



進路だより

R2.4.30
第1学年 2号
安古市高校進路指導部

進路実現にむけて

～将来の自分のために「いま」やるべきこと～

1年生の皆さん、臨時休業中をどのように過ごしていますか？新型コロナウイルスに負けないように、一人一人が自覚を持って頑張ってくれていることでしょう。

本来なら、5/1（金）に（株）ベネッセコーポレーションの神谷咲希様をお迎えして講演をいただく予定でした。今回は、話していただけるはずだった内容を皆さんにお届けします。納得のいく進路を選択するために、知ること・選ぶこと・考えること、進路実現に向けて今できること！をやっていきましょう。

〈高校1年生チェック！〉

「中学3年生」10個のチェック～当てはまる項目がいくつあるか～

- ① 毎日見逃せないテレビ番組がある。
- ② 深夜のテレビを何度も観る。
- ③ ながら勉強（スマホを触りながら、テレビを観ながら、音楽を聴きながら）をしている。
- ④ 休日は昼まで寝ている。
- ⑤ 長電話・メールをよくする。
- ⑥ 部活が忙しくて勉強どころではない。
- ⑦ 机の上が散らかっている。
- ⑧ 30分以上、机に向かうと気持ち悪くなる。
- ⑨ 苦手科目は勉強していない。
- ⑩ 定期試験は2、3日前から対策をはじめめる。

当てはまる項目が**3**つ以上ある場合は、このまま伸びなくなってしまう…！

前回の進路講演会で話したように、**中学4年生にならないように、今一度気を引き締めましょう。**

〈進路を考える際に注意したいこと〉

大学・短大・専門学校を1年間にやめる人は**12万人**

納得のいく進路選択をするために必要なことは、納得できる高校3年間を過ごすこと。そのために文理選択・学習習慣が必要になります。納得のいく進路を選ぶにはどうしたらよいのでしょうか？ここで納得のいく進路選択をおやつ選択に例えてみましょう。人生最後の「おやつ」あなたならどれをえらびますか？

もみじまんじゅう（広島）



きびだんご（岡山）



八つ橋（京都）



白い恋人（北海道）



とおりもん（博多）



ちんすこう（沖縄）



鯨ようかん（宮崎）



カステラ（長崎）



土佐日記（高知）



どれも各地の銘菓ですが、どんな味なのか知らないと選べませんよね？進路も同じです。様々な進路を知ることが必要になります。

例えば、医療関係に進みたいと思っているあなた。病気で困っている人の役に立てるのは、医師だけではなくありません。他にも

工学系統…レントゲン・胃カメラ・MRI・ロボット工学の研究
理薬農学系統…生体内環境の仕組み解明・創薬の基礎研究・難治療への技術発展法・経済学系統…脳死判定、倫理基準、世論・移植の問題（国格差）・小児科、産婦人科不足・医療サービスの徹底、無医村

等があります。

自分の進路にはたくさんのアプローチがあることを知り、3年間かけて進路実現を目指しましょう。

〈合格した先輩の特徴から見えること〉

※進研ゼミ高校講座調べ

「授業は必ず毎日ある。だから授業を最大限に活かす。」

⇒部活動が忙しくても授業は毎日行われる。授業を最大限に活用することが、受験勉強の秘訣。

「復習はその日のうちに行う。毎日継続することが重要。」

⇒その日に習ったノートや教科書の内容を必ず振り返るようにした。
そのためには、授業内容を思い出せるノート作りを意識した。

「忙しい時ほど、やるべきことを「見える化」した。」

⇒下校前に『やるべきリスト』を作り、帰宅後の「やるべきこと」を見える化。
やるべきことの所要時間も洗い出し、勉強時間を捻出した。

「通学時や授業の合間などのスキマ時間を有効活用。」

⇒予定表を上手く使い、空いた時間に何をするかを決めて学習した。
授業の合間のスキマ時間を利用して、友達と英単語テストの確認をした。

今は部活もできないし、毎日の授業もありませんが、こんな時だからこそ自分のやるべきことを「見える化」しましょう。生活・学習記録をいり加減に書いていませんか？一週間書いたら自分で振り返ってみてください。三点固定(起きる時間・寝る時間・勉強開始の時間)はできていますか？授業の時間+週21時間勉強できましたか？できなかった理由を考えてみましたか？たっぴり時間はあります。この時間をどう使ったかが今後の高校生活を左右しますよ。

〈高校1年生のスタートダッシュをきるために〉

成績が伸びている人はここが違う

- 志が高い人。
- 人の話をよく聞く人。
- コツコツ少しずつ頑張る人。
- できない理由より、できる理由を探す人。
- 目の前のことに一生懸命になれる人。
⇒勉強、部活動、学校行事、何でも。
- 自分から進んで行動する人。

頑張り続けるためのコツ

- いきなり完璧を目指さない。
⇒まずは少しずつ。できることからやる。
できた自分を褒める。
- 「自分ができる」と信じる。
⇒信じて頑張る方が良い結果に繋がる。
- 毎日起きたら笑う。



**今やるべきこと・できることを考えて
自らの進路を切り開こう！**