって、ある地域の事象が他地域に時空を超えて作用する、その雄大さを感じる瞬間が、よかった。東大の大論述を書いているときは、まさにそんな幸福感を味わうことができた。それを学校の先生に見てもらって議論することは、これも至福だった。

＜数学＞自分が身につけてきた数多くの解法を使って別の問題を解決できたときは、自分の成長を感じて嬉しかった。難しい問題に直面し、あれこれ考えた末に答えが浮かんだときの感動は、今でも鮮明に覚えている。

＜英語＞自分の可能性を広げてくれる言語だ。僕は英語を勉強したからこそ BBC などの海外ニュースにも接することが可能になり、今の夢を抱くようになった。そして世界で働くという選択肢も生まれてきた。また、英語は僕のものの見方をも大きく変容させてきた。学んでいるなかで自分が変わったことを悟る瞬間には、いつも驚きと共に英語への愛着が生まれる。特に東大英語を解いていると、興味深い文章を読んだときや、はっとさせられる英作文の課題に出会ったとき、心を揺り動かされることが多々あった。

このように、受験勉強は―とりわけ東大の問題と格闘することは―自分を成長させ、将来の可能性を広げ、そして何よりも「楽しい」ことなのだ。同じ受験を経て同じ大学に進学した人でも、受験を楽しんで積極的に挑戦した人と、受験を苦しい時間とだけしか考えられず、何とか乗り越えた人とでは、得られたものの総体には大きな差があることだろう。

まずは、受験を楽しもうとし、得意・不得意に関係なく、いろいろなことに挑戦しよう。必ず好きになれる日は来て、そして得点源となり、受験をも成功に導くことだろう。

【時期ごとの心構えと僕の体験談】

＜１・２年次＞

たくさん遊んで、全力で部活に励んで、思い出作りをしよう。１度きりの高校生活に悔いを残さないためです。ただし、集中して勉強するときはする、遊ぶときは遊ぶ、というメリハリが大事です。隙間時間に面倒な暗記を済ませてしまおう、という意識も大事です。とにかくこの時期は勉強一辺倒にならないほうがよいです。そのほうがかえって３年次に全力で勉強に集中できるように感じます。ただ、この時期に少しずつでも蓄積した学力が受験期の強力なアドバンテージになることは間違いないです。１日当たり、「学年＋２時間」の勉強を目標にコンスタントに学習を継続しましょう（とはいえ難関大を目指すなら高２の夏あたりから少しずつ勉強時間を増やしてほしいです）。特に、英語と数学と古典は力を入れてください。英語は長期間のじっくりとした学習が効果的な科目です。英単語もなるべくこの時期にけりをつけたいところです。数学は受験期に演習量をなるべく増やすために基礎を早いうちに固めておきたいのです。古典は、繰り返しますが受験期にまわせる時間が捻出しにくい科目です。以上のことは頭に入れておきたいものです。ちなみに僕は、時期によってどの教科を中心に据えたかは変化しましたが、大まかには英語と数学でした。数学は２年夏までに簡単な過去問なら解けるくらいになり、英語は２年秋に英検準１級取得後、３か月間ひたすら英語だけ（わずかに誇張）勉強し、１級一次試験まで合格したのです。そんな感じで英数の完成度はある程度こ

の時点で高く、東進の東大同日受験でも英数は悪くなかったと記憶しています。一方、歴史が壊滅したため、少しずつ勉強を始めることになりました。

＜３年次　１学期＞

英語、数学の基礎が固まっていない自覚があるなら、何としてでも夏休みまでに必死で努力しましょう。僕の場合、そちらは大丈夫だったので、日本史、世界史の基礎固めを始めつつ、英数は入試に即した形での演習を増やしていきました。東大志望は地歴または理科が２次試験でも二つ要求されるので早めに始めないと間に合いません。文系の人向けのアドバイスにはなりますが、地歴の２次試験で論述がある場合は、この時期に基礎固めを開始したほうが安心です。あくまで英数に余裕がある場合ですが。英数に関しては基礎が固まり次第演習を始めるとよいです。焦らず丁寧に進めましょう。勉強時間は、自然と確保しなければならなくなるでしょう。

＜３年次　夏休み＞

英数に関しては、基礎は固まっているはずですから、演習を繰り返しましょう。その内容は受験する大学によって大きく異なりますから、過去問を見て自分で選択し、計画的に進める必要があります。それと並んで、地歴と理科の対策も本格化していきましょう。かなり個人によって内容には差がありますから、以下では僕の夏休みについて書きます。まず勉強時間ですが、１日 15 時間が平均だったと思います（大体、自分の勉強量に満足している人は、勉強時間が足りません。皆さんはこれでもまだまだ足りない、と思い続けましょう）。体調維持のため毎日４キロ走っていました（ちなみにですが、結局東大２次試験前日まで走り続けることになります。気分転換にとてもよいですよ）。好きだった音楽は原則禁止しました（ただし、the Beach Boys *“Pet Sounds”* と Prince *“Purple Rain”* だけは、走る時間限定で聞いていました）。なお、受験が終わった後もこの時期の慣例で、音楽を聴きながら勉強するのはやめました。効率が悪いからです（皆さんも勉強中の音楽は控えめにしましょう）。お風呂では、英語のシャドーイングをしました。すべてが勉強中心です。もしこの程度のことにあきれている人がいたら、あなたはまだ真に受験生になりきれていませんよ。これをいつ読んでいるかはわかりませんが、早く覚悟を決めてください。国語は、過去問を自分で解いて研究していました。日本史・世界史は、主に前述の参考書を読み続けることにほぼ徹しました（日本史は過去問研究と並行して進めた）。大体１日６時間程度、世界史を１周したら日本史、日本史を１周したら世界史、というように繰り返しました。英語は、勘が鈍らない程度にシャドーイングをしていましたが、あまり時間をかけずに済みました。数学は、残った時間を充てました。理科基礎と情報は本格的には始めていません。夏の河合塾共通テスト模試は散々な結果になりました。以下に記載。

英R75・L71・数ⅠA84・ⅡBC69・国 117・化基 24・生基 29・世 91・日 94・情 57　総合 711

皆さんもこの時期の模試はあまり気にしないでください。本格的な共通テスト対策に移るのは、もっと後のことです。実力相応のところまで、点数は必ずこれ以降上がっていきますよ。東大模試はすべて受けましたが、いずれもA判定をいただきました。でも最初からA判定を取るパターンが一番怖いという話は聞いていたので、油断せずに勉強を続けました。この時期の模試では結果がどうであれ一喜一憂せず、学年主任の脇先生の言う通り、淡々と勉強すべきです。夏はあっという間でした。

＜３年次　秋＞

夏休みが明けても、基本的にすることは変わらず、演習の繰り返しだと思います。ただ、人によってはもしくは教科によっては少しずつ過去問にチャレンジできるレベルに達してくると思います。過去問は、あなたが使える最高の素材です。同じ問題が出る可能性は低いですが、本番と同じ想定で、同じ質の問題を解けるわけですから。だから、過去問を始める前に、直前期のために残しておくか、どれくらいのペースで解くかといった厳 密な計画を立てるべきです。また、過去問を解いたら添削を積極的に依頼するべきです。僕の場合は、世界史と日本史の過去問をそれぞれ森岡先生と水沼先生に添削して頂きました。その成果もあってか、駿台の東大実戦の世界史では 49／60 点で全国１位を取ることができました。日本史ではさすがにそれほどの結果が出せませんでしたが、安定した点数を維持できました。先生方には感謝しかありません。秋の東大模試もすべてA判定でしたが、共通テスト模試は、まあまあの成績に落ち着きました。以下に記します。

［駿台］英R92・L84・数ⅠA79・ⅡBC80・国 159・化基 28・生基 44・世 97・日 97・情 63　総合 823

［河合］英R97・L83・数ⅠA84・ⅡBC74・国 148・化基 41・生基 41・世 95・日 83・情 69　総合 815

理科基礎は、たぶん勘です。情報は、できませんでした。国語を安定させたいと思いました。それでも、２次試験の比重が高い人は、まだまだ２次対策中心で大丈夫です。もちろん共通テストで合否が決まる人、比重が大きい人は別ですが。僕は登下校中（電車とバス）に理科基礎、情報の暗記をする以外は、全部２次対策でした。

＜３年次冬休み～共通テストまで＞

共通テストメインの人はもちろん全振りでいいのですが、２次試験の比重が高い人はいつから切り替えるかで悩むと思います。僕は担任の森岡先生のおっしゃる通り、年が明けた段階で切り替えました。これは人それぞれ置かれた状況を分析し、総合点を最大化するためにはどうすればよいか考えたうえで決定するべきです。決定は必ず冬休み前です。そして決めた日が来るまで全力で、悔いが残らないように共通テスト前最後の２次対策をやりきってください。ここで中途半端になることだけは避けましょう。そしてその時が来たら共通テスト対策に一気に転換です。

【東京大学個別試験全体講評】

難易度は昨年と同程度だと感じました。僕は自分の強みを、何か際立って得意な科目があるわけではないが、苦手な科目がないことだと思っています。東大の本番試験でも、数学で２完できなかった失敗を他の科目でカバーすることができました。受験において、苦手科目がない人は他より圧倒的に有利です。特に東大を受験する人にとってはそうです。最後に皆さんに伝えたいことは、「受験に使う科目の中に弱点があるなら、今すぐ克服のためのできる限りの努力を始めよ」ということです。高校で習う範囲なら、まだ苦手を克服し、得意にすることだって可能です。そうなれば、あなたの希望する大学合格がグッと近づいてくると思いますよ。

いかがだったでしょうか。まず第１に、僕が言うことのすべてが正しいわけではないですし、僕にとっての正解があなたにとっての正解にはならないのです。でも、ここに書いてあることの中にはあなたに合っていることもいくつかあるでしょう。まずは、自分で取捨選択し、わからないものは試してみましょう。何度も繰り返しになりますが、そういった過程の中で自分なりの合理的な勉強法を確立することが、あなたが志望校合格に近づくための第１歩なのです。

ここまで読んでくださった方々、ありがとうございました。第１志望校合格を心からお祈り申し上げます。

受験体験記

東京大学（文科二類）　　神谷　航

皆さんにまず伝えたいことは、受験においては基礎が大切であるということです。当たり前と思うかもしれませんが、基礎を大切にしてこなかったために、受験期に成績が伸びない人は多くいます。受験期に応用問題にチャレンジしたり過去問に取り組んだりするには、基礎がないといけません。１・２年、そして３年の１学期まではしっかりと基礎を固め、完璧だと思った分野に関しては応用に挑戦してみましょう。

＜１年生のとき＞

平日は４時間、休日は６時間ほど勉強していました。学校でもらった教材を中心に、授業の復習をしていました。放課後は友人と一緒に数学を勉強することが多く、いろいろな知識を得られてよかったです。

＜２年生のとき＞

平日５時間、休日７時間が目標でしたが、２年生によくある「中だるみ」に自分もなってしまい、平日４時間、休日５～６時間が実際の勉強時間でした。ここで「中だるみ」せずもっとやっておけば、受験期にもう少し余裕ができていたとかなり後悔しています。２年生の２学期になると、数学の既習範囲については基礎が固まったので、第１志望の大学の過去問に少しずつ取り組み始めました。最初は難しく、あまり解けませんでしたが、演習を積み重ねるうちにできるようになっていきました。

＜３年生のとき＞

１学期は平日５時間、休日６時間、夏休みは６～７時間、２学期は平日５時間、休日６～７時間、冬休みは７～８時間、自宅研修期は６～８時間ほど勉強していました。１学期までは授業もあり、まだ基礎を中心とした勉強でしたが、夏休み以降は本格的に応用や過去問に挑戦しました。それにより、２次試験のための力はとてもつきました。秋以降は、共テの演習も行い、冬休みはほとんど共テの演習しかしませんでした。自宅研修期には、過去問だけをやっていました。３年次の学習で失敗したと思う点が二つあります。一つは、苦手な共テの演習が遅れてしまったことです。点数が伸びたのは、ギリギリになってしまいました。もう一つは、冬休みに共テばかりを演習しすぎたことです。基本は共テのみで良いのですが、２次や私大個別試験で英作文などがある人は、冬休み中にそちらの演習もした方が良いです。共テ後にまた英作文に慣れるには時間がかかります。

＜大学受験会場について＞
共通テスト：友人と問題の答え合わせをする人がいるので、要注意。
私立大入試：倍率が高く、周りの受験生より点が取れるか不安になる。記念受験も多いので、倍率は気にしないように。
国立大入試：上位大は首都圏進学校生が集団を形成しており、地方勢は肩身が狭い。

受験体験記

東京大学（理科一類）　　棚橋　東子

私が東大を目指し始めたのは高３の春でした。無理だと決めつけていた私に可能性があると教えてくれた先生方のおかげで高３の１年間は初めて目標に向かって努力した貴重な１年になりました。結局浪人をしてしまったのですが、浪人中は自分を信じることができるようになったので、決して無駄な失敗ではなかったと今では思えます。

私は、理科と地歴がずっと苦手でした（多分小学生の頃から）。化学は、高３の１年間である程度できるようになったのですが、地理と物理は最後までできないままでした。私は苦手なことからは全力で逃げる人なので、物理に関しては夏までは頑張っていたのに、秋からサボってしまいました（大学では物理から逃げられないみたいなので、これから真面目に頑張ります）。得意教科はたまに放っておいてもそれほどまずいことにはならないけど、苦手な科目は少し触れないだけでも一瞬で忘れるので、絶対に毎日解くべきです。苦手な教科がないと精神的に楽になるので、苦手克服をお勧めします（難しいと思っていると問題の内容が頭に入りづらくなりやすいです。自分なら解けると思って解くと案外解けたりします）。私の場合、得意な英語でそれ以外の教科全てをカバーしなければならず、英語の試験がプレッシャーでしかなかったです（教科によっては問題との相性で点数が変動しやすいこともあるので一教科での勝負だけは本当に避けた方がいいです）。

過去問を使った対策をすると得点が伸びるし、時間配分の仕方もみえてきます（英語の添削を作新でしてもらったら最初のオープン模試から現役時の受験までに 50 点近く伸びました。傾向を知ることは本当に役に立ちます）。ただし、同じ問題が出るとは限らないし、出ないことの方が東大理系に関しては多いらしいので、過去問演習を始めた後も過去問以外の問題も解くように心掛けていました。試験まで時間があれば難しい問題にも挑戦したいですが、試験直前は難しい問題よりも自分と同じ大学を受験する人たちが確実に解けるレベルの問題を自分も解けるかどうかという点に集中するといいです。その大学の標準的な難易度を把握しておけば、難化した場合もあまり焦らずに済みます（難化したら差がつきづらくなるだけなので他の教科に集中してください）。

私が自分に合うと思えた勉強の仕方は勉強時間とその間に解いた問題集の名前と問題の番号をノートに記録することです。達成感があるだけでなく、自分が問題を解くペースがわかることによって、計画が立てやすくなります。また復習は大切です（予習・復習をきちんとすると、授業中に眠くなりにくいです）が、１回の復習で解けるようになる問題とどれだけ復習しても解法が思いつきづらい問題があると思うので、一つの問題に固執しすぎずに様々な設定を経験してみることをお勧めします（学校で配られた問題集を１周すれば、偏差値６０くらいまでは可能だと思うので、まずは学校で配られた問題集だけやればいいと思います。ただし、基礎を完璧にしようと思い過ぎてしまい、一つの簡単な問題集を何度も解いていた時期もありましたが、最も点数が伸びたのは、少し難しい問題集にも手を出すようになった時期でした）。なお、量は質が確保できた上で初めて大切になると個人的には思うので、１度解いた問題を確実にすることと新たに問題を解くことのバランスを見つけて勉強できるといいと思います。いろいろ試してみないと自分に合った勉強法はなかなかわからないと思うので、よかったら試してみてください。

長かった受験を乗り越えられたのは、先生方の「信じている」という言葉のおかげです。「応援してもらえるのに負けるわけにはいかない」という一心で、共テリサーチの結果がＥ判定だったにもかかわらず、最後まで粘り続けることができました。東大に関して言えば、0.1 点の差が合否を分けます。かなりギリギリの点数での合格になってしまい、本当に１点、１点の重みを痛感しています。

英進部からのスタートだった自分は、東大を目指すと言ったら呆れられるのではないかとすら思ったこともありますが、大きすぎる夢はないです。今の成績がいい人もそうではない人もそれはあくまで今の成績に過ぎない

ので、目標は正直に設定してほしいです。自分を信じてくれる先生方への感謝の気持ちを忘れずに、目標達成のために最後の１秒まで頑張ってください。

受験体験記

東京科学大学（工学院）　　相良　洋行

【はじめに】

作新学院に入学して、勉強も、勉強以外も充実した３年間を過ごすことができました。皆さんも充実した高校生活を送ってください。

【部活について】

１年生の４月から８月頃まで、英語部でディベートに取り組んでいました。大会に向けての準備や練習で大変でしたが、必然的に英語力は上昇しました。１・２年生はまだ時間に余裕があると思うので、ぜひ英語部へ。

【友達について】

作新に来て、この人たちに出会えて良かったなと思います。「こいつには負けたくない」という気持ちで勉強も頑張れたし、分からないところを教えてもらったり、受験相談にのってもらったりしました。皆さんも良き友人と切磋琢磨しながら勉強頑張ってください。

【基礎は大切】

以下は、基礎をおろそかにした私の失敗エピソードです。

①中学生の時は、あまり文法を学ばなくてもなんとなく英語ができていました。しかし、高校英語はそこまで甘くありませんでした。ちゃんと単語、熟語、文法を固めて文構造が見抜けるようにならないとだんだんと英語が読めなくなってきます。自分は中学レベルの英文法からやり直しました。

②同級生のＹ君が「物理は授業→『名問の森』でＯＫ」と言っていたので、私もその順番で進めましたが、半分も解けないし、解けても吸収できませんでした。結局、『セミナー物理』・『物理のエッセンス』→『良問の風』→『名問の森』の順でやり直しました。後半になるにつれて成績の伸びも大きくなってくるので（学習曲線）、焦らず一つひとつのステップを確実に踏むことが、何よりの近道です。

【勉強法・参考書について】

人によります。早いうちから勉強を始めて自分に合った勉強法や参考書を見つけてください。そのためにまずは量をこなしましょう。そうするうちに自分に合ったやり方や効率的なやり方が分かってきます。(そう言っておいてなんですが)「１対１対応の数学」―数学の考え方、定石を学べました。オススメです。

【あきらめないで】

冠模試は高々Ｃ判定、理科大＆早慶は全敗。それでも第１志望に合格できました。受験は最後まで何が起きるか分かりません。今まで頑張ってきた自分を信じて、最後まであきらめないでください。

【最大の敵】

凡ミス（ケアレスミス）が最大の敵です。これさえなければ、理科大も早慶も受かっていたのに（ダサい）。特に私大の物理は導出過程を見てもらえない＆問題が連鎖していることが多いので、一つの凡ミスが命取りになります。なので対策として自分のやりがちな凡ミスをメモしたり、答えが常識的におかしくないかチェックしたり（次元解析とか、面積が負になってないかとか)、計算・式変形をしながらミスはないか１行ずつ検算したりして凡ミスを極力減らしましょう。

【東京科学大学（理工学系）について】

・共テは、二段階選抜に利用されるだけ（今年は恐らくボーダー７割弱)。
・２次試験は２日間で、数学 300 点（180 分)、英語 150 点（90 分)、物理 150 点（120 分)、化学 150 点（120 分）の 750 点満点。学部によりますが、例年の合格最低点が 400 点近く。
・学部を二つまで志望できる（第１志望に本命、第２志望に滑り止めとか)。
・英語が（比較的）簡単

2025 年度入試の概要です。見ての通り、数学と理科の配点が大きいです。「数学と理科しか勉強したくないよ」という人や数学ギャンブラーの人は、ぜひ科学大を目指してみてください。

【最後に】

つたない文章で申し訳ないです。
先生方へ、３年間お世話になりました。これからも精進してまいります。
在校生へ、高校生活を大切に過ごしてください。皆さんの明るい未来を願っています。

受験体験記

東京科学大学（歯学部口腔保健学科口腔保健衛生学専攻）　荒井　咲希

（はじめに）
受験体験記を書けることを大変嬉しく思います。できるだけ分かりやすく、詳細に書き、少しでも後輩の皆さんの参考になれば幸いです。
（１・２年生）
１・２年生の頃は定期試験や小テストを意識して勉強していました。定期試験期間以外の勉強時間は、３～４時間くらいでしたが、試験範囲が発表されると集中して勉強していました。定期試験以外にも、英単語テストや数学の単元テストなどがありますが、これらも面倒くさいと思わずに、しっかり取り組むことが大切だと思います。
（３年生の春）
３年生になって数Ⅲが始まりました。これまでの数学よりも桁違いに難しく、１問解くにも時間がかかります。また、私は化学の有機分野が苦手で、定期試験でもなかなかやる気が出ず、理解不足のまま放って置いてしまったことが正直悔やまれます。
（３年生の夏）
理系科目を主に勉強しました。学校で配られた『青チャート』や『セミナー』を中心に、重要問題集や講義型の参考書を使って勉強しました。夏休みは長時間の勉強時間を確保できるので、この時期から過去問を使用して本格的な対策を始めました。
（３年生の秋）
少しずつ共通テスト模試が増えはじめ、徐々に共通テストへの意識が高まっていきました。学校の授業も共テ対策に完全シフトし、今まで手をつけていなかった地理や情報、国語の勉強も始めました。国語は古文の点数が全然伸びず、とにかく回数を重ねて点数を安定させていきました。地理はかなり波があり、高い時と低い時で 30 点近く差がありました。他の科目もかなり波が大きく、全く安定しませんでした。
（３年生の冬）
冬になってもなかなか点数が安定しない中、先生にオススメされた駿台の『共テ実践問題集』に取り組んだところ、英語や数学でかなり点が取れるようになりました。特にリスニングの大問５が毎回数点しか取れませんでしたが、少しずつ慣らしていくことができました。
（共通テスト本番）
とにかく落ち着いて受けることを意識しました。国語がかなりうまくいって安心した一方、リーディングで大失敗して不安を抱えたまま１日目を終えました。２日目は数学で計算ミスに気付き今までにない程焦りながらやり直しました。化学は苦手な有機分野が足を引っ張り、全科目中で最低点となってしまいました。
（２次試験）
共テの結果を踏まえ、最終的に前期・東京科学大学、後期・秋田大学に出願しました。
東京科学大学（旧東京医科歯科大学）の英語対策はかなり大変でした。単語勉強は『速読英単語必修』をオススメします。この１冊を完璧にしておけば、単語に困ることはありません。和訳問題などもありますが、これはそこまで難しくないので、特別な対策は要らないと思います。個人的に一番大変だったのは、24 問のＴＦ問題です。大問は一つ(90 分)ですが、文章量が 1500 字を超えており、国立大学の中でも多い方です。その中でＴＦ問題は時間がかかるうえ、読みながら解く作業がかなり大変でした。そして、最終問題は 400 字記述です。文章全体の理解に加え、文章を書く記述力が必要になります。本番の問題は自分がよく知っている内容だったこともあり、余裕を持って解ききることができました。
（最後に）

長くなりましたが、皆さんが目標を達成して気持ちよく大学生になれることを祈っています。最後まで全力で頑張って下さい。

勉強の仕方

東京都立大学（人文社会学部人間社会学科）　　渡邊　果鈴

私は中学生の頃、勉強が苦手で、苦手分野はすぐ諦めてしまっていました。そんな私が高校生になって学んだことの一つに、「勉強の仕方」があります。高校１年生の頃に古典の先生が教えてくださったことです。古典に出てくる昔の人は今の私達とは違うと考えるより、その背景や社会体制（貴族や陰陽師などがいるのはなぜかなど）を考えると、より平安時代を知って昔と今を比べて面白く感じることもあります。また、そういった古典の背景を知ることは日本史にも繋がってきます。さらに日本史は、政治・経済分野にも役立ちます。

ネットで色々調べてみることは時間がかかると思います。でも丸暗記よりも人物や出来事の裏にある逸話や文化に目を向けると、もっと自然に頭に入ってくるし、楽しみながら覚えられるので、おすすめです！また、私のように勉強嫌いでも高校で自分に合う勉強法が見つかる機会はあるかもしれないので、まずは人から言われたアドバイス実践してみるといいかもしれません。

受験体験記

富山大学（医学部医学科）　　伊藤　瑠之介

この度、私は幸いにも富山大学医学部医学科に合格できました。

一般受験だったので、主に国立大医学部医学科を一般入試で目指す方に、自分の体験を伝えたいと思います。

（1）志望校について

志望校は、できるだけ早い時期に目指したいと思える大学を見つけることが重要だと思います。

また、志望校は今の自分のレベルと関係なく、憧れる大学を設定するべきです。

少し現実的な話をしますが、国立大医学部医学科を目指す受験生の半分以上は、第１志望校の受験を断念し、少しでも可能性が高い大学を受験することになるだろうという印象があります。実際、私は高１の終わり頃から共テが終わるまで横浜市立大の医学科を志望していましたが、共テで思うように点が取れず、現役合格することを優先したかったため、断念しました。しかし、もし自分が志望校を明確に持たずに国立医に受かればいいやなどと考えていたとしたら、受験勉強を全力でやり抜くことはできなかったと思うし、現役合格は難しかったと思います。より高いレベルの大学に憧れて勉強を頑張っていたため、志望校を下げた時は非常に悔しかったですが、結果的に余裕ができました。

もちろん第１志望校に合格できればベストですが、自分のようにそうでなくても、高いレベルの大学を目指すことは決して無駄にはならないと思います！

（2）勉強法、参考書について

私が受験勉強を通して最も大切にしていたことは、基礎の徹底です。

これはよく言われることだと思いますが、できていない受験生は本当に多いと思います。だからこそ、医学部入試でさえ基礎的な問題で差がつきます。

コツは、自分ではできると思っていても、ひたすら基礎的なレベルの問題集を何周も繰り返すことです。ただし、自分が一番得意な１科目は応用的な問題集なども用いて伸ばしていくのも良いと思います。絶対的な得意教科を持っている人は強いです！！

＊具体的な参考書について

物理・化学は、教科書・資料集に加え、学校で配付された『セミナー』で十分だと思います。私はこれに加え、『鎌田の有機化学の講義』などを補助的に使っていましたが、重要問題やそれ以上などの難しい問題集はやるよりも苦手な数学に時間を回した方がいいと考え、やりませんでした。

数学は『基礎問題精講』で基礎を固め、直前期は富大の出題傾向に合わせ、数Ⅲと整数のみ『青チャート』や『4STEP』などもやっていました。

また、英語は得意だったため、２冊目の単語帳として『鉄壁』を登下校の電車で毎日欠かさず読み、難関大の入試問題を二日に１題は解くようにしていました。英語が苦手な人はまず、英文法と単語を極めるといいと思います！おすすめ参考書は『Vintage』です！

全体的に振り返って、一番の反省点は勉強を始めた時期が遅かったことです。しかし、３年の６月まで硬式テニス部をやり切ったことは本当に良かったと思います。受験勉強は遅くとも高２の冬には開始するべきだったと思いますが、部活は絶対に引退まで全力でやり切った方がいいと思うので、今現在、運動部に所属している人は、部活も勉強も全力で頑張ってください！！

受験体験記

金沢大学医薬保健学域保健学類看護学専攻　　梶山　美結

私は、ＡＯ入試・一般選抜を経験しました。これらを振り返って良かったこと、もっとこうしておけば良かったと思うことなど、受験に対する思いを書きたいと思います。

私がきちんと勉強に向き合うようになったのは、２年生になってからです。勉強を怠らないよう、定期テストでは毎回目標を定め、テスト勉強を行ってきました。しかし、定期テストではある程度納得のいく成績は取っていましたが、模試になると全く力が及ばない結果が続きました。私は英語に苦手意識があり、毎回英語で足を引っ張っていたので、１年生の時にもっと英語に力を入れておけばよかったと何度も後悔しました。英語は受験において最も重要な教科になるので、１年生のうちから毎日単語を覚えるなど、コツコツ勉強することが大切だと思います。簡単なことではないですが、一日１題、二日で１題でもいいので、少しでも多く英語の長文に取り組むと、受験生になった時に大きな苦労をしないで済むと思います。私は３年になってから毎日長文に取り組むようになりましたが、少し苦手意識を残したままで受験期を迎えることになりました。苦手の克服は、早ければ早いほど良いと思います。

３年生になって、担任の先生から東北大のＡＯ入試をすすめられ、その時はとても嬉しく感じました。一方で、私にとってはレベルが高いものだったので、不安もたくさんありました。夏頃から英語の先生のところに通い始めたことが、ＡＯ入試にもその後の一般入試にもためになったので、授業の他に個人的に苦手教科を担当の先生に教えてもらうと良いと思います。

ＡＯ入試は不合格で悔しさはありましたが、自分にとって特別な経験になったと思います。しかし、11 月半ばにＡＯ入試の結果が出たため、「何のために勉強してきたのか」と自信をなくし、勉強を一度諦めてしまいました。そこから共テまでの期間が、受験期で一番つらかったです。ＡＯ入試を利用したこと自体は全く後悔していません。しかし、だめだった後の勉強のつらさについても考えておくことは大切だと思います。第１志望を東北大から金沢大に変え、国立の試験日２月 25 日まではただ走り抜くのみでした。私大も補欠合格で、不安もありました。私は共テに苦手意識があり、筆記には自信があったので、担任の先生のすすめもあり、Ｅ判定にもかかわらず金沢大に出願し、結果として合格できました。吟味することももちろん大切ですが、簡単に諦めなくてよかったと思っています。

受験は思い通りにはいかず、つらいことばかりです。でも、諦めずに自分の最大限の努力を続ければ、最後は笑顔で受験を終えることができるので、諦めずに頑張ってください。

これから受験を迎える後輩たちへ

信州大学（繊維学部化学・材料学科）　　宇賀神　遥也

＜はじめに＞

これから受験という戦いに臨む後輩達へ、少しでも参考となればいいなと思い、私自身の受験での経験や後輩達へ助言を書かせていただきます。

＜１年生＞

高校受験を乗り越え、いろいろなことにチャレンジしようとしていると思います（部活や勉強、友達との思い出作りなど)。私は、１年生の時はあまり大学受験のことを強く意識しなくても良いと思います。主な勉強は、定期テストに向けた勉強です。しかし、先生方がおっしゃる通り、国・数・英だけはしっかりやっておいた方が良いです（文理どちらでも使うので)。

＜２年生＞

文理が決まり、各々の進路を見定める時期です。ぜひ、オープンキャンパスに参加してください。勉強面に関しては、まず、ほぼ全員が中だるみします。しかし、２年生から化学基礎、化学が始まり、受験で化学を使う人は３年になると演習や過去問などでじっくり勉強する時間が取れなくなるので、授業内で完結できるようにしっかり聞いてポイントをその都度押さえましょう。また、国・数・英は１年と変わらずしっかり勉強しておきましょう。

できれば修学旅行後すぐ、遅くとも２年生３学期から徐々に意識を受験にシフトさせた方が良いです。

＜３年生＞

まず、苦手教科についてです。私は、３年生になってから物理を本格的に勉強し始めたのですが、もともと苦手意識を持っていたのもあり、物理をほぼ１から始めて一通り理解するのに 11 月末までかかってしまい、「もっと早く始めるべきだった」と後悔しました。これは物理に限った話ではなく、それぞれの苦手教科にも言えることだと思います。苦手教科を勉強し始めるのは難しいことですが、いつかは向き合わなければいけないものですので、早めにやって慣れておくのを強くおすすめします。

次に、参考書についてです。私は、闇雲に参考書を買うのはやめた方が良いと思います。買った参考書を扱い切れるなら良いのですが、なんとなく買って、結局使わなかったとなってしまうともったいないです。私も何冊か使わないままになってしまった参考書があります。参考書はよく考えて買いましょう。各大学の赤本は自習室に置いてあるので、それを使うのもありです（この後、私が受験するときに使った参考書をいくつか紹介します)。

続いて、共通テストについてです。共テでは地理や古文・漢文、情報と多くの理系生徒がそれ以上は使わない教科を勉強しなければならないのですが、これらの教科は得意・不得意にもよりますが、11 月～12 月の共テ演習が本格化してから始めるのが良いと思います。また、共テは今まで勉強してきた記述式の問題とはまた毛色が変わってきますので (長い文章の読解力や読解スピードが問われる)、過去問やそれぞれの予備校が出していたり、学校で配られたりする共テ対策用の問題集で読むスピードや問題量に慣れておくと良いです。

最後に、受験校についてです。正直、あまり多くの私立を受験することはお勧めできません。なぜなら１校あたりにかけられる時間が少なくなってしまうことと、受験費用が国公立と比べて、かなり高いためです。私立大の入試は、共テが終わってから２週間くらいで始まります。私は私立大を４校受験し、うち１校は共テ前の選抜試験で受けたので、共テ後の私立入試は３校だけだったため、１校あたりの対策の時間がきちんと取れたのですが、これが５校、６校となるとかなりキツくなってしまうので、多くても４、５校までにした方が良いと思います。

また、国公立に関しては、共通テストの点数によって第１志望を受験できないという人も出てくると思います。そうなってしまっても、決して諦めず、担任の先生方や保護者の方としっかり話し合って、自分にとって最も良い道を探してください。

＜私が受験で使って良かったと思う参考書、問題集＞

・『青チャート』(数研出版)　様々な問題に対しての解法が載っているので、解法や考え方を練習するのに役に立ちました。
・『物理のエッセンス』(河合出版)　物理の参考書の中で最もお世話になりました。物理を学ぶ人は全員買った方が良いレベルでわかりやすいです。
・『良問の風』(河合出版)　『物理のエッセンス』と互換性があるのに加えて、問題の難易度が高すぎないので、あまり抵抗なく取り組めました。

・『鎌田の化学の講義シリーズ』（旺文社）　問題はほぼ載っていませんが、その分、化学の用語の定義や化学式、物質の性質、定理などが詳しく解説されており、化学の教科書代わりに使えました。
・『化学チェック＆演習』（数研出版）　共通テスト演習用と侮るなかれ。問題の難易度が高いものもあり、２～３周すると化学の考え方の基本が身につきます（主に有機分野）。
・今まで解いた模試の問題　テーマとは少しずれますが、一度解いた模試の問題をもう一度解くことは思いのほか力になります。模試が終わったらできるだけ早く解き直しをしてください。

＜最後に＞

受験を成功させるためには、どれだけ早く“当事者意識”を持てるかだと私は思います。勉強して成し遂げたい目標を明確にし、最後まで諦めずに頑張ってください。

この長々とした文章を最後まで読んでくださり、ありがとうございました。また、これまでご指導いただいた先生方にも心より感謝申し上げます。最後に皆さんにこの言葉を贈って締めたいと思います。

“Tomorrow is another day.”

受験生の歩む旅路に、祝福あれ

受験体験記

国際医療福祉大学（薬学部薬学科）　檜山　亜澄沙

（はじめに）

私の受験体験記が、在校生の皆さんに少しでも参考になる部分があると幸いです。

（３年間を通して）

３年間を通してずっと心がけていたことは、授業と隙間時間を大切にすることです。先生方は私たちの学力向上のため、授業中に様々なアドバイスやポイントを教えてくださいますので、しっかり聞いてメモを取ることを心がけていました。また、電車やバスで移動している時間は、必ず英単語や古文単語を勉強していました。スマホにアプリを入れておくと便利かと思います。

（教科ごとの勉強法）

国語：現代文は授業を大切にし、受験本番と同様、教科書に印をシャーペンで書き込みながら受けていました。古文・漢文は、予習に力を入れていました。授業で扱う前に、現代語訳をするだけでなく、文節に区切り、品詞や句形を自分で調べておくなど、細部まで予習をしてから、授業に臨みました。

数学：「スタサプ」で事前に予習をしてから、授業に臨みました。授業後は、『4STEP』で繰り返し演習をしました。私は数学が苦手だったので、放課後の職員室を訪ね、先生に質問することもしばしばありました。

化学：数学と同様に苦手教科だったので、授業後に『セミナー』で演習し、分からないところは先生に質問していました。また、「スタサプ」を活用して知識の整理をしました。

生物：授業をメインにして、テスト前は教科書をもう一度読んでから『セミナー』で演習をしました。また、先生が配ってくれるプリントも必ず解いていました。

理科２科目のどちらも同じように得点することはなかなか難しいので、早めに本格的な勉強に取り組むといいと思います。

地理：必要な知識は通学中に『10 分間テスト』を用いて、何度も繰り返し学習していました。地図帳には先生が言った特徴などを書き込み、地図帳でもポイントが確認できる状態にしていました。

英語：２年生の時に授業で使った、『新演習　英文法・語法問題 750』を３年生になった時も使っていました。毎日学校に少し早く登校し、ホームルームが始まるまでの自習の時間にこのワークを解いていました。解説をよく読んで、間違えていた部分は、翌日、さらに二日後に取り組んで苦手な所をなくすように取り組んでいました。英単語は、通学時間に覚えていました。使って良かった単語帳は、『世界一わかりやすい英検〇級の英単語』です。イディオムや語源まで書いてあるため、おすすめです。学習法ではないですが、英検は英語が苦手だと感じている人も早めに取得できるように心がけた方がいいと思います。３年生になると、英語以外の受験勉強もしなければならず、忙しいため、なかなか英検の勉強に集中できません。

（最後に）

思うように結果が出ずに苦しむこともたくさんあると思いますが、たまには友達と息抜きに遊んで、思い出を作りながら、自分に合った勉強法を見つけて、頑張ってください。皆さんが、悔いのない受験ができることを心から願っております。

編集者注　檜山さんは、北見工業大学地域未来デザイン工学科にも合格。

受験体験記

自治医科大学（看護学部）　　篠﨑　れいな

この度は､受験体験記を書けることを大変嬉しく思います｡少しでも後輩のみなさんの役に立てれば幸いです。

＜私の受験について＞

私は、中３の時、「８年越しの花嫁」という映画にもなった難病になりました。退院してからは、偏差値測定不可能の状態でした。記憶することが難しくなり、中３でひらがな練習からのスタートで、復学するなんて信じてもらえませんでしたが、高校に入学することができ、大学入試を受けられるまで回復することができました。まだ元のようにできないことばかりで悔しい思いをすることもたくさんありましたが、看護学科に合格することができました。

共テ本番では志望校のボーダーラインに届きませんでしたが、最後の後期試験まで諦めませんでした。自分の納得のいく受験ができたことは、先生方やたくさんの方のお陰なので、本当に感謝しています。

＜勉強について＞

・習慣化すれば生活の一部

毎日２０時まで残って勉強することを習慣化していました。人間なので、やる気が出ない時、やりたくない時は誰にでもあると思います。学校に残ると、教室・学習室・ラボ・図書館など毎日気分で場所を変えて学習できたので、集中力が続きました。

・計画を立てること

前日までに必ずその日に達成することを書いておき、できたら線で消していく方法をとっていました。

・確実にできるまで

全ての教科に共通していると思うことは、たくさんの参考書に手を付けるのではなく、１冊の問題集を何度も解くことで学力が伸びると思います。その時、できた問題とできなかった問題のしるしをつけ、できなかった方を優先的に解くことをお勧めします。

・カウントダウン

共テまでの残り日数を私は１年前くらいからカウントダウンして部屋に貼り、モチベーションをあげていました。

＜最後に＞

こんなに色々とあった私でもできたのだから、大丈夫です。精一杯勉強すれば、あとは自信をもち、深呼吸して気持ちを落ち着かせるだけです。勉強できるということは幸せなことだということと、周りの人への感謝の気持ちを忘れずに、悔いのないよう頑張ってください。応援しています。

＜使用した受験参考書、問題集＞

良かったもの

『基礎問題精講数学Ⅰ・A』､『基礎問題精講数学Ⅱ・Ｂ＋ベクトル』―共通テストや入試に　　出る重要な問題を解けるから。数学が苦手な私でも理解しやすかった。

『生物の最重要知識スピードチェック』―生物の記述のポイントがまとまっており、私大の入試直前の見直しに最適だったから。

悪かったもの

『プラチカ』―基礎が固まっていないと解いても力になりにくいと感じたので、数学が苦手な人が最初に解く参考書としてはお勧めできません。

合格を取ろう！

成城大学（法学部法律学科）　　山田　遥斗

初めに

今回、私は受験体験記を書くにあたり、卒業された先輩方と同様にこのような機会がいただけたことを嬉しく思います。今回は、２本に分けて私の受験生体験を記します。それでは、スタート！

日々の学習について

１・２年生の頃は、英語・数学の教科書の予習・復習の徹底です。とりわけ英語は分からない単語や表現を調べ、数学では教科書の先のページでどこの問題で何が分からないかを明確化して授業を受けました。国語は現代文の授業の復習に加えて、優しいレベルの問題集に取り掛かって演習を行っていました。古文は予習で単語・助動詞の品詞分けをノートに書き込んで、授業で品詞分けが正しいかどうかの確認と新しい単語を覚えて復習段階では、現代文と同様に行っていました。また、私は文系で２年生の段階で第１志望が定まり、社会系統の科目もこれ！と決まっていたので、秋までは授業を死に物狂いで聞いて内容が理解しにくい部分についてはノートで自分なりに理解できるように、落とし込んでいました。２年生の秋頃から国・英を中心に、演習をスタートさせました。その時に意識していたことは、間違えてもいいから「１日ここまで」と決めたところまで問題を解き、分からない所を先生に聞いたり、教科書で確認したりして潰していくことです。

そして、３年生の段階で基礎固めの時期に英語の単語・文法・熟語を、国語は『古典文法』・『古典単語』を使用しつつ、多くの文書に触れて問題を多く解き、日本史では教科書の完全制圧（太字の部分や本文を中心に脚注にあるレベルの内容まで）を目指して学習してきました。一つ失敗だったと感じることがあります。それは、英語の学習で、単語がなかなか覚えられない時、単語帳にチェックする段階で終わらせていたことです。３年生の時に、教わった方法を実践していれば、語彙力ももっと増えたのにと感じます。それは、分からなかった単語の小さいノートを作ったうえで､その単語に似た意味の単語を調べて繋げて覚える方法です｡これが、私立大学や国立大学の英語の問題を解く際に時間の短縮にも繋がり、共通テストの英語長文の問題を早く読めるようになるコツだと思いました。そのためには、早いうちから英語の語彙力増強に力を入れて、３年生を迎えて長文が少しでも楽に読めるようにしておいたほうが良いです。

模試と過去問の心構え

私は、１年から３年までの模試で特に注目した点が､「第１志望校の合格者平均点の中で自分が特にできていなかった分野」です。「え？」「志望校判定はどうだったかって？」模試の返却時に確認しただけで、後は過去のこととして済ませました。こうでもしないと、私は一つのミスを引きずるタイプ（逆も然り）なので、継続的に勉強できないと思ったからです。この程度でいいです。問題は「今、自分がどこの分野を模試や問題集でどのくらいできるようにしなくてはいけないか」ということを自分の口で説明できるくらい分析することです（過去問も同様)。

最後に

「進路や自分の第１志望なんて決まっていないよ」というあなた！大丈夫。まずはできる限り多くの体験をしましょう。例えば、学校の行事で実行委員の手伝いに入ってみたり、家族や友達と色々な所に出かけてみたり。小さいことかもしれませんが「あっ！これ面白いかも」って思ったら、もう大丈夫です。後はその興味を持ったことに、近づくためにはどういう道を進めばいいかは自然と見えてきます。

だから、焦らないで大丈夫です。最後に皆さんが望まれるような形で受験生生活に花を咲かせられるように願いまして終わります。どうか、挫けずに頑張ってください！

編集者注　山田さんは、山形大学人文社会科学部人文社会学科（総合法律、地域公共政策、経済・マネジメントコース）にも合格。