

## 262 南山大学 人文学部 心理人間学科 合格

私が受験で大切だと思うことは主に三つあります。

一つ目は、補習を大切にすることです。受験が後半戦になればなるほど、「疲れたから休む」「自分の家でできる」などの理由で補習を休む人が出てきます。しかし正直にいうと自分で全て計画して勉強を進めるよりも、先生方が組んでくださった補習に確実に参加するほうが良いと思います。先生方はこれまで多くの受験生を見てきた経験をもとに計画を立ててくださっています。その計画に従って学習を進めるほうが、確実に力がつくと思います。また、補習では周りの人も頑張っているという雰囲気を感じることができるので受けて損はありません。

二つ目は先生を味方につけることです。私は、高校二年生の三学期頃まで古典が苦手でした。丸付けをして、いざ解き直そうとしても、解説を読んでもよくわからず、どのように学習を進めていけば良いかも分かりませんでした。そんなとき、私は古典の先生に頼りました。その先生は、丁寧に解説してくださり、学習の方針も一緒に考えてくださいました。「いつでも質問にきていいからね」と優しく声をかけてくださり、とても心強かったです。

また、英語でも解説を読んでも納得できない時には、先生に質問しに行きました。そのおかげで分からない部分を一つずつ解消することができ、合格に近づくことができたと思います。私の場合、質問しに行った先生は、六人にも上ります。一宮南高校には勉強を全力でサポートし、放課後の忙しい時間の中でも丁寧に教えてくださる先生方がたくさんいます。私が合格できたのは先生たちの支えがあってこそだと言っても過言ではありません。ぜひ「マイティーチャー」を見つけて、受験を乗り切ってください。

三つ目は環境を整えることです。私は早起きして朝に勉強するのが苦手で、家ではなかなか集中できませんでした。そこで、朝早く学校の自習室に行くことを習慣にしました。すると、朝の時間でも集中して勉強することができるようになりました。家で勉強できる人は家でも良いと思いますが、難しい場合は自習室を利用することをおすすめします。漫画やゲーム、テレビなどの誘惑がない環境は勉強にとっても適しています。

受験期間中は、成績が思うように伸びなかったり、長時間の勉強が続いたりつらい思いも多いと思います。しかし、全力を尽くして受験を終えた時は、一年頑張った自分に自信が持てるようになります。つらいことを乗り越えた経験は、これから先、叶えたい目標ができた時にも、必ず自分を支えてくれます。自分の第一志望を母校にできるよう、最後まで頑張ってください。

## 263 早稲田大学 商学部 合格

僕が受験生活で大切だと感じたことを伝えます。

まず一つ目は、勉強時間との向き合い方です。勉強時間を視覚化してくれる学習記録アプリなどがありますが、僕自身もこれをきっかけに受験勉強を本格的に始めました。努力量が目に見えることで達成感が生まれ、ライバルと競い合う中でモチベーションも高まりました。

た。しかし、ここで大切なのは、努力とは単なる時間ではなく、その内容の密度によって積み重なるものだという事です。「今日は三時間勉強する」と時間を追うのではなく、「今日はここまで理解できた」と内容に目を向け、周りに説明できるほどまで仕上げきることを意識しました。その結果、質の高い学習につながったと感じています。

そして二つ目は、仲間と高め合う環境です。特に印象に残っているのは、一年間、昼休憩の時間も惜しんで、みんなで机に向かい続けたことです。休み時間でも、みんなと問題を出し合ったり、各自で単語の暗記や復習を行ったりしました。その中で、「自分も負けていけない」という思いが生まれ、最後まで努力を続けることができました。一人では甘えがでてしまい、限界を決めてしまいがちですが、仲間がいたからこそ、その壁を越えることができたのだと思います。

最後に、後輩の皆さんに伝えたいのは、今の自分の立ち位置で限界を決めてほしくないということです。実際僕も勉強を始めた二年生の十月は、文系の中でも順位は半分以下で、有名私大に行ければ充分という程度の考えでした。ですから、最初から高い目標でなくても構いませんし、とんでもない大口を叩いていても構いません。ただ、目の前の一日をどれだけ本気で積み重ねられるか、そして仲間と高め合いながら努力を続けられるかが、あなたの大きなマイルストーンになると思います。皆さんの努力は人生において必ず大きな支えになります。自分の可能性を信じて、最後まで走り続けてください。

#### 264 藤田医科大学 保健衛生学部 看護学科 合格

私が一年を通して、受験勉強に向き合う中で大切だと感じたことをいくつか紹介します。

一つ目は、最後まで諦めないことです。私は化学基礎が苦手で、ずっと後回しにしてしまっていました。しかし、共通テストの一月前から基礎から本気で勉強をしたら、5割も取れなかった点数が本番では7割までのびました。「もう間に合わない」「苦手だから無理だ」と決めつけてしまうのはとてももったいないです。最後まで努力すればきっとなにか変わります。自分に限界を設けず、最後まで挑戦してほしいです。

二つ目は部活動との両立です。私は人一倍練習量が多く、夏に入る前くらいまでは部活動中心の生活を送っていました。部活動との両立で特に大変だったのは、練習で疲れて帰ってきた日の勉強でした。正直、何もせずに寝てしまいたいと思う日も何度もありました。それでも、「今日はこれだけやる」と最低限の目標を決め、必ず机に向かうようにしていました。長時間勉強するのではなく、単語の確認やその日の復習など、短時間で終わる内容を毎日のルーティンにしていました。部活動を言い訳にしたくなかったので、みんなについていけるよう、効率の良い勉強方法を意識して取り組んでいました。

三つ目は、夜遅くまで勉強しすぎないことです。夜遅くまで勉強して翌日眠くなってしまうことほど効率の悪いことはないと思います。私は学校の補習には全て参加し、最終下校まで残った後、夜十時まで自宅以外の環境で勉強するという生活リズムを作り、家は睡眠の場所と割り切っていました。遅くまで起きていると次の日の集中力が下がってしまうため、勉

強を終える時間を決め、生活リズムを整えることが大切だと感じました。

四つ目は、勉強を苦しすぎないことです。楽しむのは簡単ではありませんが、やらなければならないと考えすぎると、気持ちが重くなってしまいます。少しずつ出来るようになった過程や、自分の成長を実感しながら取り組むことで、前向きな気持ちで続けることができました。もちろん全てが上手く行くわけではなく辛い日々もありましたが、模試で点数が上がる度に、自分の努力が報われた気がしてモチベーションにつながったと思います。

後悔しないよう、頑張ってください。頑張ればきっとなんとかなります。

#### 265 愛知教育大学 教育学部 学校教員養成課程 義務教育専攻 学校教育科学専修 合格

私が受験で大切だと感じたことを四つ述べます。

一つ目は、部活動をしている時期でも、毎日少しずつ勉強することです。私は吹奏楽部に所属しており、引退は八月と遅い時期でしたが、疲れている日でも三十分だけなど少しでも机に向かうようにしていました。その結果、引退後すぐに受験勉強へと切り替えることができました。早い段階から、毎日勉強する習慣を身につけておくことが重要です。

二つ目は、できるようになった教科を放置しないことです。私は共通テスト模試などで、古典は早い段階から点数が取れるようになりました。しかしその後数カ月間ほとんど触れなかったため、本番で失敗してしまい、国語でほぼ過去最低点を取ってしまいました。知識を定着させるためにも、週に一度でも継続して復習することが必要です。

三つ目は、がむしゃらに勉強するのではなく、戦略的に取り組むことです。定期的に自分の苦手分野を分析し、その都度、学習内容を見直すことが大切です。自分が信じた勉強法を貫く事も大切ですが、限られた時間を有効に使うためには、伸び悩んだら勉強法を考え直す柔軟さも必要です。特に部活動を最後まで続けた人ほど、効率的な勉強が大切です。そのため、自分を客観視して、苦手を特定することを心がけましょう。

四つ目は、体調管理です。これは最も重要な点です。私は部活をしていた時、周囲との勉強時間の差に焦り、無理を重ねた結果、体調を崩してしまい、授業や補習に集中できなくなった経験があります。疲れを感じたときは無理をせず、しっかり休むことも受験勉強の一部だと思います。

受験勉強は決して楽なものではありませんが、最後まで諦めずに努力を続ければきっと結果はついてきます。一方で、A判定であっても油断すれば一気に崩れてしまうことがあります。日々の積み重ねを大切に、自分を信じて努力を続けてください。応援しています。

#### 266 愛知教育大学 教育学部 学校教員養成課程 義務教育専攻 国語専修 合格

私が、受験勉強で大切に思ったことを三つ伝えます。

一つ目は、朝早くから勉強をすることです。私は、毎日7時30分に学校にきて勉強をしていました。単語や日本史などの暗記系を中心に取り組み、その日の夜に朝覚えたことを復習するなど効率よく覚える工夫をしていました。受験生は、休み時間や放課後には勉強をす

るため、差をつけるためには朝早くから勉強をすることが大切です。

二つ目は、補習に参加することです。補習に参加することで、自分一人での勉強では見落としていたポイントが明らかになります。また、補習では様々な問題に取り組めるため、知識の確認や想定外の問題にも対応できる力が身に付きます。補習で分からなかったところはそのままにせず、先生に質問したり自分で調べたりして、必ず理解するようにしましょう。さらに、二次試験で記述が必要な人は、土曜講座などの記述講座に早いうちから参加することをおすすめします。講座で色々な問題に触れることで、なかなか身につかない記述力を徐々に高めることができます。

三つ目は、得意科目を伸ばすことです。私は、数学が苦手で、たくさん問題を解いたり、参考書や勉強法を工夫したりしても、模試ではなかなか点数を伸ばすことができませんでした。そこで私は秋頃から数学の勉強を程々にして、得意科目である国語・社会・英語の勉強に専念しました。その結果、共通テスト本番での数学の点数はかなり低かったものの、重点的に対策した国語・社会・英語で高得点をとることができ、合計得点では過去最高の点数を取ることができました。もちろん、全ての科目をバランスよくできるようにすることが理想だと思いますが、どれだけ頑張っても点数が伸びない場合は、苦手な科目から少し手をひき、自分の得意科目を伸ばすことも大切です。

この一年はとても辛いですが、時には息抜きをして、友達と励ましあいながら頑張ってください。

## 267 福井県立大学 経済学部 経営学科 合格

私が受験勉強を通して思ったことを書きます。

正直に言うと受験勉強は大変です。辛い時も何回もあります。やめてしまおうと思うことも何度も何度も出てくるでしょう。しかし、受験という大きな壁から逃げることはできません。私が皆さんに伝えたいことは、受験に対する自分自身の姿勢を考え直して欲しいということです。大学進学を目指す以上、受験勉強からは逃れられません。だからこそ、考え方を変えて楽しむことも大切だと思います。

家での毎日の勉強、業後の補習、模試の結果など受験には辛いことが山積みです。どれだけ勉強しても学力が伸びていると感じられない不安、周りとの差に焦り自分だけ取り残されていると感じることもあるでしょう。しかし受験勉強にはその辛いこと以上に、嬉しいことも楽しいこともあります。できなかった問題ができるようになった時の喜び、誰もいない教室で朝早く自習をしている時の充実感、そして何より志望校に合格でき周りの人と共に泣いて笑って喜び合える瞬間です。受験というと辛いことばかり想像してしまうかもしれませんが、そんなこともありません。何気ない日々の中にたくさんの楽しさや嬉しさがあります。だからこそ受験=つらいことと考え、やらされている感でやることをやめましょう。その気持ちで毎日勉強するのはただ苦しいだけになってしまいます。ゲームの攻略をするように、一つ目標を達成したら自分にご褒美をあげるなど、工夫をすることも大切です。毎

日頑張っている自分を、素直に認め、褒めてあげましょう。また、焦りや不安、ちょっとした嬉しさ楽しさを無視しないことも大切です。自分自身の気持ちを味方にできるのは、自分だけだからです。

「受験は団体戦」といわれるように親や先生など、多くの人がたくさん協力してくれます。しかし最後に自分を動かすのは自分自身です。最後まで自分を信じて、駆け抜けてください。応援しています。

#### 268 三重大学 医学部 看護学科 合格

私は受験勉強に本格的に取り組み始めた時期が遅く、その分たくさんの苦勞をしました。そんな私が受験を通して感じたことをお伝えします。

一つ目は、単語力の重要性です。古文単語や英単語など、基礎固めを徹底してやり続けることが大切です。単語力がなければ、文章を正しく理解することができません。できれば一学期のうちにしっかり固めておくことをおすすめします。そして、受験直前まで継続して取り組んでください。

二つ目は、学校の補習を活用することです。夏休み明けになると、自分の勉強を優先したくなり、朝補習や業後補習をサボってしまいがちです。しかし、受験の後半になると学校の補習の大切さに気づき、行けばよかったと後悔しました。一宮南高校の補習はとても手厚く、共通テスト直前や自由登校期間に行われる特別講座は本当に役に立ちます。ぜひ積極的に受けてください。

三つ目は、自分なりの勉強法を作ることです。私は参考書の中で大事だと思うところを付箋にまとめて表紙に貼り、毎日欠かさず見ていました。また、解答の解説を切り取り、いつでも見返せるようにしていました。毎日見ることによって記憶が定着し、自信につながりました。たくさん勉強して、自分に合ったオリジナルの勉強法を見つけてください。

最後に、最も大切なのは、「後悔しない選択をすること」です。私は共通テスト後のリサーチで第一志望がC判定でした。しかし、この一年間ずっと第一志望に合格するために頑張ってきたので、他の大学ではなくC判定のまま受験することを決めました。もし他の大学を受けていたら、きっと後悔が残っていたと思います。

大学受験は、この先の人生を大きく左右するものです。しかし、合否に関わらず、第一志望に向かって努力を重ね、全力で挑戦したこと自体に意味があると思います。第一志望合格に少しでも近づくために、早いうちから勉強を始め、志望校を決め、スマホなどの誘惑を断ち切ることをおすすめします。後悔のない選択をしてください。応援しています。

#### 269 愛知教育大学 教育学部 学校教員養成課程 義務教育専攻 社会専修 合格

私は一年間受験を通して思ったことが三つあります。

一つ目は、部活は最後までやり切った方が勉強につながるということです。私は吹奏楽部に所属しており、周りとは比べて一番遅くまで部活をしていました。周りが自習室に行って勉

強している中、自分は部活をしている焦りを感じることもありました。しかし、部活をやり切ったという事実、受験勉強中、何度も救われました。自分が好きで入った部活を最後まで愛着を持って取り組むことで、受験勉強へスムーズにシフトチェンジできると思います。

二つ目は、自分に合った勉強環境を早めに見つけることです。私は家では勉強できないタイプだったため、学校で補習を最後まで受け、その後すぐに校外の学習施設に移動して、夜遅くまで勉強していました。自分で管理して勉強できるならそれで良いですが、誘惑に勝てないのなら学校を頼ってください。少しでも勉強時間を確保するために、補習に行くのもよいと思います。また、喫茶店や図書館など、なるべく自分の家に近い場所で勉強できるスポットを探すことも大切だと思います。

三つ目は、モチベーションを維持し続けることです。どうしても勉強ばかりしていると停滞期が来るものです。そこで私は学習記録アプリを利用して勉強時間の見える化を行いました。すると、自分はこれだけ勉強しているのだという達成感に繋がりました。また友達の勉強時間も見えるので、自分も頑張ろうと気持ちを高めることもできます。

今だから言えることですが、私は共通テストが終わった後、燃え尽きてしまいました。共通テストまで頑張ってやっと終わったという事実、浸ってしまい、勉強が思うように進んでいませんでした。しかし、気持ちを切り替えてそれを乗り越えた先に、合格がありました。もし共通テストで燃え尽きてしまったとしても、自分は駄目だと責めないでください。ここまで頑張った自分を褒めて、私立大学、国公立大学の試験に向かってください。皆さんが笑顔でいられる未来になるよう、心から祈っています。

## 270 愛知県立大学 看護学部 看護学科 合格

私が受験を通して感じたことを書きたいと思います。

一つ目に、勉強は質と量どちらも大事だといいますが、まずは量にこだわって始めることも良いと思います。量をこなしていくうちに、自分に必要な勉強がわかるようになり自然と質も向上していきます。また、平日に一日五時間勉強できた時には達成感があり、次の日からのモチベーションにもつながりました。私は勉強内容や時間を記録するアプリを活用していましたが、学習の継続にとっても役立ちました。

二つ目は、本番では何が起きるかわからないということです。私はずっと志望校の模試判定が一番良い時でもC判定で、共通テストプレではD判定でした。共通テスト本番前は得意な国語と理科の点数が七割に届かず、不安で焦っていました。しかし本番では、国語が八割を超え、理科は七割を取ることができ、数学の三割をカバーすることができました。その結果、共通テストリサーチもA判定になりました。プレから100点上がるというのは本当です。最後まで粘り切ってください。

私が一番後悔していることは、スマホを制限しなかったことです。一度見始めると、やめなければいけないと分かっているのに、結局一時間過ぎていたということが何度もありました。時間を無駄にしてしまうだけでなく、どんどん自分が嫌になってしまいます。娯楽も必

要だと思いますが、スマホはしっかり制限した方がいいと思います。

また私が一番印象に残っていることは、二次試験の面接対策です。これが一番きつく、調べることも考えなければいけないこともたくさんあり、二週間でノートを一冊使い切りました。大変でしたが、指導をしてくださった先生方や一緒に頑張った友達のおかげで、最後までやり切ることができました。

受験は本当に長い道のりで、メンタルも非常に不安定になりますが、最後までやり切れば自分に自信が持てるようになります。支えてくれる人たちに感謝して、一日一日を大切に頑張ってください。応援しています。

#### 271 愛知県立大学 外国語学部 ヨーロッパ学科 フランス語圏専攻 合格

受験は、意識一つで良くも悪くも全てが変わります。そして、合格するという大きな目標を叶えるためには、その過程が重要です。ここでは、その過程を支える大切な意識について二つ書きます。

一つ目は、未来の自分に期待しすぎないことです。私は九月頃まで自分のレベルよりも高い志望校を目標としていました。模試の判定が悪くても、「大事なのは本番だから、きっとなんとかなる」という考えをモチベーションにしていました。しかし、十二月頃、二次試験の過去問を解いてみようとしたところ、まったく歯が立たず、このままでは二次試験で挽回することも難しいのではないかと、ようやく現実と向き合うようになりました。

「なんとかなる」という言葉は、自分を追い込みすぎないための心の保険のような言葉ですが、時に今の自分の立ち位置を見誤る原因にもなります。確実に勉強の成果を結果に結びつけたいのであれば、「なんとかなる」ではなく「なんとかする」勉強法を早急に見つけることが大切だと思います。

二つ目は、焦りすぎないことです。焦りや不安が勉強の促進剤となる人もいますが、私はパニックになり、勉強が頭に入らなくなってしまうタイプでした。そういう時は、自分の好きな教科に取り組んで気持ちを高めたり、悩みを相談したりすることが有効です。

言霊という言葉があるように、不安や焦りは自然と周囲に伝染します。相談は、ネガティブな気持ちから抜け出し、少しでも受験勉強を前向きに取り組むためのものですが、必要以上にひたすら不安であるということを口にする、頑張っている周りの人をよくない気持ちに巻き込んでしまいます。「つらいのは自分だけではない」という意識を持つことで、他人にも自分にも優しくなれると思います。

受験は団体戦ですが、自分の忍耐力との闘いでもあります。全てを投げだしたくなった時は、単語を十個覚えて早く寝て早く起きて新しい気持ちで勉強しましょう。応援しています。

#### 272 名古屋大学 医学部 保健学科 検査技術科学専攻 合格

私は、受験生にとって大切なことは友達、睡眠、楽しむ心だと思います。

まず一つ目は友達です。周りの友達によって、勉強のモチベーションは大きく変わります。

私の周りには、勉強時間や模試の結果を共有しながら一緒にがんばってくれる友達がいました。友達が勉強しているから私もやらなきゃ、と思うことが多かったです。模試の結果が伸びた時は褒め合い、下がった時はみんなで焦りながら励まし合い、そのおかげで楽しく勉強を続けることができました。また、「今日から毎日これをやります」と宣言することで、自分にプレッシャーをかけながら勉強することもできました。周りの友達は敵ではなく、一緒に戦う仲間です。お互いに高め合える仲間になってください。

次に睡眠です。これは人によるかもしれませんが、私は夜に勉強すると眠すぎて頭に入らなかったで、思い切って十時頃には寝るようにしていました。その分、朝は早めに起きて学校に行く前に一、二時間ほど勉強していました。その方が授業にも集中でき、夜更かしして勉強するよりも格段に記憶に残る感じました。とにかく、早いうちにいろいろな方法を試して、自分に合った勉強法を探してください。体調を整えることは受験生にとって必須なので、睡眠時間はしっかり確保してください。

最後に楽しむ心です。私は勉強する中で楽しいと思える瞬間がたくさんありました。勉強できない日があっても、落ち込んでいる時間の方が無駄なので、軽く考えて次の日にがんばってください。特に、入試本番のときこそ楽しんでほしいです。その日にできることは問題を解くことだけなので、焦らずに「おもしろい問題が来たな」という気持ちで臨んでください。私は解けない問題もありましたが、それでも楽しかったですし、後悔もしていません。ぜひ前向きに過ごしてください。

最後にもう一つ伝えたいことは、授業や補習はとても役に立つのでしっかりと聞き、先生を積極的に頼ってほしいということです。

とにかく楽しんで、後悔のない受験生生活を送ってください。味方はたくさんいます。がんばってください。

### 273 室蘭工業大学 理工学部 システム理化学科 合格

受験を経験して、私がとても大事だと思ったことを伝えたいと思います。

一つ目は、大学について徹底的に調べることです。受験は情報戦です。大前提として、私は決して頭がよいわけではありません。共通テスト直前の記述模試では理系であるにもかかわらず数学で十点を取ってしまいました。英語に至っては、共通テスト形式の問題で三十点取れば大喜びするような状態でした。それでも私は国公立大学に合格することができました。

私は当初、国公立大学をまったく考えていませんでした。「国公立は頭がいい人が行く大学」「ハードルが高い」というイメージを持っていたからです。しかし実際に調べてみると、国公立大学にも様々なレベルがあることがわかりました。中には共通テスト四割強で受験できる大学もあり、正直とても驚きました。四割です。それなら行ける気がしませんか。

二つ目は自分の得意・不得意をしっかり把握することです。大学によって共通テストや二次試験の科目、配点は大きく異なります。苦手科目は自分が苦手だと思っている以上に克服

するのが難しく、時間もかかります。そこで苦手科目をあえて重視しないという選択をしてもいいと思います。自分の得意な科目の配点が高い、あるいは苦手科目の配点が低い大学を調べ尽くします。逃げることは全く恥ずかしくありません。

三つ目は各科目一冊、自分の実力にあった参考書を我が子のように大切にすることです。いろいろな参考書に手を出すのは、絶対にやめたほうがいいです。すべてが中途半端になってしまいます。

定期テストで一年生の頃から成績が良く、基礎がしっかり定着している人以外は最初から難しい参考書に取り組むべきではありません。応用問題を解けば基礎が身につくという事は、絶対にありません。面倒でも、基礎的な参考書を一年生の内容から一つひとつやり続けることが、三月に合格をつかみ取る最短ルートだと思います。

受験生だからといって、自分を極限まで追い詰める必要はありません。できるだけ楽に、無理せず勉強することが一番です。そして、ノンストレスで受験に挑むことです。緊張しすぎていいことはありません。一度しかない受験生生活です。楽しみながら勉強しましょう。応援しています。室蘭で待っています。

#### 274 岐阜大学 工学部 機械工学科 知能機械コース 合格

受験は団体戦。この言葉は、受験生であれば必ず聞いたことがあると思います。そして同時に、受験生にとってはその逆の様に感じる言葉かもしれません。受験は個人戦。この側面があることも間違いありません。試験を受けるのは受験生一人ひとりですし、合否の結果が左右されるのも個々だからです。しかし、受験を終えた今、私は「受験は団体戦」という言葉はどれだけ大切な言葉だったかを身に染みて実感しています。

受験というのは余程の天才でない限り、一人で乗り越えて行くのは非常に難しく、共に高め合える仲間がいてこそ初めてその壁を乗り越えられるものだと思います。そう考える理由は二つあります。

一つ目は、教え合えることです。学校に行き、授業に取り組み、問題を解き、復習をするだけでも理解は深まります。しかし、友達に分からないことを質問したり、逆に教えたりすることで理解はさらに深まります。友達は時に点数を競い合うライバルにもなるでしょうが、足を引っ張り合うのではなく、互いにベストを尽くしてより高いレベルで競い合えたら理想的だと思います。互いに教え合える関係性が築けていれば、それも可能になるはずです。

そして二つ目は、メンタルを共有できることです。受験生というのは、どうしてもメンタル的に不安定になりやすいものだと思います。目指す大学のレベルが高くなるほど自分の力ではどうにも出来ない不確定要素(得意不得意など)が点数に影響し、合否を左右する可能性も高くなります。また、模試の判定や自分の学力と大学のレベルとの差を比べて、不安になることは多くの受験生が経験することです。そんな不安を一人で抱え込むのは非常につらく、抱えきれずにパンクしてしまうこともあります。たとえそこまで至らなかったとしても、不安に押しつぶされて勉強に集中できなくなることもあるでしょう。しかし、その不安

を共有できる人がいるだけで、本当に心強いのです。

もし受験勉強で行き詰まったり、つらいと感じたりすることがあったら、ぜひ周りにいる仲間を頼ってみてください。きっとあなたにとって大きな救いになるはずです。

#### 275 名古屋大学 工学部 機械・航空宇宙工学科 合格

僕が受験を通じてやって良かったことや大切だと思うことを挙げていきます。

まず、やって良かったことの一つ目は自分で決めた参考書を何周もすることです。僕は自分で買った参考書を主に使って受験勉強をしてきましたが、学校配布のものでもいいのでとにかくその参考書を完璧にするのが大切だと思います。どの教科でも一つの参考書を完璧に仕上げれば自信が付き、ある程度の入試問題には十分対応できるようになります。また、自分のレベルに合った参考書を選ぶことも大切です。自分で色々調べたり、知識のある人に相談したりして、これだと思える参考書を決めてください。

二つ目は環境を整えることです。自分は家ではほとんど勉強ができなかったため、学校に残れる時は毎回残り、休日には図書館の自習室を利用していました。また、補習をしっかりと活用したことも、やって良かったことの一つです。勉強しようと思っても、なかなか思うようにいかないことが多いと思います。そんな時でも、環境を整えるだけで集中して勉強ができていたと感じます。

三つ目は勉強法を学び、それを実践してみることです。例えば暗記は寝る前に行うとよいなど、様々な勉強法があります。合う・合わないは人それぞれだと思いますが、日々自分なりに試行錯誤し、一番自分に合っていると思う勉強法を探し、それを継続してください。勉強法にも多くの種類があるため、自分で調べる姿勢が大切だと思います。

最後に、受験において自分が一番大切だと思ったことはメンタル面です。模試の結果は良くも悪くも自分に影響を与えますし、思うように勉強ができないと不安になることもあると思います。試験前には絶対緊張するとわかっているからこそ、その緊張を和らげる理由を作るためにも、日頃から勉強を頑張ることは有効だと思います。受験生はメンタル的につらい時期ですが、そんな時こそ友達や先生と話したり、適度に息抜きをしたりしながら、受験期を乗り切ってほしいです。

#### 276 岐阜大学 工学部 機械工学科 知能機械コース 合格

私が受験を終えて、これから受験生として頑張る皆さんに伝えたいことがいくつかあります。

一つ目は、家で勉強できない人は外に出て勉強したほうがよいということです。家だと集中できないという人は多いと思います。そんな人は、思い切って外へ出て勉強しましょう。ポイントは、どんなに天候が悪くても行くことが大切です。また、勉強する場所を三つほどおさえておくことです。基本的には一つの場所(学校、図書館、自習室など)で十分ですが、特に図書館はテスト週間になると人が増え、使いにくくなります。そのため、いつもの場所

が空いてないときの対策として、複数の選択肢を用意しておくといいです。私自身は主に、図書館やカフェ、すいとぴあ江南の学習室を状況に応じて使い分けていました。

二つ目は、復習を怠らないことです。特に模試の復習は大事だと思います。復習をすることで自分の弱点が分かるだけでなく、これまで自分にはなかった問題の考え方や解法を学ぶことができます。補習を受講している人も、少しでもいいので復習をした方が効果的だと思います。復習をしないと学習の効果が十分に出ないように感じました。ただし、自分がやりたい勉強もあると思うので、上手にバランスを取りながら取り組んでください。

三つ目は、生活リズムを整えることです。平日は問題なく過ごせていても、土日や長期休暇になると油断してしまう人がいると思います。しかし、休日であっても平日と同じリズムで生活するべきです。中途半端な時間に起きると一日が上手く回らなくなります。早寝早起きを心がけ、快調なスタートを切ることで、充実した一日が過ごせると思います。入試当日は朝が早いことが多いので、早起きに慣れておくことも大切です。

そのほかに伝えたいこととして、苦手科目を先延ばしにしないことが挙げられます。できれば二学期入るまでに克服しておくといいいと思います。

ここまで述べてきたことはあくまでも参考程度にしてほしいと思います。勉強スタイルは十人十色です。受験勉強を進めていく中で様々な方法を試しながら、自分にあったスタイルを確立していきましょう。

最後に伝えたいのは、一緒に頑張る仲間を大切にしてほしいということです。私は同じ大学の前期試験に不合格となり、後期試験で合格しました。正直、前期落ちたときは絶望的な気持ちになり、前を向ける気がしませんでした。それでもこうして合格体験記を書いているのは、前期試験で不合格となった仲間や先生方のおかげです。仲間が後期に向けて努力する姿をみて、私も一緒に頑張ろうと思うことができました。だからこそ、皆さんも仲間を大切にしてほしいと思います。特に、直前期は心の支えになるはずですよ。受験勉強は大変だと思いますが、最後まで頑張ってください。応援しています。

## 277 公立諏訪東京理科大学 工学部 機械電気工学科 合格

私の受験生での教訓や後悔について話します。

一つ目はメリハリをつけて勉強することです。私は、家で勉強することがほとんどありませんでした。なぜなら、家には誘惑が多く、勉強の妨げになると考えたからです。土曜補習の日には、補習をとってなくても朝から夕方まで学校で勉強し、日曜日など学校が開いていない日は、開館時間から閉館時間まで図書館で勉強していました。家は休憩する場所と決めることで、メリハリのある勉強ができたと思います。

さらに、スマートフォンを触らないことも大切です。私は春頃に、YouTube を含むほとんどのアプリを削除しました。その結果、1日のスクリーンタイムは三十分を切り、勉強に多くの時間を割くことができました。図書館などに勉強しに行くときはもちろん、家の中でも電源を切っておくことを強くおすすめします。

二つ目は勉強面についてです。私は一つの問題集を徹底的にやり込むことがとても大切だと実感しました。問題の出題パターンはある程度決まっており、「問題を覚えること＝パターンを覚えること」につながります。そのため、入試で似た問題が出題された時に「この問題は問題集のあれと似ている」と気づき、解くことができました。また、数学や理科に時間を割くことはもちろん大切ですが、英語にかける時間を減らしてはいけません。実際、私は英語を使う入試で全て不合格となり、英語を使わない入試は全て合格しました。今思うと、もっと早い段階から単語や文法を徹底的に習得しておけば、より良い点が取れたのではないかと後悔しています。そのため、早い段階から英語を武器にして戦えるようにすることが、とても大切だと思います。

最後に、志望校を決める前に過去問を解いておくことは非常に重要です。大学によっては問題の癖が強く、解きづらかったり、自分に合わないと感じたりすることがあるからです。また、多くの人は共通テストリサーチの判定を基準に受験する大学を決めるとは思いますが、たとえ判定が悪くても、過去問を解くことで自信につながることもあります。判定にとらわれすぎず、最後まで諦めずに頑張ってください。

#### 278 鹿児島大学 工学部 先進機械工学科 合格

私がもし受験生に戻れるのなら、やり直したいことが三つあります。

一つ目は、勉強の計画を週ごとに立て、見直すことです。私は、模試ごとに、次はどの教科のどこを意識して取り組むかを振り返っていました。しかし、その日その日に具体的に何の科目を勉強するのかを決めないまま進めてしまい、偏った勉強になってしまいました。だからこそ、週の始めに勉強計画を立て、できなかった分も後から視覚的に分かるようにしておくことをおすすめします。

二つ目は、大まかでもいいので、大学について調べてみることです。私は、志望大学がどのような特徴を持ち、どんな研究に強いのかといった具体的なことを自分から調べることができませんでした。今は AI なども発展しているので、ChatGPT などを活用して大学調べをするのも一つの方法かもしれません。

三つ目は、勉強と息抜きのメリハリをつけることです。受験勉強をしていると、勉強がとても辛く、逃げ出したくなる時があると思います。そんな時は、思い切って息抜きをすることも大切です。そして、そこまで頑張ってきた自分を、自分自身で褒めてあげてください。

最後に、クラスメイトや友達を大切にしてください。現役生の最大のメリットは、同じ受験という大きな壁を乗り越える仲間がすぐそばにいることです。私も受験期には、もうやめたいと思う場面が何度もありました。そのたびに、受験に向き合う仲間がいる環境に救われました。

受験は本当に、つらく苦しいものです。しかし、今振り返ってみると、受験生としての日々はとても充実しており、その時にしか味わうことのできない経験ばかりだったと思っています。最後まで希望の進路実現に向けて頑張ってください。心から応援しています。

#### 279 富山県立大学 工学部 電気電子工学科 合格

僕が受験期に大事だと思ったことをお伝えします。

一つ目は常に目標を持ち続けることです。志望校を決めることはもちろんですが、毎回の補習でも「ここまでは絶対正解する」といった具体的な目標を立てていました。もしその目標が達成できなかった場合は、その日のうちに分からなかった問題だけを復習し、疑問を先延ばしにしないように心がけていました。これを続けていくことで、全体をしっかりと押さえることができると思います。

二つ目はできるだけ誰かと一緒に勉強することです。一人で勉強しているとどうしてもぼうっとしてしまったり、思わずスマホを長い時間見てしまったりすることが、ほとんどの人にあると思います。同じ空間で勉強するだけでも、「あの子が頑張っているなら負けてられない」といったライバル心が生まれ、お互いに高めあうことができると思います。補習も友達が取らないから行かないのではなく、少しでも自分に必要だと思うなら積極的に参加しましょう。どこの大学に進学できるかは自分がこれまでどれだけ努力してきたかにかかっています。

三つ目は模試をポジティブに捉えることです。僕は三年最後の記述模試で数学の偏差値が今までと比べて大きく下がりました。さらに志望校判定もほとんどがE判定でした。この結果を見て、どこの大学にも行けないのではないかと不安になり、勉強に身が入らない時期が続きました。その後、担任の先生との面談で「記述模試の単元別の結果を元に復習しなさい」という助言をいただき、必死に苦手分野をつぶしました。その結果、共通テストまでに何とか平均程度まで伸ばすことができました。模試で悪い結果がでた時こそ、最も伸びるチャンスです。できるだけ早く復習にとりかかり、似たような問題を探して解くのが効率的だと思います。

部活動もあり大変だとは思いますが、早めのうちから少しずつ勉強を始めることをおすすめします。受験期は本当にあつという間です。計画性を持ち、後悔のないように頑張ってください。応援しています。

#### 280 静岡大学 工学部 化学バイオ工学科 合格

私が受験で大切だと思うことは三つあります。

一つ目は、基礎から固めることです。私は一学期の頃、数列や対数が苦手だったため、教科書の例題から解き直していました。最初に青チャートや基礎問題精講に取り組もうとすると、難しすぎて挫折してしまう人が多いと思います。変なプライドは持たず、まずは教科書に戻りましょう。これは他の科目にも言えることで、英単語や古文単語、公式などの基礎

を大事にして下さい。

二つ目は、問題を完全に理解することです。解き方を聞いて「わかった気になる」のではなく、「なぜこの公式を使うのか」「この解き方ではなぜダメなのか」といった点まで、自分が納得できるまで追究して下さい。先生に質問してもよいですし、とても頭のいい同級生に聞いてもよいと思います。

三つ目は、疲れたらきちんと休むことです。これは身体だけではなく、メンタル面においても大事なことだと思っています。身体が疲れている状態で勉強しても、効率は上がりません。一日や二日休んでも十分に取り返せるので、しっかり休むようにください。

この三つを意識することが、成績の向上に繋がると思います。また、ちょっとしたアドバイスになりますが、大学についてしっかりと調べ、少なくとも「通ってもいいな」と思える大学を第一～三志望にしておいて下さい。少なくない人が第一志望の大学を諦めることとなります。その際に、あらかじめ第二・第三志望の大学にも納得できていれば、精神的なショックは小さくなります。

最後の高校生活を楽しみながら、頑張ってください。

#### 281 富山大学 工学部 工学科 機械工学コース 合格

僕が受験で後悔していることは、多くの教科のテスト勉強を一夜漬けのような覚え方で済ませてしまっていたことです。このような勉強をしていると、いざ受験生になって本格的に受験勉強を始めようとした時に、一、二年生で学んだ基礎が身についておらず、とても苦勞しました。特に理系の人たちに伝えたいことは化学を二年生のうちからしっかり勉強しておくことです。多くの人は化学の勉強が不十分なまま共通テストを受けてしまいます。共通テストの化学はなかなか難しく、そもそも知識が身についていないと問題の意味すら分からないこともあり、平均点も物理と比べて低いです。しかし、その化学をしっかり勉強すれば、周囲と大きな差をつけることができます。

次に伝えたいことは、自分の志望校の共通テストや二次試験の配点を調べることです。配点を把握することで、自分が力を入れるべき教科が明確になり、効率よく勉強を進めることができます。

最後に伝えたいことは、本当に最後まで諦めず勉強を続けて欲しいということです。自分が思う受験の大きな山場は共通テストが終わった時、私立大学の受験が終わった時、そして国公立大学前期試験が終わった時です。このタイミングで気が抜けたり、諦めたり、妥協して勉強をやめてしまう人がいるように自分は感じました。これは一宮南高校の生徒だけではなく、他校にもそういう人はいると思います。しかし、最後まで諦めず勉強を続けた人は直前で実力が大きく伸びたり、国公立後期試験において国公立前期で気が抜けてしまった人と大きく差をつけて合格できたりすると実感しました。一宮南高校では、国公立前期試験後も前期の合格発表や国公立後期試験まで補習が行われます。これはほかの学校ではほとんどない一宮南高校の大きな特徴です。僕は家で勉強するのが苦手だったため、この補習に

はとても助けられました。このタイミングで自分の偏差値も大きく上がったように感じました。だからこそ、最後の最後まで諦めないで欲しいです。僕は、そんな人を応援しています、頑張ってください。

## 282 公立小松大学 生産システム科学部 生産システム科学科 合格

受験を通してみんなに伝えたいことは、自分の中で勉強ルーティンを作ること、一緒に頑張れる仲間の大切さ、人の勉強の仕方を参考にすることだと思います。受験勉強を始めた頃はやる気に波があって、勉強する日としない日の差が大きかったです。そこで学校が終わるとそのまま勉強できる場所に通い、毎日十時まで勉強しました。最初から集中するのは難しいと思うので、平日は三時間、休日は六時間程度から始め、徐々に時間を伸ばしていけばよいと思います。毎日継続することで、勉強が自然と生活の一部になっていきました。

毎日同じ環境で勉強していると飽きてしまうこともあるので、図書館に行ったり、カフェで勉強したりと、環境を変えることも大切だと思います。自分のようにやる気に頼って勉強するのではなく、習慣で動けるようになったことは大きな成長だと思います。

また、受験は最終的には一人で乗り越えるものだと思っていましたが、実際には仲間の存在がとても大きかったです。勉強でつまづいたときや思うように結果が出ず不安になったとき、同じ目標に向かって頑張っている仲間に助けられました。分からないところがあれば教え合い、仲間の努力している姿を見て、「自分も負けられない」と感じることもできました。

最初はだれしも勉強の仕方に苦戦すると思います。共通テスト対策はいつから始めればよいか、赤本はいつ取り組むべきかなど、悩むことも多いはずですが。そこで私は YouTubeなどで紹介されている勉強法や参考書の使い方を参考にしました。どの参考書をいつまでにどの程度進めればよいのかを丁寧に解説してくれているものもあり、自分の学習計画を立てるうえで役立ちました。

最後に伝えたいことは、最後まで諦めずに頑張ってもらいたいということです。自分を信じて勉強を続けていけば、必ず点数は伸びていきます。自分を信じるのをやめたら、そこで終わってしまいます。この一年間は自分の可能性を信じて頑張ってください。