

The Shinro Journal

令和7年10月14日（月）
島根県立松江東高校 進路指導部

The Shinro Journal とは・・・松江東高校進路指導部が発刊する情報紙です。主に進路に関する
情報提供や、各種行事や講座の案内・報告を行っていきます。

学園祭が大盛況に終わり、いよいよ受験シーズン到来です。

松江東高校では、「大学入学共通テスト」Web 出願が終了しました。就職・公務員、大学・短大・
専門学校の総合型選抜などすでに出願・受験を終えた3年生もありますが、多くの人はここから3
月末までの長い戦いが始まります。これまでやってきたことを信じて、最後まであきらめずやり
切ってください。

＊共通テスト出願状況

（現3年生）41期 174人（90.2%）

40期 176人（90.3%）

39期 150人（92.0%）

松江東高校では約9割の3年生が共通テストに出願しています。

＊2学期の模試計画

1年生 2年生

10月3日（金）	1年スタディーサポート（終了）
11月4日（火）	1年進研学力テスト 2年進研学力テスト（地歴・理科が始まります）
11月5日（水）	2年進研学力テスト

8月18日に実施した「1年生・2年生の希望者模試」は1年生42名、2年生88名が受験し
ました。次回の「1年生・2年生の希望者模試」は1月31日（土）に変更になっています。目
標校との学力差を確認した上で、合格に向けたチャレンジを継続しましょう。

3年生の予定 ～ 目標校合格を目指して3年生が取り組みます。

1年生・2年生も確認しておこう！

10/3・4	全統記述模試	10/31・11/1	進駿マーク模試
10/10・11	進駿記述模試	11/7・8	全統プレマーク模試
10/18	大学別オープン模試	12/20・21	北予備ファイナル
10/24・25	全統マーク模試	マーク演習を3回予定しています。	

3年生 2学期

▼受験校の絞り込みを

共通テストまで3か月余りとなりました。そろそろ自分の学力に見合った受験校を真剣に考え
ましょう。（進研模試の場合、合格可能性60%以上80%未満がB判定で、40%以上60%未満が
C判定です。）ただし、今はC・D・E判定でも逆転合格を勝ち取る生徒はいるので最後まであき
らめずに学習に取り組みましょう。

▼自己責任の「web方式」出願

下に一般選抜の日程の一部を示しましたので、確認してください。出願は基本的に「web方式」
になっており、生徒が個々の責任において出願します。各大学のHPで募集要項を確認するなど
して、受験科目・配点・出願期間・試験日程を、各自で必ず確認してください。

私立大学は同じ学部・学科でも、複数の受験パターンが存在し、合否に大きな影響を与えます。
必ず担任・進路指導部員に相談し、出願パターンを決定しましょう。

【国公立大学一般選抜の日程】

共通テスト出願：9月16日～10月3日

募集要項の発表：～12月中旬頃

大学入学共通テスト：1月17日、18日

個別学力検查出願：1月26日～2月4日（例年）

前期日程試験：2月25日～2月28日（例年）

2年生 2学期

▼東京研修

2泊3日の研修、どのような学びがあったでしょうか。大学が求める力、企業が求める人材について少しでも知ることができたとすれば、それは大きな成果です。これからの進路選択に活かしましょう。

▼進路講演会があります。

高校卒業後の進路や将来を考える機会にしてください。進路に迷っている人も考える良い機会になると思います。

▼いよいよ 5教科の実力テスト スタート

1 1月4日（火）・5日（水）実施。これまでの国語・数学・英語に、地歴と理科が加わります。なお、文系の生徒のみなさんは、次回1月の進研実力テストから公共が加わり、6教科受験となります。

▼進路検討会があります。

1 2月15日（月）・16日（火）皆さんの進路希望の確認や適性を現状の成績状況やこれまでの取り組みなども踏まえて検討します。

▼共通テストでは「情報」の試験があります。

「令和8年度大学入学共通テスト実施大綱」が文部科学省から示されました。下表の出題となります。

教科	出題科目	試験時間
国語	『国語』	90 分
地理 歴史	『地理総合、地理探究』、『歴史総合、日本史探究』 『歴史総合、世界史探究』、『地理総合／歴史総合／公共』	1 科目選択 60 分 2 科目選択 130 分 (うち解答時間 120 分)
公民	『公共、倫理』、『公共、政治・経済』、 『地理総合／歴史総合／公共』（再掲）	
数学	① 『数学Ⅰ、数学A』、『数学Ⅰ』	70 分
	② 『数学Ⅱ、数学B、数学C』	70 分
理科	『物理基礎／化学基礎／生物基礎／地学基礎』、 『物理』、『化学』、『生物』、『地学』	1 科目選択 60 分 2 科目選択 130 分 (うち解答時間 120 分)
外国語	『英語』	【リーディング】80 分 【リスニング】60 分 (うち解答時間 30 分)
情報	『情報Ⅰ』	60 分

2年生のみなさん、自分が受験したいと思っている大学や専門学校についてどの程度知っていますか。知名度と難易度のみで志望校を選んでいませんか。その志望校がどのような学生を求めているか知っていますか。その学校で学ぶことは、みなさんにどのような可能性を広げてくれますか。

1年生の頃は、「大学に行けたらいいなあ」と何となく希望を持っていた人も多いことでしょう。高校生活も半分が過ぎ、いろいろな経験を積む中で、「この学校に行きたいなあ」という思いに変わってきているのではないのでしょうか。その思いが強くなればなるほど、その学校に進学する可能性は高まります。

では、その思いを実現するための作戦を持っていますか。冒頭のみなさんへの問いかけの意図はそこにあります。「～学部」「～学科」といっても、大学によって特色が異なります。いわゆる有名大学に進学すれば自分の可能性が上げられるとは限りませんし、みなさんにとってあまり聞きなじみのない大学が、みなさんの研究したい内容を提示してくれることもよくあります。こういったことは専門学校にも当てはまります。要は、自分の学びたいことを示してくれる学校を調べて探してみることです。

このように考えると、多くの人が「成績が足りない」ということに行きつくでしょう。そうすると、今から勉強量を増やすことが必要になりますね。じゃあ、どのくらい毎日勉強したらいいのでしょうか。よく言われるのが「毎日の平均学習時間＝学年の数字＋1時間」です。つまり、みなさんは3時間学習時間をとることが目安になります。これは毎日の時間ではなく、1週間の学習時間を7日で割った時間と考えてください。平日2時間しかできなければ、土日各5～6時間取り組めば3時間平均になりますね。では、2年生になってからの勉強量は十分ですか。さらに振り返って、1年生の頃の勉強量は十分でしたか。学習時間調査を見る限り、ほとんどの人が不十分と言わざるを得ません。高校生活前半の遅れを取り戻すために、各教科の例題や基本事項の学び直しを毎日少しずつ補ってください。

勉強をたくさんしたからと言って志望校に受かるわけではありません。でも、勉強しない限りは志望校に受かることはありません。「何を」「どのように」「どのくらい時間をかけて」勉強をして志望校を目指すのかを考えることが、みなさんが今すべきことです。

東高が言う「進路指導」は、大学や専門学校に進学することだけを指してはいません。その先のみなさんの「自己実現」を見通して行っています。上で述べたような状況に悩んだ生徒を担当してこられた先生方が本校にはたくさんいらっしゃいます。ぜひ相談しに行ってください。きっといいアドバイスをくださいます。今は思い悩む時期だと思いますが、「師弟同行」、一緒によりよい進路実現を目指しましょう。

1 年生 2 学期

6 月に進路希望調査がありました。その状況は 6 ページにあります。国公立大希望者が 8 0 % を超えています。一般に国公立大学の一つの目安は模擬試験等の全国偏差 54 と言われています。なぜでしょう。偏差値とは全受験者のおおよそどの程度の位置にいるかを示す数字で偏差値 54 ならば上位 35%(34.46%) の位置にいることを示します。また 1 年 7 月の進研模試は受験者数が約 48 万人、国公立大学の募集定員は約 13 万人弱（希望調査の際の資料参照）です。すなわち偏差値 54 の人は上位 16.5 万人くらいの順位です。当然有名私立大志望者もいるわけで、おおよそこのくらいの位置にいることが国公立大学の目安ということです。夏休み明けには結果が返ってきます。真摯に受け止めて、今後の生活に活かしてください。

また 1 年生は 2 学期中には文理の選択をする必要があります。文理選択するということは、一方の道を切り捨てることです。絶対無理ではないですが例えば文系を選んだら医学部や薬学部への道は難しくなります。数学が嫌いだから文系、仲良しの友達が行くから理系などと安易に決めて、後で後悔しないよう、逃げの選択ではなく攻めの選択をできるよう、しっかりと家族で話し合っておいてください。

▼進研実力テストがあります。11 月 4 日（月）3 科目です。7 月に続き、全国で 40 万人以上が受験する大規模なものです。入学以来学習したことを再確認しておきましょう。

東高生の進路希望状況

以下は第 1 回進路希望調査の結果です。3 年生は第 1 回進路検討会時の進路希望です。各学年とも多くの生徒が、第 1 志望に国公立大学への進学を考えています。大学の募集人員は国公立大学が 2 割、私立大学が 8 割と、国公立大学は狭き門です。国公立大学の入試は受験科目が多く、学力重視の傾向は続いています。目標を定めたら、その実現に向けて計画的に学習に取り組んでいきましょう。

	1 年生	2 年生	3 年生
国公立大学	81.9%	84.1%	74.3%
私立大学	3.6%	5.8%	17.5%
短大・専門学校	10.4%	9.0%	5.2%
就職・公務員	4.1%	1.1%	3.0%
その他・未定	0%	0%	0%

以下の表は、過去 5 年間の卒業生の進路状況です。（進路先）

	40 期生	39 期生	38 期生	37 期生	36 期生	平均
国公立大学	44%	33%	42%	32%	24%	35%
私立大学	31%	40%	31%	42%	40%	37%
短大・専門学校	15%	16%	16%	18%	24%	18%
就職・公務員	1%	1%	3%	3%	3%	2%
他（浪人含む）	9%	10%	8%	6%	10%	9%

進路希望調査と結果は大きく異なっています。第 1 志望に合格する難しさがわかります。第 1 志望校に合格した先輩方の特徴をいくつかあげます。

- ・総じて志を高くもち、最後まで志望を変えない。（志望の一貫性）
- ・定期試験や ETC の結果にこだわる。（東高の定期試験結果と共通テストの結果には強い正の相関があることが確認できています。相関係数 0.7 以上！）
- ・学校を休まない。（第 1 志望校合格者は欠席・遅刻がほぼない）

東高の生徒はほぼ進学します。第 1 志望校に到達するためには、コツコツ受験勉強に取り組むことが必須です。

そもそも進学（大学受験）は義務ではなくて受験生の権利です。努力次第で難関大学にも挑戦できる平等に与えられたみんなの権利です。あなた自身がやる気になって『必要な勉強量』を確保すればよいのです。ある予備校が「努力は必ず実る」をキャッチフレーズに掲げています。期間の制限を設けないならば、受験は努力次第で逆転可能だと思っています。

では努力とは何でしょうか？ 人それぞれ異なります。なかなか正解に辿り着けない問題をノートに書き続けた“ペンだこの痛み”、下敷きや教科書・ノートの“擦れた跡”、手の小指側の“黒ずみ”などは受験生に共通する努力の証ではないでしょうか。

▼推薦入試について

まず国公立大学・公立短期大学の学校推薦型選抜について補足説明をします（その他については進路指導の手引きに掲載）。周知のとおり、学校推薦は、原則として高校側が推薦した生徒に対して、大学側が一般選抜とは異なる独自の視点から入学者を選抜するものです。特に 1 年生、2 年生はしっかり把握しておきましょう。

松江東高校では、例年 25%～30% の生徒が学校推薦型・総合型選抜入試を受験します。高校入試の推薦入試（特色選抜）とは違い、国公立大学や難関私立大学では、倍率が 3～10 倍あり、「東高から 1 名のみ出願可能」など、出願枠を設けている大学もたくさんあります。厳しい校内選考を通った生徒も全員が合格できるほど甘くはない入試です。東高の校内選考では、出席（遅刻、早退も含む）状況、成績、ETC の取り組みと合格実績、授業中の様子や課題提出の状況、さまざまな活動への取り組みと実績を総合的に判断します。

例えば、昨年度、島根大学教育学部のへるん入試は県内枠の競争倍率 5.1 倍でした。第一志望合格を目指す県内高校生が出願し、5 人に 1 人しか合格できない厳しい選抜です。合格への対策はこの紙面で全てを述べることはできませんが、最も重要だと考える対策を紹介します。

「思考力をアップする」

推薦入試でも一般選抜でも、思考力を問う学力試験や面接試験、小論文試験が行われます。正解に辿り着くためには、自分の経験や持っている知識をもとに考える力＝思考力が必要です。では、どうすれば思考力が身につくのでしょうか？

例えばサッカー（部活動）では、パスとドリブルといった基本動作を集中的に鍛えたり、英語や数学など学習面では、基本問題を徹底的に理解したりすることから始めるしかないので。なぜなら、思考力＝経験・知識をもとに考える力 なので当然です。そして基礎基本の重要性は東高生のみんなはすでにわかっているはずです。

ここで大切なのが、上手くできなかったことは、すべて最初からやり直しをすること。とにかくできるようになるまで反復することです。特に入試（一般選抜、推薦入試）においては、基本問題を繰り返し解き、徹底的に理解することが、思考力のアップにつながります。なぜなら模試や入試問題集は全てが“入試問題の傾向から逆算”して作られているからです。また推薦入試の面接試験・小論文試験（一般選抜の 2 次試験）の解答方法（答え方）はいくつもあって、どのアプローチで自分の解答を完成させるのかについて、最適な方法を瞬時に判断することが求められます。このような思考力は、基礎問題の徹底的な理解なくして身につけることはできません。入試においてなぜ基本が大切なのか、理由を理解した上でしっかり身につけることこそ、合格に至る最短の道だと考えています。

1・2 年生では、今まで学んだ基本のパーツの中から、必要なパーツをいかに適切に取り出し、組み合わせて使っていくか、その「思考の道筋」の組み立て方を知っておくことが重要です。定期試験・課題テスト・ETC などを活用し、思考の道筋の土台を形成しておきましょう。実践的な入試に即した演習は 3 年生から行えばよいのです。推薦入試の面接試験・小論文試験も同様で、その道筋さえ自分で作れるようになれば、難関大であろうと、受験倍率が高かろうとも恐れる必要はありません。必ず本番で大きな力を発揮できるからです。