

受験体験記

岩手大学（農学部森林科学科） 平山 聖菜

受験に臨むにあたって、1・2年時の基礎固めと大学調べが重要だと考えています。

私は、1年生の時にもう少し勉強しておけばよかったと後悔しています。1年生は模試で国数英しかないので、国数英の勉強しかしていませんでした。そして、模試に理科が入ってきたとき、全然勉強していなかったため、あまり点数が取れませんでした。私は生物選択で、生物は暗記が多く好きな教科だったため、勉強できていなかった分を取り戻すことができました。しかし、化学は計算が多く、授業もどんどん難しい内容に進んでいったため、化学が足を引っ張る教科となってしまいました。1年時は、国数英の勉強だけでなく、公式を確認するだけでもいいので化学の勉強も少しはしておいたほうがいいと思います。

大学調べについては、2年生の夏休みまでに気になる大学や学科についてたくさん調べておいたほうがいいです。そして、2年生の夏休みにオープンキャンパスに参加するべきです。私は、最終的にオープンキャンパスに参加し、よかった大学に決めました。オープンキャンパスに参加することで、実際の大学を見て、その大学の雰囲気や、その学科が何をしているのか知ることができます。志望していた学科が自分のやりたいことと違ったり、興味がないと思っていた学科に興味を持ったりすることもあります。自分の志望している学科で本当に自分のやりたいことができるのか、実際に見て確認するべきです。オープンキャンパスに参加するには申し込みが必要なので、気になる大学のホームページはこまめにみておいたほうがいいです。

3年生になると、成績が思うように上がらなかったり、周りの友達がみんな勉強していたりと焦ると思います。しかし、みんな目指している大学が違うので、友達よりも勉強ができていないと焦るのではなく、自分の目指す大学の合格点に近づけるように勉強することを意識すると、焦りも少しは減ると思います。

勉強は継続することで点数が上がるだけでなく自信にもつながります。後輩の皆さん、後悔のないように頑張ってください。

受験体験記

山形大学（工学部情報・エレクトロニクス学科） 上野 靖明

（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。ここでは、受験を終えて思ったことを出来るだけ丁寧に書こうと思います。少しでも参考になれば幸いです。

（1年）

ひたすら数学と英語を勉強してください。どの大学どの学部を志望することになっても、英語と数学は必ず使うからです。特に数学は学年が上がるごとに難しくなるので、数学を勉強する習慣を付けた方が良いです。他の教科は定期試験の時だけ頑張れば、特に問題はありません。勉強も大切ですが、受験を気にせず遊べるのは1年の時だけなので、思い切り高校生活を楽しんでほしいと思います。

（2年）

理科や社会を継続して勉強してください。私自身、理科に苦手意識があったせいで理科の勉強を避けてしまい、3年の時復習するのがとても大変でした。基本だけでもしっかり押さえてください。また、受験において得意科目の有無が精神面でかなり違うので自分の得意科目を作ることをおすすめします

（3年）

私は、夏休みまでに基礎を出来るだけ固めてそれ以降問題演習を繰り返し行いました。新しい参考書はあまり買わずに今まで使った参考書と過去問を使い続けましょう。一冊を完璧にするほうが必ず力になると思います。

（共通テストと2次試験）

ほとんどの人が緊張するし、自分の実力はなかなか出せないと思います。私は、できるだけ動揺しないように「マークミスと忘れ物をしない」「苦手の単元でも（１）は必ず解く」と簡単な目標を立て試験を受けました。それでも良い結果が出ない事もありますが、一番大切なのは、どんな結果でもきちんと受け入れて切り替えることだと思います。最後まであきらめずに頑張っていました。

（最後に）

これから進路や勉強でたくさん迷うと思いますが、ぜひ先生方を頼ってください。ここまで生徒の事を考えている学校はなかなかありませんよ。また、進路については浪人する人もいると思いますが、私は悲観することでもないかなと思っています。ただ、面倒なだけです。それでも自分の人生を人のせいにはしないよう自分の意思で選ぶことが大切だと思います。というわけで新しいスタート、楽しんでください。

受験体験記

宇都宮大学（地域デザイン科学部コミュニティデザイン学科） 大岡 坦生

3年春まで…

1日10時間くらいゲームやSNSばかりしていた。

勉強に本腰を入れ始めたきっかけ……

母の友人（後に家庭教師として数学を指導してくれる）と出会い、さまざまな興味深い話を聞くことができ、自ずと勉強へのモチベーションが高まった。ちなみにその方は、九州大学医学部を次席で卒業し、海外の有名な製薬会社などで研究をしていた。日本に帰国後、大学受験業界に携わっていた。

受験勉強スタート、からの最初の挫折……

「大学への数学を買って、受験生にとっては教科書レベルだから1か月で4冊終わしなさい」と言われた。意気込んで挑戦したが、手応えなし。解答を見て理解しようにも、1ページにつき30分から1時間はかかった。そこで、自分はかなり頭が悪いんだと自覚した。後で尋ねたら、「大学への数学は、医学部受験生にとって基礎レベルです。文系の受験生には難しくて当然ですが、二次試験を受ける頃にははすらすら解けた方がいいです。」とのこと。それ以来、最低でも平日6時間30分、休日は12時間勉強するようになった。最初の定期試験で結果が出た。高校入ってからどんどん落ちぶれていった自分にとって、定期テストで上位に食い込めたことは正直嬉しかった。

3年生初めの定期試験の辺りから、「定期試験に取り組んでも意味はない」と言い出す人がいます。最終的に受験で不要になる教科はあるものの、大学によっては調査書も点数化される場合があるので、1週間くらいはガチで取り組む価値はあると思います。むしろ、それで70点以下をとった場合は定期試験だし、暗記だからなんて言わず、ちゃんと勉強してほしい。特に社会と理科は、「定期試験」＝「受験勉強」のつもりで挑むのがオススメ。ここで詰め込めば詰め込むほど、受験期後半が楽になります。

外部模試への挑戦、からの撃沈……

定期試験で結果が出せたことから、調子に乗って東進のマーク模試を受けた。結果は9教科で300点以下。フルボッコ。しかし、それでも腐らず勉強し続けた。全ての成績が右肩上がりだった。周りからも賞賛されるようになった。しかし、目標（7割以上）には全然足りていなかった。

ここで、注意。自分が目標に足りてなく落ち込んでいるにも関わらず、「そんな高い点数取ってすごいじゃん」「なんで落ち込んでんの？嫌味？」とか、なんだとか言ってくるヤツがいる。なんなら、勉強時間の話しただけで、ピキるヤツもいる。受験期はみんな神経質なので、自分にとって害だと思ったらこっそり離れましょう。まあ、害じゃなくて純粹に褒めの時もありますが、有頂天にならないように。今まで成績が悪かった人ほど、ちょっと上がったたり下がったりしただけで一喜一憂するので（自分自身で経験済み）。

受験期10月の勉強……

自分自身の経験を基にすると、10月以降の共テ：二次の勉強比率は、6：1がオススメ。おおよそこの時期は模試ラッシュで、「最後の模試だァ」とか言うものもある。この時点で、自分の共テ模試の点数は480点。絶望ですよ。残り3か月弱で、何が伸びるか考えた。結果、全て伸ばすことができた。

英数国は時間をかけないと伸びない。それはそうなんだけれども、苦手科目は6割取りやいいんだって位の人は、諦めずに勉強した方がいいですね。

社会で90、数学30、合わせて120も、

社会で60、数学60、合わせて120も、

国立2次では変わりません（あくまで国立の話です。私大を共テで取りたい、そもそも私大しか受けないなら3教科で絞った方がいいのは確実。この場合なら社会90、数学30でも全然ありかもしれないけれど、自分の可能性を広げるなら全教科頑張ってやった方がいいです）。

共テ……

そんなこんなで、勉強して、で、当日ですよ。まずおやつを持っていきましょう。糖分が足りないと頭が働かないは本当です。もしこれを読んでるあなたが身をもって体感したことがないなら、まだ全力で勉強したことがないということ。頑張りましょう。

次に、1週間前になったらどれだけ不安でも6時間は睡眠とりましょう。

で、自己採点はどれだけ気になっても、2日目が終わってから。やらかしたかとも思っても、2日目を諦めないでください。

数学Ⅰ・Aをやらかした自分が言えた話ではないですが、自分が受けた年(2024年)は英語リーディングが長くなった分、数学はそこまで難化していませんでした。理科基礎が終わってから、友達と「あー難しかった」だの、「終わった」だの、なんだのかんだの言ってください。終わって帰るまでテストの話はナシです。

結果 現代文82、古典63、数Ⅰ・A45、数Ⅱ・B65、英R67、英L75、理科基礎63、日本史77、倫政経75
計612

そして国立二次試験……

得意教科か、それとも何を受けるかは人それぞれだが、教科数は減る。ただ、減ったからといって楽になるわけではない。むしろ、二次は当然ではあるけれども、共テのようにヒントも誘導もない。自分で思いつくしかなないので、かなり疲れます。

両親に予め言いましょう。「共テを勉強してた頃より休んでる姿を多く見るかもしれないけど、頭の疲れ方のベクトルが違うから許してください」って。

親の文句もストレスの一つです。なるべく自分の勉強しやすい環境を作ることが大切です。

各教科で使用した教材や参考書

【現代文】

東進ブックスから出ている「新現代文」がオススメ。自信が無いなら面倒くさがらず1からやりましょう。共テ80点前後を平均して取れるなら3から始めましょう。始める前に動画を見るのがオススメです。あとは、ひたすら問題集を2週間前からやりまくる。

【古典】

苦手なのでオススメすることないです。漢文必携、古典必携ちゃんと読みましょう。

富井の古典文法をはじめからていねいに

漢文早覚え速答法 共通テスト対応版

【数学】

「大学への数学」がなんのかんのでよかった。青チャートは旧帝大を狙うにしても、一旦考えた方がよき。問題多すぎて、やるなら2年生から。

進研から出ている、緑色の共テ対策の問題集

細井のベクトル

ハッとめざめる確率 ←ちとムズいので、頭良くなってからがオススメ

数学は問題の解き方がたくさんあり、発想力が問われることもあるので学校の先生に聞いても、「はあ？」ってことがある。だいたいその時は、自分の頭が弱いことが原因なのでそんな解き方もあるのかと頭を柔らかく受け入れましょう。

【英語】

共テ対策を行う時期を考えないと、直前でやる問題集なくなります。

進研・代ゼミ・河合・東進・Z会をそれぞれやりました。Z会と聞いて難しそうと思う方がいそうですが、英語に関してはZ会が最適解だと思います。あとは、関先生の問題集。

【日本史】

めつつちゃ教科書読む（まじで）！日本史は教科書をいかに覚えているかが大切。音読も1回くらいはする。教科の先生から問題集を買う。

【倫理政経】

志望校が現代社会不可だったのでやりました。KADOKAWA から出ている参考書をやりました。これを読みまくる。

YouTube で「ここみらいチャンネル」を先に見ると理解しやすいです。理解すると当然覚えるスピードも早くなるので、本当にオススメです。

あっという間の三年間

宇都宮大学（共同教育学部学校教育養成課程自然科学系） 沼田 篤弥

私は作新学院中等部を卒業後、トップ英進部S I クラスに進学しました。入学当初は、高いレベルで学べると、意気揚々としていましたが、実際入ってみると周囲のレベルの高さに圧倒され、上には上がいると嫌でも実感させられました。高校の学習は中学の非になりません。特に、理系科目は、沢山の公式を覚えるのにまず苦勞し、それに付随した定義や条件など、暗記量が一気に増える上に、計算も複雑になっていくため、なかなか点数が伸びません。また、問題文の量にも大きな変化があって、文量が少なすぎて、解法の取掛かりがつかめなかったり、逆に、情報量が多すぎて、うまく処理できなかったりと、中学の頃より、何倍も思考力が求められます。一年二年のうちは、なんとか食らいつこうと、勉強時間だけは確保するようにしていました。朝早めに学校へきて、自習室に行ったり、放課後、アカデミアラボや、コンセーレに行ったり、場所を変えるのも有効です。しかし、絶え間なくやってくる模試や定期試験の結果に一喜一憂し、集中力に大きな波が生じていました。三年間の高校生活を経て、勉強は、結局、個人の意識次第だなと、つくづく思います。意識の高い人は、淡々とやるべきことを続けている。実際、朝早く学校に行っても、夜遅くまで残っても、必ず誰かが勉強している。模試の結果に落ち込んでいる間にも差は開く一方です。私の場合、最後の頃は、最悪浪人すればいいと考えていました。私の肝が小さすぎるのもあると思いますが、正直、現実逃避したかったのだと思います。モチベーションは、ただやらないよりはましだと、机に向かって、問題をどんなに遅くても進めるだけでした。どんなに心の強い人でも、将来への不安は拭いきれないものだと思います。まして、大学受験となると、高校受験と違って、全国の受験生と戦わなくてはなりません。それ自体が、人生を決めるとまではいかないにしても、受験生にとって本番の入試は、とても大きなターニングポイントのように感じられると思います。それでも歩みだけは止めないでください。入試直前から合格発表の日まで、息が詰まるほどに、不安や緊張に襲われるかもしれません。私はそうでした。共テ後の、前期国立の判定も、E判定でした。それでも、周囲の支えのおかげで、出願、合格することができました。結果論ですが、やってきたことは無駄ではないといえるのではないのでしょうか。ここだけの話、受験が終わった後の開放感はすごいですよ。

3年間で私から、学習面でいえることは、二つ。

一つは、復習と演習に、重点を置くこと。英語などの暗記科目については、とにかく繰り返し目に入れることが大切です。また、理系科目については、特に経験がものを言います。目標が高いほど、減点されないことが大切になってくるので、演習を積み重ねれば、得点率の安定感や、解法スピードの向上に繋がるからです。3年になってから焦っても間に合わない人が大半でしょう。1・2年生に、3年生の緊張感を求めても、伝わらないでしょうから、あえて言います。時間はありません。先生方は、いろいろ考えて、まだ時間があるからなんとかすると励ましてくださいますが、ありません。優秀で、勉強に自信があると人に言えるくらいでないと、間に合

いません。勉強時間を確保しても、集中している時間はまちまちです。ですから、音楽を聴きながらでもいいからまず机に向かってください。いつの間にか集中しています。やらないよりましです。

二つ目は、模試を大切にすること。結果が悪かったとき、間違った問題と向き合うのは苦痛で逃げたくなるかもしれません。私は、逃げ続けて後悔しまくりです。そんな人は、得意科目だけでもいいと思います。やってみると、見直しの重要性に気付けるかもしれません。ここでも、やらないよりはましの精神で頑張ってみませんか。そして、模試の判定と順位は当てに はいけません。入試本番で思ったことですが、試験は言ってしまうと相性と運の要素も大きいです。それを実力でカバーするのだと思います。信じられない人は、私大の過去問でもやってみてください。受かりそうと舐めていた大学も、本番しつかり落とされることがあります。過去問の試験範囲まで終わってないからと、目を背ける人は、本試験1週間前でも、全く手つかずの分野が残ります。解くスピードの意義を知りたいなら共テの数学と英語を解くと良いでしょう。高校三年間、勉強ばかりの日々に嫌気がさして疲れてしまったときは、一息入れるのも大切です。振り返ると、家族や、先生、友達のありがたみに気付くと思います。応援しています。

受験体験記

宇都宮大学（工学部基盤工学科化学系） 上田 喜翔

はじめに、国公立大学はそう簡単に行ける大学ではありません。私は正直、最初は「国公立はなんとかいけるでしょ」と舐めてかかっていた。しかし、3年生最初の模試で宇都宮大学の判定がE判定のしかも一番下のランクという結果が私に現実を見せてくれました。みなさんは1・2年生のうちからしっかり勉強してください。

3年生にもなってあまり勉強をしてないという人も、まだ間に合います。意識を変えて勉強してください。夏休みの間にどこまで基礎固めができるかが勝負です。私はよく参考書の他にYouTubeを使い勉強しました。ある程度学習法が定まっている人はそのまま継続すればいいと思いますが、何からすればいいかわからない人は他人の勉強法を参考にして良いところだけ盗んで自分のものにするといいと思います。

勉強したのに思うような結果が出ずに気を落とすこともあると思いますが、めげずにがんばってください。応援しています。

良かった参考書など

基礎問題精巧（数学ⅠAⅡB、化学）…良問がまとめられていて周回しやすい

鎌田のD0シリーズ（化学）…化学のことがわかりやすくまとめられている。別冊が特に良い

悪かった参考書など

チャート系…量が多すぎて網羅しにくかった

例外尽くしの私の受験

お茶の水女子大学（文教育学部芸術・表現行動学科舞踊教育学コース） 横山 園華

私は例外尽くしの受験期でした。他の受験生とは異なる面がたくさんあるので、こんな受験生もいるのだなと思っていただけたら幸いです。また、私のように特殊な受験期を過ごす方には参考になると思うので、ぜひ読んでいただきたいです。

学校型推薦について

私は学校型推薦でお茶大の舞踊教育学コースを受験しました。結果は不合格でした。倍率は12倍だったので、推薦で合格できる確率は低いと分かっていたのですが、落ちたという事実を知った時はそれなりにダメージがありました。そのダメージを吹っ切るために、私は自分がどれだけその大学に行きたいのかを改めて考え直しました。私は小学6年生の頃からお茶大の舞踊科に行きたいと夢見てきたので、その思いを思い出し、一般

入試で見返してやるという思いで勉強に励みました。今受験生の方で推薦入試を受けるか迷っている方もいると思います。推薦入試は、面接や小論文など一般入試とは違う勉強も必要ですし、もし不合格となってしまう場合一般入試まで時間がないので精神面や勉強面など不利になってしまうこともあると思います。しかし、私の意見としてはその学校に行きたいという強い思いがあるならば必ず受けるべきだと思います。もし不合格になってしまった場合でも、推薦入試は一般入試と同じ会場で試験を受けるので、試験会場の本番の雰囲気を味わうことができ、一般入試の時にテンパることなく、前回と同じ会場だ、と落ち着いて試験を受けることができます。また、面接練習などを通してその学校を深く見つめ直すことができるので、さらにその学校に入学したいという思いが強くなるはずです。そして、一般入試への勉強に更に力を入れることができるでしょう。推薦入試で受かったら受験が早く終わって楽できるなどの軽い気持ちで推薦入試は受けない方がいいと思います。絶対にその学校に行きたい、その学校に行くチャンスを少しでも増やしたいなどの強い気持ちがある人は推薦入試を受けてほしいと思います。

実技について

私が受験した学科は舞踊教育学コースだったので、推薦、一般入試共に実技が必須でした。もちろん一般入試では共テ、個別学力試験（共テ 400 点、学科試験 200 点、実技 200 点）もあるので、私は受験期に舞踊と勉強を両立しなければなりません。これにはプラスの面もあればマイナスの面もあります。マイナスの面としては、他の受験生が勉強している時間に私は実技対策もやらなければいけないということです。舞踊教育学コースを受験する人はみな同じ条件ですが、受験は国立だけではなく、私立もあり、私立は実技を使わないので、私立を受験する人の中では不利になってしまいます。これをカバーするために人以上に時間を効率的に使って十分な勉強時間、実技対策の時間を確保する必要があります。プラスの面としては、勉強だけではなく、踊りという好きなことも受験期にできるので、ほどよい気分転換になり、私は人よりはストレス少なく受験期を乗り越えられたかなと思っています。

文転について

私は小6の頃から舞踊教育学コース（文系）に行きたいと考えていましたが、私が最終的にになりたい職業は「ダンサーを支えられる理学療法士」なので、高1の時に理学療法士になるためには理系の方が合っていると考え、理系のクラスを選んでしまいました。しかし、高2の時にダンサーを真に支えるためには舞踊の知識をより身につける必要があると考えを改め、まずは舞踊について深く学び、その後理学療法士について学ぶために、文転し舞踊教育学コースを目指すことを決めました。文転は私が思っていた以上に過酷な道でした。私は数学と理科が得意科目だったので、文系ではその2科目の配点が少なくなってしまうですし、倫理政経を独学で勉強しなければいけなかったので非常に、非常に大変でした。また文転は、文系に逃げたと舐められがちな面もあって、周りの声がウザかったです（笑）結論を言うと、文理選択は慎重に考えてほしいです。理転に比べて文転はできると言う人もいますが、私文のための文転以外は絶対にしない方がいいと私は思います。私は稀なケースで成功出来ましたが、覚悟、強い信念がない限り文転は不可能です。私の真似はしないでほしいと考えています。

最後に、1年生は私のように文理選択で失敗しないよう、将来についてよく考え、たくさんのオープンキャンパスに参加してほしいです。また、1年生の頃から勉強する習慣を身につけ、基礎学力を固めてください。2年生は中だるみしないで、勉強を続けてください。そして、自分で決めた将来の目標を貫いてください。3年生は受験勉強辛いと思いますが、それを乗り越えた先には自分の学びたいことを学べる大学が待っているの、無我夢中で頑張ってください。受験期に新しい教材を始める時間はないので、今まで自分がやってきた教材を信じて、それを深く深く理解することを心がけてほしいです。

ここまで読んでくださってありがとうございます。皆さんそれぞれの夢が叶うことを願っています。

独り善がりになりすぎないで

昨年度私が読み、勇気づけられた受験体験記を、これから私自身が皆さんにお届けできることを嬉しく思います。この文章が皆さんに何らかの形で役に立つことを願っています。また、私がどんな風に勉強したかを綴ってもあまり参考にならないかと思いますので、違った話もさせていただくことをご容赦ください。

〈部活動〉

勉強以外のことにも挑戦したいという思いで、1年生の初めから3年生の5月ごろまで英語ディベート部で活動していました。この部活動が受験において役に立ったと感じることは正直あまりありませんでしたが、様々な場に参加させてくれた非常に楽しい経験でした。私は部活を頑張りたいと思って生活していたため、他の同級生よりは本格的に受験に挑む時期が遅れてしまいました。そのことで焦りはあったもののその分いかに効率よく勉強ができるか工夫することができたので、今部活動を続けている3年生も悲観的になる必要はないのではないかと思います。何より、やると決めたらそこまでは努力することは今後の自分にとって大きな自信になるのだと信じています。

〈2年生〉

1年次は、数学であつたら章末試験、古典であつたら助動詞の暗記などの最低限しなければならないことを完璧にすることを心がけていました。基礎を固めておくことが発展問題を解くときに必要不可欠であると考えていたためです。背伸びして難しい問題に挑んでも跳ね返されてやる気と自信を失うだけだとも思っていたので、楽しく勉強できる範囲で努力しました。また、特に2年次は部活動に注力していたので、勉強の優先度はいつも一番上だったというわけではありませんでした。

〈3年生〉

本格的に受験が始まるにあたり、自分に基礎力が足りていないのだと気づき始めました。遊びと部活に精を出した2年の自分のせいです。このままでは東大はおろかほかの大学も危ないと思い、基礎を徹底的に詰め込みました。特に世界史や日本史はやった分だけ伸びるはずだと思い、ひたすら教科書、授業のファイルを読み込みました。その甲斐あってある程度は受験に対応できる知識を得ることができました。しかし皆さんもご存じの通り、大変なのはむしろ基礎が入ってからのことです。応用問題では皆が知っているはずのことをほとんどの人が答えられないように出題をします。自分も知識としてはわかるのに答えられないという苦しい状況がやってくるはずです。きっと多くの人がここで挫折していくのだと思いますが、この場面をやり切れるか否かが自分の将来をつくっていくのではないのでしょうか。私はこのように考えて受験を乗り越えました。

〈伝えたいこと〉

私が一番伝えたいことは題名にも書いたとおり、受験期に独り善がりになりすぎないで、ということです。今はこの体験記で綺麗ごとを書いています。受験期にはそんなことをとても言えないほど視野が狭く、他人をきちんと見られていませんでした。自分が受かることが一番大切で、そのためにはだれかとの関係を蔑ろにしても、だれかに迷惑をかけても問題はない、と心のどこかで思っていました。このように考えてしまうことは受験生にとって往々にしてあるかと思います。しかし全くそんなことはなく、他人に支えられて自分は勉強ができているわけです。受験の真ただ中にとこの考えを忘れがちです。忘れてもいいかもしれませんが、たまには思い出してみてもいいかもしれません。勉強もちろん大切ですが、人とのかかわりも大切です。このかかわりを大事にできるほどの心の余裕があると、つらく険しい受験期を違った角度から眺めて過ごすことができるのではないのでしょうか。

皆さんが志望校に合格できることを心より願っています。

最後になりますが、これまでご指導してくださった先生方、ほんとうにありがとうございました。

高校生としての三年間を通して

前置きは抜きにして、高校生活の勉強についての話をします。

【一年時】基本的には定期テスト対策に力を尽くしていました。その時その時に習っている内容を解けるようにすることが最善だと思います。一年生の頃は、割とテキストが容易で周回できるので、数学のテキストなんかはその分野を三周ぐらいしていました。英語は苦手だったので、習っていない範囲を含めて参考書一周するなどして苦手意識を減らしていました。友人たちと一緒にデュアルスコープ RTA でライングループを作って。英語の本も読んでいました。

【二年時】二年生も基本的には定期テストの対策でした。後は、自分は数学が好きだったので、面白そうな数学の問題を探したり、マスフェスタに参加したりしていました。英語の勉強としては設定言語を英語にして youtube を見ていました。内容に反して周囲から何も言われないのでお勧めです (youtube short だと会話が少ないので、何かの解説動画を見るのが良いと思います。自分は日曜大工のチャンネルを見ていました)。英語の本も読んでいました (自分の好きな本の英語版を読むなんてのも楽しいのではないかと)。ネクストステップも文法のところだけ暗記しました。結局、自分の楽しい範囲で勉強するのが一番いいと思います。気が滅入ると何にも手が付かなくなってくるので。

定期テストの順位は、二年生ぐらいまでは気にしてて良いと思います。下がった時に危機感が湧くので、良い感じに緊張感が出るのではないのでしょうか。友人と競ったりしても楽しいでしょう。

【三年時】定期テストの対策に加えて、そこそこに復習をすると良いと思います。自分は「分厚いテキスト1周」などと目標を立てても体力が尽きる人間だったので、あんまり長くないテキストを完璧にするつもりで勉強していました。物理は先生に頂いたプリントを何周もしていました。物・化に関しては重要問題集もお勧めですが、あまり根詰めすぎると精神的に辛いので、程々が良いのではないかと思います。

共通テストの直前には、化学、地理、古文の暗記をひたすらしていました。化学は教科書で出そうな単語全て青マーカーを引いて、赤シートで隠して暗記。地理は資料集、古文は古文単語長を暗記しました。暗記科目は三年後半で全力で詰め込むと思ったより伸びるので、やはり数学、物理、英語はそれまでの定期テストである程度の水準まで整えておくのが良いのではないかと。現代文は、練習したと手成長するような実感はないかもしれませんが、共通テストに関しては対策をすると想像以上に伸びる可能性があるので臆せず試してみても良いかと。Z会か何かの共通テスト問題集を必要な教科買って、時間を計って解くと良いのではないのでしょうか。暗記科目の隙間時間などで。

二次試験の直前には、数学の過去問を大量に解きました。数学に関しては、やはり発展レベルは解き慣れるしかないのかな、と思います。物理は時間を計って解いて、過去問を先生に見て貰っていました。たくさんの年数を解くというよりは、最近のものを数年解いて、何度か繰り返して完璧にする方向で練習していました。化学は添削はしませんでした。他は物理と殆ど同じ方式で。古典、英語はかなり長期的、かつ丁寧に添削をしていただき、それで伸びた気がしています。先生方に提出すると思うとそれだけで緊張感も出るので、その点でも良いと思います。フィーリング教科と思われがちな現代文も、年数を解くと本番解きやすくなるのかな、と。

案外共通テストの練習が二次試験対策にもかなり生きていたりしたので、何事にも手を抜かないことが良いのかと思います。

色々書いてきましたが、やはり自分の好きな勉強をするのが一番かと。三年間ずっとフルスロットルで走り続けることも出来ないと思いますので。その点で言えば、友人はとても大事だと思います。楽しい勉強の時は一人の方が良かったりもしますが、皆でわいわい数学の問題解くなんてのも結構楽しいです。

後は、夜十時まで近くの施設が空いているので、そこに行くのも良いと思います。最初は夜中まで残る楽しさだけで居残りしていても、残っている時間は勉強時間に変わりないので。夜中に友人とバカ騒ぎするのも楽しいですよ。コンビニとか寄って間食買ったりして。

最後になりますが、先生方には非常にお世話になりました。ありがとうございました。

受験体験記

東京医科歯科大学（歯学部口腔保健学科口腔保健衛生学専攻）

関野 凜奈

大学受験について、私が大切だと思ったことを四つ紹介します。

- 学部学科を絞りすぎない

私には小学生の時からずっと医師になるという夢がありました。高校に入ってから国公立大学医学部医学科に入ることを目標とし、勉強をこなしってきました。それでも国公立医学科というのはレベルの高いもので、模試の判定もEがほとんどでした。2年生、3年生になると夢を追うだけではだめで、自分の実力を見た上で志望校を検討する必要があります。そこで私はなぜ医師になりたいのかを考えました。人とコミュニケーションをとることが好き、誰かに寄り添う仕事がしたい、AIが社会に広がっていく中で人間にしか出来ないことがしたい。医師と言う職業だけでなく医療従事者であれば私のやりたいことは出来るということに気づきました。医学部、歯学部、薬学部。幅広く検討することで、自分の実力に合った大学学部学科を選ぶことが出来ました。初めから絶対この学部学科！と決めて努力することも大事ですが、自分がどんなことをしたいのかを見つめ直し、幅広い視点で再検討するという時間を作ってみることも大切です。

- プラスアルファでやること

言われたことをやるだけでは普通の人です。言われたことさえやらないのは論外ですが、できる人になるためにはプラスアルファのことを自分で考えてやる必要があります。例えば、1年生のとき模試の解き直しを提出するという課題がありました。先生は解けなかった問題をもう一度解いてと言っていたので、解き直すだけで課題はクリアです。しかし私は、英語なら分からない単語の派生語などを調べる、数学なら解けなかった問題の類題を解いてみるということをしました。このような小さなプラスアルファの積み重ねが、いずれ周りとの大きな差に繋がると考えています。こんなちょっと意味無い、と思うのではなく、そのちょっとを重ねていくことがいつか必ず力になります。自分で考えてやってみる姿勢は本当に大切だと思います。

- 一人ではない

私は勉強をしているとマイナスなことを考えてしまうことがありました。勉強は一部の人を除いて楽しいと思えるものではないし、むしろ辛いものでもあります。なので私は朝や放課後は自宅ではなく教室で勉強していました。クラスメイトが勉強している姿を見ることは、一人じゃない、みんな頑張っているとモチベーションになりました。また、分からない問題に時間をかけて一人で考える事も大事ですが、時に誰かに聞いてみることも必要です。友達や先生など。そういった時に教えてくれる人の存在も励みになります。一人で頑張っているのではなく、多くの人が支えてくれている。期待に応えようとしすぎてプレッシャーに感じてしまう人もいるかもしれません。だけど、ある程度のプレッシャーは自分の実力を伸ばすために必要だと思います。自分一人では無いと感じられる環境は必ず自分を成長させてくれます。

- 気持ちの持ち方

私は高校受験の際に絶対トップ英進部に入ると決めて勉強していました。しかし結果を見ると英進選抜。とても悔しかったのを今でも覚えています。なので私は2年生の時に絶対にトップ英進に転部したい、と強く思って1年間必死で努力しました。とにかく時間をかけて沢山勉強しました。もうやりたくないと思う事もありましたが、トップ英進に転部したいという強い思いがあつてこそ努力し続けられました。そして2年生からトップ英進部に入れることになりました。しかしテストの順位を見て、自分がトップ英進部の中で下の方であるという現実を知りました。せっかくトップ英進部に入れたのに、なんでこんな嫌な気分にならなきゃいけないんだ、悔しい、と思いました。でも逆に、下の方であるということは、自分よりできる人が沢山いる、その人たちから沢山吸収出来るものがあるということでもあります。その事に気づいてからは、1年生の時のようにがむしゃらに量をこなすのではなく、勉強の質に目を向けました。上位層の人たちはどのように勉強しているのか。私は実際に、順位表の上位に載っている人の何人かに聞いてみました。トップ英進部に上がったばっ

かりでほとんど話したことの無い人ばかりでしたが、聞きました。どの方法が自分に合っているのか分からなかったのも、聞いた事全部試しました。その中から自分に合っていると思ったものを軸に勉強するようになりました。とにかくもっと上に行きたい、その思いだけで、ひたすら周りから勉強法などを吸収し、努力しました。もっと上にいきたい、誰にも負けたくないという強い思いが3年間私を突き動かし続けました。何か自分の中で強い思いを持つことが大切だと思います。

少しでも受験生の皆さんの参考になれば嬉しいです。頑張ってください。

受験体験記

東京海洋大学（海洋生命学部海洋生物資源学科） 葛西 優吾

受験勉強において大切なことは、一つ目は早く目標を見つけることです。私は入学当初から志望校が決まっていたので、常に高いモチベーションを維持し、毎日朝自習室に通い続けることが出来ました。そして二つ目は計画を立てられる力です。どんなにがむしゃらに勉強を続けたとしても、教科のバランスが偏っていたりすると、あまり総合力が伸びていないことがあるからです。私は計画性がなかったために後々痛い目を見ました。そして最後は大前提ですが、勉強時間を確保しましょう。量を確保していれば質もだんだんついてきます。また長時間勉強できる集中力もだんだんと伸びてきます。最初から質は期待しない方が良いと思います。さて、先述した三つの事項についてももう少し深掘したいと思います。

一つ目の目標に関しては、目標が早く定まっているほどその学校について調べる時間が増えることが挙げられます。例えば独特な入試方式だったり、総合型選抜についてだったり調べることはたくさんあります。

二つ目の計画性については、私の志望する大学では共通テストがかなり重要になるため、教科を絞らず全てをまんべんなく勉強する必要でした。しかし化学を放置していたせいで、高校3年生の夏休みの半分以上が化学の勉強時間になってしまいました。もっと意識して長期休みを化学などの苦手教科をしっかりと復習できる唯一の期間として考えるべきだったと後悔しました。

三つ目の勉強時間に関しては、1年生から朝に自習室に行き、20時まで残る習慣をつけました。そこから勉強時間をもっと伸ばすためには休み時間や昼休みの寸暇を惜しむことです。しかし睡眠時間は削るべきではないです、翌日眠くなって勉強できなくなります。

最後にここまで重要なことを書いてきたわけですが、一番大事なことは今自分が勉強に集中できてい環境に感謝することです。周りの人達、特に家族に感謝の気持ちをもって受験勉強に励んでください。

【おすすめの受験参考書・問題集・添削など】

古文単語 330（共通テスト向け）

青チャートⅠA・ⅡB（二次試験に向け）

化学の教科書

生物の一問一答

生物の資料集（共通テストも二次試験どちらでも）

受験体験記

富山大学(薬学部薬学科) 星野 鳳花

はじめに

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。後輩の皆さんの受験に少しでも役立つものになれば幸いです。

受験を通して強く感じたこと

よく人と比べると！と言いますが、正直一番モチベーションが続くのは、人と比べることだと私は思います。しかし比べるといっても、結果を比べるのではなく、そこまでの経過を比べるのです。そうすれば、他の誰かに対して劣等感を感じるのではなく、〇〇さんも頑張っているから私も頑張ろうという風にモチベーションに繋がると思います。私の場合は、仲のいい友人でLINE グループを作り、各々が勉強を開始する時に「今から〇時まで！」という風に勉強宣言をすることでお互いにモチベーションを保っていました。

また、上記の内容にも関連しますが、私の場合、受験において友人の存在は本当に必須でした。元々メンタルが弱いもあり、模試での厳しい判定を受け、何度か目標を諦めかけてしまうこともありましたが、友人が最後まで一緒に頑張ってくれたおかげで何とか受験を乗り越え、国公立大学薬学部薬学科に現役合格するという目標を無事達成することができました。これも、受験になれば友達もライバルだという意見もありますが、私は受験期こそ友達と支えあうべきだと感じました。

一つ後悔しているのは、長期休暇において、解答を見ても理解ができないなど、つまりいたときにすぐに先生に質問に行けないため、かなり長い時間を一つの問題に費やしてしまったことです。ひどい時は丸1日ある1間に費やしてしまった日もありました。考えるのも大切ですが、〇分考えて無理なら後回し！のように、時間を決めて切り替えるべきだったと思います。

1・2年生

定期テストや単元テスト、模試などの試験一つ一つを、まずは学年10位以内に入ることを目標に全力で対策していました。毎試験、学年での成績上位者が掲載されていたので、これは自分の中でかなりのモチベーションになっていました。

目標達成のために、私が特に意識していたことは、その日生まれた疑問はなるべくその日の内に解消するという事です。授業を毎日受けていれば、どこかで必ず疑問は生まれます。誰でもそうだと思います。そこからいかに疑問を解消するかが成功の鍵だと思います。幸いな事に、私に関わって下さった先生方は皆私の質問に対して理解できるまで丁寧に教えて下さり、私自身元々納得できるまで追求しないと気が済まない性格だったこともあって、とても助かりました。

また、私が特に力を入れていたのは数学です。中学校で習っていた数学とのレベルの違いを強く実感し、入学当初はかなり不安でしたが、数学の力がつくには長い期間が必要と言われていたこともあり、教科バランスとしては数学：他教科＝7：3くらいの割合で勉強していました。結果的に数学が一番の得意科目となり、共通テストや二次試験において大きな得点源にする事ができたため、早めに数学に力を入れておいて良かったと思います。

3年生

3年生からは、本当にメンタル戦だと思います。正直私は一つ上の先輩方の共通テストが終わってから、次はいよいよ自分たちの番だと焦りを感じ、精神的に追い詰められる事もありました。そんな時私は、「100点よりも自己ベスト」というマインドを大切にしていました。完璧を目指しすぎるとつまりいたときに中々立ち上がれなくなってしまいます。思うようにいかなくても、それは自分の中ではベストだったと思う事で適度に軽い気持ちで努力してこられたと思います。

受験対策としては、春休みから様々な大学の過去問が掲載されている問題集に取り組んでいました。難しい問題だけでなく、幅広い難易度の問題を解く事によって、視野も広げられるし、自信にも繋がるので良いと思います。赤本は早い段階にやりすぎるとその大学の傾向ばかり掴んで、万一志望校を変えざるを得なくなってしまう際に苦労するのでやはりはじめは色々な大学の過去問を解いておくべきだと思います。

後悔しているのは、共通テストの英語の対策が出遅れたことです。リーディングは文量が本当に多くて、短期間の対策ではどうにもなりません。早い段階から英文の速読に慣れておかないと、とても時間内にすべての問題を解き切れません。実際私は、取り組むのが遅く、最終的に本番を含め、余裕をもって最後まで解き切れることは一度もありませんでした。対策は早いに越したことはないと思います。リスニングでも、大問の後半になってくるとかなりの長文を聞き取る必要があるので早い段階から英語の耳を作っておくべきだと思います。YouTube の英語リスニングの動画を利用するのも手だと思います。

最後に

受験には辛いこともたくさんあると思います。しかし辛いのは周りの皆も同じです。自分だけじゃないと思うだけで頑張れることもあると思います。皆さんの努力が実を結ぶことを心から願っております。

受験体験記

琉球大学（医学部医学科） 長瀬 そなえ

これから受験を迎える皆さんのお役に立つことができれば幸いです。

○1年生に向けて

国数英に重点を置いて勉強するべきだと思います。特に2年生から理系に進もうと考えている人は、国語と英語の基礎を1年生のうちにしっかりと身に付けておくことが大切です。2、3年生になった時、理数系の勉強の負担が大きくなり、あまり勉強する時間は取れません。また、古典と英語の予習はした方がよいと思います。現代語訳や和訳をネットで調べたり友達に見せてもらったりしても力は絶対につかないので、自分で辞書などを使って考えるようにしましょう。

1年生のうちはまだ高校の勉強に慣れておらず質を高めることは難しいと思うので、勉強量を十分確保することが大切だと思います。

○2年生に向けて（私は理系だったので、理系の人向けのアドバイスになります）

学校で配られた問題集を完璧になるまで何度も繰り返し、基礎を固めることが大切です。特に理科は教科書をよく読み、なぜそのような答えになるのかを根本的に理解することが入試問題などの難しい問題を解くときに役立ちます。参考書類は

- ・化学…セミナー、重要問題集
- ・物理…物理のエッセンス→良問の風→名門の森、
- ・数学…青チャート、4ステップ、1対1対応、
- ・英語…ネクステ、単語帳、教科書の音読

を使っていました。国語は基本的に定期テスト対策だけで十分でした。

2年の途中から数Ⅲの勉強が始まりますが、数Ⅲは内容が難しく勉強に時間もかかるため、2年生になったら数学はできるだけ先へ先へと自分で勉強を進めると良いです。

2年生になると徐々に勉強量が増え量をこなすだけでは対処できなくなるので、質を上げることに目を向けるようにしたほうが良いと思います。

○3年生に向けて

秋頃まではほぼ2年生と同じように勉強していましたが、数学や理科の授業で過去問や応用問題を解くことが増えるので、間違えた問題は自分でもう一度解き直しました。英語は1日に一つ長文を読むように心がけました。3年生になると数学では新しくスタンダードなどの入試過去問集が配られると思います。これは4ステップや青チャートに比べるととても難しく、なかなか答えが思いつかないかもしれませんが、すぐに答えを見ずに時間をかけてじっくり考えることが大切です。

私は共通テストが苦手だったので、10月末からすべて共通テストの勉強をしていました。その頃から授業もほぼ共通テスト対策になりました。学校で配られる問題集以外に、理数系の教科は3・4冊予想問題集を解きました。それでも本番では8割取ることができなかったため、共通テストが苦手な人はもっと前から共通テスト対策をした方がよいかもしれません。

共通テスト後は今まで解いていた問題集をもう一度解き直したり、赤本を解いたりしました。英語は、英作文の個人添削をやっていただきました。

○受験について

勉強をする上で最も大事なことは基礎をおろそかにしないことだと思います。入試が近づくにつれ応用問題を解く機会が増えますが、私は基礎が抜けていて基礎の復習に時間を取られてしまうことがありました。入試前

に応用問題にしっかり取り組むことができるよう、1、2年生の時に基礎をしっかり固め、3年生になってからは基礎を忘れないように隙間時間などを利用して復習しましょう。

高校3年間は勉強ばかりで大変だと思います。3年間やりきるためにはある程度のメンタルの強さも必要です。私は2年の夏頃、勉強しても思うように模試やテストで結果を出せずとても苦しい思いをしました。ですが担任の先生の口癖である「淡々とやる」という言葉をいつも思い出し、どんなに辛くても勉強を辞めずにひたすら続けているうちに模試などでより安定して点数を出せるようになりました。受験直前も「淡々とやる」ことを意識していたおかげで緊張や不安を最小限に抑えられたと思います。

また、メリハリをつけて勉強することもとても大切です。私は習い事を辞めた2年生の秋頃から受験が終わるまで、勉強は全て学校でやっていました。朝は少し早く登校し、放課後は20時まで学校に残り学習室で勉強しました。自宅研修中も学校に来て、やりたいことは全て学校で終わらせました。そのぶん、家に帰ってからは好きなことをやったり家族とゆっくり過ごしたりしました。受験期はやりたいことを制限する人が多いですが、メリハリをつけられるのであれば好きなことをしてリフレッシュする時間も作ると良いと思います。

私は共通テストであまり点数を取れず、医学部は全てDまたはE判定でした。しかし医学部以外の選択肢はなかったので浪人を覚悟し、少しでも受かる可能性のある琉球大学に出願しました。そして今まで自分がやってきたことを信じ、最後まで諦めずに勉強に取り組んだ結果、合格することができました。合格できたのは私の力だけではなく、先生や家族、友達からの応援やサポートがあったおかげです。本当に感謝しています。

○最後に

高校3年間大変なことがたくさんあると思いますが、明るい未来を信じて一生懸命頑張ってください。後輩の皆さんのご活躍を心から応援しています。

受験体験記

長野大学（社会福祉学部社会福祉学科） 横塚 葵

私は、3年生に進級する時点で志望大学や将来就きたい職業が自分の中で明確になっていました。そこで、総合型選抜で受験することを決めました。私がこの受験で一番大切にすることは、大学の情報を隅々まで調べることでした。大学側が求めている人物像にどれだけ自分が当てはまり、入学後に何を学んでいきたいかをまとめ、自分の言葉で説明できるまで何度も直し、本番を迎えました。本番を迎えるまで、先生方に小論文の添削や面接練習を何度も依頼し、何度も繰り返しました。受験を熟知している先生方に指導していただいた時間は、私にとって大きな財産になりました。これから推薦を受けようと考えている皆さんの中に、小論文や面接で受験することが初めてで不安を抱えているという人もいると思いますが、先生方を信頼して、志望大学や自分自身と向き合い続けることで不安は徐々に自信に変化していきます。私自身もそうでしたが、やはり試験直前になると今まで経験したことがないほどの緊張と不安に襲われました。そんなときは、その大学に絶対に合格したいという強い意志と今まで努力を重ねてきた自分を信じ、本番に臨んでください。

これから大学受験を控えているみなさんが第一志望に合格できることを願っています。

受験を通して感じたこと

自治医科大学（看護学部） 樋口 光

今回はこのような機会をいただきありがとうございます。少しでも皆さんの役に立てれば幸いです。

とにかく、定期テストや模試に向けて日々問題を解いていました。教科書を中心に、問題集は主に学校の教材を使い、授業の予習復習は欠かさずしていました。私は文系科目が苦手でした。学習の始めは、理系科目で勢いをつけてから、文系科目に取り組み、気持ちを上げていました。学年が上がるにつれて、理系教科の勉強が大変になってきます。1・2年のうちに文系教科の基礎をしっかりつけておくことが大切だと思います。また、1・2年のうちは気になる大学のオープンキャンパスにできるだけ参加しておいた方がいいと思います。学校の校風が自分に合っているかを調べることも重要です。

・3年

模試がとにかく多く、模試の復習と、苦手教科の勉強に追われていたイメージがありました。自分のできることから要領よく取り組むようにしていました。夏休みは得意教科の数学を主に勉強して力をつけました。後半は、苦手教科を中心に教科書、問題集を解きました。また、私自身、高校受験当日に体調を崩してしまっているの、より体調管理が大切だなと感じています。自分と相談しながら、無理なく勉強に取り組みました。3食睡眠が大切です！

・得意教科の勉強

問題集を繰り返し解いて、受験期直前まで基礎の知識をつけました。得意だからとサボってしまうと、力が落ちてしまいます。少し力がついたと思ったら、応用にも取り組みました。

・不得意教科の勉強

不得意教科は避けがちです。まず、日々の授業を大切に、問題集で繰り返し復習しました。新しい問題集に手を出すのではなく、学校で配られた問題集を解きました。

私は私立が第一志望ですが、国公立もしっかり受けると決めていたので、共通テストと私大の勉強の両立が大変でした。共通テストと私立第一志望入試の期間が短く、不安もありましたが、マイナスに考えるのではなく、ポジティブに自分なら大丈夫と、前向きに考えるようにしていました。また、先生がその時期に応じた言葉掛けをしてくださり、経験のある方の話を自分に取り入れることも大切だということも感じました。部活動は社会研究部、発展理科講座という研究活動をしていました。勉強と両立が大変でしたが、大学の面接で自分の経験として話すことができました。1・2年のうちに何かに取り組んでおくこともおすすめです。

最後に、受験期は長いようであつという間です。大変ですが、貴重な経験として楽しんでください。一番大切なのは、身の周りの方に、勉強ができる状況にあることに感謝の気持ちを忘れないことです。皆さんの合格を祈っています。

受験体験記

北里大学（獣医学部獣医学科） 中溝 実夢

私は学校推薦型選抜試験で北里大学獣医学部獣医学科を受験し、合格することができました。推薦にも様々な種類があります。同じ推薦型でも大学によって試験内容が違っているので、オープンキャンパスに行って、自ら情報収集するのがおすすめです。私が受験した試験は、三科目の筆記試験と面接がありました。筆記の配点が大部分を占めていたため、私の苦手な面接で足を引っ張らずにすみました。

全国には、獣医学部が国立、私立合わせて17大学しかなく、狭き門のため、入るまでがとても大変で、どの大学も倍率が高いです。私は、指定校推薦がない場合は、公募推薦が一番おすすめだとオープンキャンパスで大学の先生が教えてくださったため、推薦も視野に入れて、勉強していました。一番やっつけられないのが、最初から推薦しか受けないという理由で、教科を絞って勉強することです。せっかく今まで全教科勉強してきたのに、一定期間やらないと力が衰えてしまうからです。また、推薦で100%合格するということはないので、万が一を考えて、一般入試を見据えた勉強も大切にしたい方がいいです。あくまでも、推薦は志望大学、志望学部合格するための一つの手段、として捉えることが良いと思います。

私が高校生活の中で心掛けていた習慣は、登下校するバスでの時間を有効活用することです。疲れた日はできないことが多かったですが、心に余裕があるときは、英単語を覚えたり、化学の苦手なところをピックアップしたノートを見たり、自分でいろいろ工夫しました。バスの中でも勉強……となると追い詰めすぎな気もしますが、やるべき勉強はなるべく早く終わらせて、早く寝たかったので、頑張りました。小さな努力が大切です。

私が合格できたのは、自分の実力だけでなく、作新の先生方のお力添え、そして家族のサポートのおかげだと思っています。また、一緒に勉強する友達から良い刺激を得て、ここまで頑張ってこられたと思います。本当にありがとうございました。

受験体験記

慶應義塾大学（薬学部薬科学科） 福地 涼介

（はじめに）

私は、学習環境が整っていて先生方の手厚いサポートが受けられるという評判を聞き、作新学院に入学しました。第一志望の国立大学には力が及びませんでした。3年間やり切った気持ちです。この体験記が後輩の皆さんの学習計画や進路の指針を考える手助けとなれば幸いです。

（課外活動について）

生徒会執行部や数学研究活動（マスフェスタ）、英語ディベート活動など様々な課外活動を経験しました。どの活動においても貴重なスキルを身につけられたと思います。工夫次第では課外活動と学業の両立ができると思うので、活動頻度を調べた上で興味があるものから失敗を恐れず挑戦するべきです。個人的には受験は3年間の勉強の総量で決まると考えていたので高3の夏まで活動が続くマスフェスタにも申し込みました。

（進路について）

志望大学はできるだけ早く定めておくべきです。第一志望があやふやだと勉強するモチベーションも湧きませんし、何より受験までの逆算が難しくなるのでますます不安になります。

1年次にはいくつかオープンキャンパスに行き、「第1志望にするにはここしかない!」と思えるような志望校を見つけましょう。たとえ現時点での学力が遠く及ばなかったとしても大学の偏差値は気にしない。私は中3の頃に普通科高校を勧められないほど5教科ができなかったのですが、努力と計画次第では結構伸びます。

（教材について）

塾に通っている方やすでに参考書が家にあるという方もいると思いますが、基本的には学校の教材に参考書ルート（CASTDICE など Youtube など載っているもので十分）を追加する形をお勧めします。その際は配布教材の中にルート代わりになるものを探しましょう。3年夏頃まではこの方法で進めました。

（学習について）

3年間の総量で受験が決まると前述しましたが、それはつまり1年次からの学習習慣が大きく影響することを意味します。私は自分の志望校で良い判定が出ている友人+1時間/日を目標にしたり、勉強配信等を利用したりして継続的な学習を進めていました。受験の実感が湧かない内は、「12 時間勉強チャレンジ」や「〇〇（参考書等）RTA」などイベントのように勉強を考え直すと上手くいきました。難関大を目指すのであれば（学年×10+30）時間/週 ほどが目安としてちょうどいい印象です。

入試によって共通テストと2次試験の配点バランスが異なるので一概には言えませんが、3年9月まで問題集演習、11月まで過去問演習、12月に共通テスト対策というスケジュールで進めました。共通テストの配点が小さかったので対策は1か月とやや短めにしています。

（最後に）

トップ英進部・英進部の皆さんは3年間受験生です。せっかく勉強するのなら楽しく勉強しましょう。日々辛い勉強の繰り返しのように感じていても、視点を変えるとそれは夢や目標に向かって淡々と努力していることに違いないのですから決してみっともない姿ではありません。時間が取れないのであれば休み時間や通学時間を有効活用してどんどん進めていきましょう。学校の勉強の流れにうまく乗っていれば苦ではありません。

ゴールは第一志望大学で制限時間は3年間のゲームだと思って、時には攻略本(参考書ルート)を読んだり試行錯誤(繰り返しの問題演習)したりして前に進んでいくような心持ちで頑張っていきましょう。
協力してくださった先生方、ありがとうございました。

〈学習時間 (参考)〉

- 1年次 平日 5時間 休日 9時間
- 2年次 平日 6時間 休日 12時間
- 3年次 平日 7時間 休日 13時間

〈過去問等演習量〉

共通テスト 20 年分

国立二次 20 年分

私立一般 1～3 年分

※併願校の対策には時間を割けられませんでした。2週間前に1年分やって戦略を立て、本番前に追加で1セット解くことで実力を発揮できるよう調整しました。

〈使ってよかった参考書等 (使用時期)〉

・スタディサプリ (3年間)

これを使わないのは損。全科目レベル幅広い授業が展開されています。内容に不安がある箇所の授業を受けたり、先取りをするために長期休暇を使って1講座見切ったりと使い方は様々です。あまり知られていませんが旧帝大をはじめとする難関大については過去問演習講座が追加料金無しで視聴することができるので問題集をある程度こなした後に過去問に入るタイミングで使ってみてください。

・デュアルスコープ総合英語 (高1夏)

配付教材です。1年の夏休みに1周しました。文法と単語さえ頭に入っていればその後の英語学習が楽です。まとまった時間が必要になるので1年の夏休みに一通り学習してしまうことをお勧めします。

・システム英単語 (高1夏)

1年の夏休みに毎日1周しました。たとえ2000単語チェックするにしても1単語を1秒でこなせば33分で終わるので、初めは2時間ほどかかりますがすぐに1時間以内で回せるようになります。30周もすると英語を見た途端そのイメージが思い浮かぶので速読力がつきます。

・CROWN (3年間)

配付された教科書です。文章の構文や単語の予習復習をするだけでなく、定期的な音読(週に合計1時間ぐらい)やシャドーイングをすると英語の力が落ちにくくなります。特に理数系が忙しくなる理系の方にお勧め。

・重要問題集物理、重要問題集化学 (高2秋～高3夏)

幅広いレベル層に合う定番問題集です。初めに必マークがついたものを解いて、残りのAを解いて、と進めました。5回ぐらいトライしても解けない問題の中には出てきてきますが、じっくり時間をかけて落ち着いてこなしていきましょう。現役生は理科に弱いと言われますが、演習に取り組む時期が高3以降だと出遅れる印象があります。

・共通テスト模試 (高3冬)

高3の冬休みに毎日1セットの演習と復習をしました。各予備校が出しているので予想問題25回分と過去問の併用で対策をしました。Z会の「共通テスト演習講座」を市販の予想問題に追加すると練習が積めます。

・添削(高3春)

受験で記述のある科目において添削を先生にお願いしました。私立大においても記述は出題されることがあるので過去問を見て積極的に職員室へ行きましょう。実際に私が受けた慶應義塾大学経済学部の英語では約半分の配点が英作文で、たくさん添削を受けていたので上手く対応できました。

受験体験記

私の受験体験が今後受験する方への後押しになることを願います。

1年生 特に受験を意識した勉強はしませんでした。けれど、2年生以降のために数学はとにかく真面目に勉強しました。1年生は、高校受験の貯金でなんとかなるという人がいますが、それは1学期までなのでしっかり勉強しました。

2年生 勉強をサボり過ぎて学年最下層になることもありました。けれど、それが悔しく2年生の後半からは受験を意識した勉強をしました。例えば、授業の問題だけでなく市販の問題集を解くといったことです。

3年生 とにかく遊ぶことを我慢しました。また冬休み等の休みは可能な限り学校に行き、自分の勉強しやすい状況を確保しました。

私の特に重点的に行ったことは、疑問をとにかくなくすということです。わからなかったら先生にすぐに質問するという習慣を早いうちにつけました。また、過去問をフリマサイト等で遡って購入し20年程度の過去問を研究しました。これは作問者の癖を見つける最適な方法であり、演習の時間も取れるとても良い方法です。これらをうまく活用し、満点を取れるまでやり直しを続けました。

失敗は成功のもと

私の受験は失敗しました。ですが、受験を通してたくさん学べたことがあったので、失敗したくなければ読んでください。

1年生が絶対やるべきこと

前提：先生の指示を忠実に実行する（継続できるかが大切）。さぼるなら以下のものはおすすめ。

①英語の予習

英コミュ：自力で訳す。品詞分解（SVOC）をする。

英表：スタサプの英語高校3年の関正生のベーシック（1年生でも理解可能）。

②数学の予習

教科書を読む。分からないことは授業で分かるようにする。

③古典の予習

自力で品詞分解

文理選択

文系→理系＝無理、理系→文系＝可能（文学部とかでも）

市販の参考書や解説動画

先生方は学校の教材のみで勉強できるというのが、私は苦手な分野を理解するにはあった方が良いと思う。理解できないことは様々な教え方や言い換えによって理解できることがあるからだ。

国公立か私立か

この学校は国公立のことばかり推すが、必ずしもその選択が自分に合うとは限らない。学校とは違う視点から文系において比較した（私の指す国公立は地方国立文系）。

①入試

国公立：記述式、私立：マーク式（MARCH記述有、日東駒専記述無）

個人的には、記述解答の有無が一番違うと感じた。

②就職（公務員）

国立＞私立

公務員試験に数学系があるから、入試に数学がある国立が強い。

③就職（民間大手や都内）

国立＜私立

OBやOGの多さや就職のサポートは私立の方が手厚い。

（国立の小樽商科・滋賀はOB・OGの力が強く就職も強い。）

受験生へ

努力をしてください。結果はどうであれ自分の自信につながると思います。そして、志望校は妥協をしないでください。妥協することは自分の限界を勝手に決めてしまっています。目標を下げるのは出願するときで遅くないです。また、今自分が勉強していることに、なぜやるのか（目的）を持ってしてください。このような小さな積み重ねを続けることが合格に近づくと思います。最後まで頑張ってください。

おすすめの参考書

関正生のスタサプ

新レベル別問題集（東進）

最後に

3年間支えてくださった先生方ありがとうございました。素晴らしい先生方に巡り合えて本当に良かったです。ですが、私自身感じるのが、私文コースを設けた方が生徒的にも学校の実績的にもますます良くなると思います。

部活動との両立

東京女子大学（現代教養学部国際社会学科国際関係専攻） 高橋 心華

◎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。ここでは主に、毎日活動するような部活動に所属している在校生に参考になるような勉強方法を中心に書いていきます。少しでも参考にさせていただけたら幸いです。

◎自己紹介

吹奏楽部に所属→3年生の春まで活動していました。文系。好きな教科は世界史。

◎1年生

とりあえず毎日の授業についていくのに精一杯でした。その中でも気を付けていたことは小テストをしっかりと取り組むことです。毎週火曜日の漢字テストや数学の単元末テストなどで高得点を取るという目標を立てていました。隙間時間を効率よく利用（例えば、登校中のバスの中では漢字や英単語、休み時間内に数学の問題を1・2問程度解くなど）することが大切だと思います。また、1年生のうちに英単語力を身に付けておくことも重要です。私はこれを怠ってしまったため、2・3年次に大変苦労しました。

◎2年生

2年生になると社会や理科が重くなってきます。私は学年が上がり、部活動に割く時間も増えるようになっていたため、最初の定期試験をあまり深く理解しないで受けてしまいました。このことから言えるのは、どの科目においても最初が肝心ということです。特に歴史は「流れ」が重要なので最初を曖昧にしまうと途中から頭の中で繋がらなくなってしまいます。3年生になると最初に戻ってやり直しをする時間は十分に取れないので、今のうちに丁寧にやっておくことが重要です。また、様々な模試を受ける際は周りよりも学習時間を

確保できていないというのは当然なので焦るのではなく、今解ける問題に最善を尽くすことに心がけていました。そして結果を見てどんなに点数が悪くても模試に取り組んだ自分を褒め、その次にこれから自分は何をすれば早く結果が出てくるのかをしっかりと考えていました。勉強も部活動も忙しくなってくる2年生は体力的にも精神的にも辛くなることが多いと思いますが、自分を卑下することなく、しっかりと学校生活を送り、欠席しないことが一番重要です。私は辛かった時期に先生方に変にお世話になりました。

◎3年生

部活動を引退したら、私は周りのみんなよりもたくさん時間を確保するために朝は7時から8時半、放課後は20時まで学校で勉強をしていました。私の課題は英語の点数を伸ばすことだったので朝は必ず英単語帳を開き、その後に長文問題を一題行っていました。個人的に朝に英語を勉強するとその日の英語の授業の時に内容が頭に入りやすくなり、効率よく授業を受けることが出来ました。遅れを取り返す気持ちで1学期の間は焦らず徹底的に各教科（特に国語、数学、英語）の基礎を固めました。2学期になってからは今まで使っていた問題集を覚えるまでやりこみ、徐々に共通テストや私立大学の過去問に取り組み始めました。いきなり不慣れた過去問を解いてしまうと焦ってしまうので今まで使っていた問題集で演習を重ねることが重要だと思います。冬休みはずっと共通テストの過去問や予想問題集を解いていました。ただ解くだけではなくて自己採点まで練習しておくことも重要です。共通テストが終わったら私立大学の過去問と知識の詰め直しをしました。入試前は最後の最後まで知識の確認をしておくこと心の安定にもつながると思います。

◎最後に

私は勉強する時も入試本番の時も自信を持って取り組むことが最も大切だと思います。勉強と部活動をどちらも行っているとどうしても時間の確保が難しいので「勉強できていないから……」と自信を無くしてしまいがちですが、その気持ちは悪い方向に進むだけです。部活動も頑張っている皆さんには自分をたくさん褒めて、そして自信をもってこれからの勉強や受験、または試合や演奏に繋げていって欲しいと思います。抽象的になってしまいましたが、参考になったら嬉しいです。頑張れ！