

5月

4月

1年生

- 入学
- バドミントン部に入部

明確な将来像があったわけでもなく、なんとなく地域の伝統校へ。

学校行事や部活を満喫。疲れて勉強は最小限

環境の変化に戸惑いもある時期。秋には進路にかかわる選択がスタート

- 入学
- マンガ『ドラゴン桜』を読む
- 塾に通い始める
- 水球部に入部
- 遠足
- スポーツ祭
- 東京大学の文化祭へ

あこがれの気持ちが強固に。



第一志望高校の入試に失敗。無念の入学。大学受験でのリベンジを誓い、東京大学を目標に掲げる。

目標決定

早期から大学見学し、高校受験のリベンジを目指す

- 入学
- フレッシュマンキャンプ (新入生オリエンテーション合宿)
- 興味領域・職業志向性検査
- 体育祭
- 定期考査

個性を大切にすることが気に入る入学。将来については、漠然と「地元で何か起業したい」という希望をもっていた。

漠然と「将来は起業したい」。簿記を個人的に学び始める

高校時代の進路決定を振り返ってくれた3人

学校行事への積極参加を通して目指す方向をみつけた



東京大学 文科三類1年 藤本奈那さん

人と情報の中心である東京で視野を広げることを目指し進学。今は3年からの学部選考に向けた勉強と、少林寺拳法部の活動に一生懸命の大学生活を送っている。

出身：鳥取県立倉吉東高校
学校行事や国際交流に力を入れる進学校。周辺に塾が少なく校内の講習が充実

高校入学時から目標を決めてコツコツ勉強した



慶應義塾大学 環境情報学部1年 稲葉遊さん

幅広い分野に関心があり、迷いつつも最終的には環境問題を学びたいと進学。大学ではプログラミングや中国語にも興味拡大中。ミュージカルサークルに所属。

出身：千葉県立東葛飾高校
制服がなく自由な校風の進学校。行事は生徒主体で盛り上がる

「社会で役立つ」勉強のため校内外で精力的に活動した



東京都市大学 都市生活学部3年 鳥居朗江さん

高校生活を通じて将来像を具体化。現在、「街づくり」に携わる仕事に就くことを目標に、他大学の学生と共に街のリサーチやイベント開催など幅広く活動中。

出身：東京都立晴海総合高校
2年生から「国際ビジネス」「芸術・文化」など6系列に分かれる総合学科高校

アドバイス



千葉県立東葛飾高校 進路指導主事 長束倫夫先生

ながつか・みちお ●1967年千葉県生まれ。県立沼南高柳高校を経て、98年に県立東葛飾高校に着任。同校でのべ11年間進路指導部に携わる。2011年度は千葉県進学指導部会研究委員長、中央教育審議会大学分科会大学教育部会専門委員も務め、学校の枠を超えて活躍。

勉強が手につかない理由をわかってあげたい

生徒主体の活動が増え、交友関係も広がる高校生活。フレッシュな気持ちで勉強や学校行事、部活動に打ち込む1年生も多いでしょう。一方で、親は子どもの様子が以前より見えなくなり、不安を感じるか

卒業生の実例で知る 高校生活3年間で進路選択

高校生活の3年間の、どのような体験が子どもたちの未来の進路につながっていくのでしょうか。卒業生3人の軌跡をたどりながら、各学年における注意ポイントをつかんでいきましょう。

取材文／藤崎雅子 撮影／広路和夫

<p>春休み</p> <p>● 学年末考査</p> <p>この時は東京大学を見て何も感じなかった。</p> <p>「目標は高いほうがいい」と担任の先生からアドバイスされ、成績とは関係なく、イメージで憧れていた大学名を書いた。</p>	<p>● 模試 志望校欄に「京都大学」と記入</p> <p>● 校外研修(東京大学見学)</p> <p>高校の先生から声をかけられて参加。他校生から刺激をもらい、勉強の意欲が少しアップした。</p>	<p>○ 予備校の冬期講習に参加</p> <p>● 後期中間考査</p> <p>● 文理選択</p> <p>数学が苦手だったため、安易に文系を選択。</p> <p>自宅で留学生のホームステイ受け入れ。英語で意思疎通するおもしろさを実感。</p>	<p>● 前期期末考査</p> <p>● 韓国の姉妹校から短期交換留学生来日</p> <p>「部活で疲れた」を理由にあまり勉強せず。普段毎週末に出される膨大な課題も、かなり手抜きだった。</p>	<p>● 前期中間考査</p> <p>● 学園祭</p> <p>縦割クラス対抗で行う合唱に燃えた。最優秀賞を逃したのが悔しかったが、クラスの結束があまり充実感もあった。</p> <p>韓国や英国の高校生とも交流。中学時代から英語が好きで海外に興味があったが、実際に国際的な体験を重ねるうちに、世界をもっと見てみたい気持ちが強まっていた。</p>	<p>夏休み</p> <p>○ 国際高校生フォーラム</p> <p>※国内外の高校の生徒を招いて意見発表し合う高校生主催のイベント</p>
<p>● 定期考査</p> <p>スポーツ祭でクラスメイトと</p>	<p>● 定期考査</p> <p>● 生徒面談週間</p> <p>● 2年の科目選択(地理/日本史)</p> <p>自分は文系か理系か迷っていたので、どちらにも対応しやすい地理を選択。</p>	<p>○ 東京大学オープンキャンパス、青山学院大学の文化祭へ</p> <p>友人に誘われて訪問。受験はまだ先なので気が緩みがちだったが、大学に行く勉強のモチベーションがアップ。</p>	<p>● 文化祭</p> <p>● 水球部から軽音楽部へ転部</p> <p>● 模試</p> <p>● 進路行事で筑波大学を見学</p> <p>● 合唱祭</p> <p>● 定期考査</p> <p>● 物理学に興味があり、関連書籍を読んだり、大学生の兄に相談したりしていた。</p>	<p>● 定期考査</p> <p>● 模試</p> <p>● 進路行事で筑波大学を見学</p> <p>● 合唱祭</p> <p>● 定期考査</p> <p>● 物理学に興味があり、関連書籍を読んだり、大学生の兄に相談したりしていた。</p>	<p>● 定期考査</p> <p>● 模試</p> <p>● 進路行事で筑波大学を見学</p> <p>● 合唱祭</p> <p>● 定期考査</p> <p>● 物理学に興味があり、関連書籍を読んだり、大学生の兄に相談したりしていた。</p>
<p>● 定期考査</p> <p>● 球技大会</p> <p>○ 日商簿記検定2級受験→合格</p> <p>● ライフプラン発表会(各自が自己分析に基づいて生涯のライフプランを作成)</p> <p>● 日商簿記検定2級受験→合格</p> <p>● 球技大会</p> <p>● 定期考査</p> <p>● 球技大会</p> <p>● 定期考査</p> <p>● 球技大会</p>	<p>○ カウンセラーの先生に紹介され、起業した卒業生(大学生)に会う</p> <p>● 定期考査</p> <p>● 日商簿記検定2級3級受験→3級のみ合格</p> <p>● 職場訪問</p> <p>● 授業・部活動公開</p> <p>● 日商簿記検定2級3級受験→3級のみ合格</p> <p>● 職場訪問</p>	<p>● 2年次の系列選択</p> <p>● 授業・部活動公開</p> <p>● 日商簿記検定2級3級受験→3級のみ合格</p> <p>● 職場訪問</p> <p>● 授業・部活動公開</p> <p>● 日商簿記検定2級3級受験→3級のみ合格</p> <p>● 職場訪問</p>	<p>● 科目選択説明会</p> <p>● 晴海祭(文化祭)</p> <p>● 個人的に簿記の勉強を始める</p> <p>● 定期的な簿記の勉強を始める</p> <p>● 晴海祭(文化祭)</p> <p>● 個人的に簿記の勉強を始める</p> <p>● 定期的な簿記の勉強を始める</p>	<p>● 科目選択説明会</p> <p>● 晴海祭(文化祭)</p> <p>● 個人的に簿記の勉強を始める</p> <p>● 定期的な簿記の勉強を始める</p> <p>● 晴海祭(文化祭)</p> <p>● 個人的に簿記の勉強を始める</p> <p>● 定期的な簿記の勉強を始める</p>	<p>● 科目選択説明会</p> <p>● 晴海祭(文化祭)</p> <p>● 個人的に簿記の勉強を始める</p> <p>● 定期的な簿記の勉強を始める</p> <p>● 晴海祭(文化祭)</p> <p>● 個人的に簿記の勉強を始める</p> <p>● 定期的な簿記の勉強を始める</p>

※ ●=学校行事、進路指導(主なもののみ) ○=個人的な活動、できごと ※学校行事や校外イベントは卒業生在学当時のおよその時期で、現在の開催時期と異なる場合があります。

もしもありません。その一例で、子どもが勉強しなくなった場合は、特に心配でしよう。理由はさまざまですが、注意が必要なのは、学力レベルの高い高校に入学して相対的に成績が下がってしまう、頑張つてできないのが嫌になって、あえて勉強しなくなるケースです。

「そんな時に『ちゃんとやりなさい』と怒ったり、『なぜ勉強しないのか』と問い詰めても逆効果。子ども複雑な気持ちもわかってあげてほしい。ちょっとしたきっかけで自ら変わることもあるので、見守り、理解する姿勢ときっかけづくりができればと思います。」(長東先生)。

文理・科目選択は、安易に得意・不得意だけで選ばない

秋頃には翌年度の文理・科目選択に向けた希望調査を行う高校も。安易に得意、不得意だけで選ぶのではなく、「何を勉強したいか」という視点も大切にしましょう。

「大学入試の有利さより、興味関心で選んだほうが本人の納得感が高いもの。その後に興味分野が変わったり、不得意科目が克服できずに文理変更せざるを得ない場合もあります。しっかりと考えて選択していけば後悔は少ないと思います。」(同)

2年生

時間的に余裕があり、幅広い活動に挑戦できるが、中だるみも見られる

目標が定まり、勉強は低調だが、見識を広げた1年間



大会前は部活に気持ちが集中し、勉強面の意欲はダウン。大会後も勉強の意欲は低調で自信もなく、明確な目標のない状態でいいのだろうか、という気持ちもあった。

1年にひき続き最優秀賞は受賞できず。終了直後から来年度のリベンジに向け作戦を練り始めた。

高校生活の楽しさを満喫。きまじめさの殻が破れた時期



部活→塾→自宅で塾の宿題とギターの練習、というハードな毎日。決めた分が終わらないと寝られない性格。塾の費用を出してくれた祖母への感謝もあって毎日夜中まで猛勉強。

練習でさらに疲れがたまり、とうとう駅で失神。自分の限界を知る。高校受験でもきまじめすぎて精神的に参っていたので、ストレスが強くなりたと思うように。

数多くの資格・検定に挑戦。部長として部活にも熱中



● プレ課題研究スタート
※3年必修の「課題研究」(卒業レポートの準備)

研究テーマとして、身のまわりで気になっていた「放置自転車」を検討。

● 定期考査
やりたいことははっきりしていなかったが、秘書技能検定やワープロ実務検定など将来役に立ちそうな資格や検定はできるだけとっておくことにした。学校の課題や定期試験以上に頑張った。

● 初めてのオープンキャンパスへ
複数の大学を見て「学生がイキイキしているところへ行きたい」と思うように。自分に合う大学のタイプがわかった。

● 晴海祭
● ハンドボール部の部長になる
晴海祭では中国語選択クラスで出店
創部以来一度も勝ったことがないため、練習メニューの見直しなど“勝てるチームづくり”に熱中。

- 10月
- 9月
- 8月
- 7月
- 6月
- 5月
- 4月

夏休み

- 韓国研修(修学旅行)
- 前期期末考査
- 国際高校生フォーラム
志望校決定
- 県主催勉強合宿
- 学園祭
- 前期中間考査
- 高校総体

法律に興味があったので、東京大学の志望は文科一類に。目標が決まり、以前より積極的に課題に取り組むようになったが、集中力が続かない日が少なくない。



合宿中に講演された大学の先生に、もっと見識を広げたいという話をしたところ、「人と情報が集まる東京の大学に進むといいのでは」とアドバイスされ腹に落ちる。それなら目標は高いほうがやる気が出ると考え、東京大学を目指すことを決心。

- 修学旅行
- 文化祭
- 定期考査
- 合唱祭
- 進路行事で東京工業大学を見学模試
- 遠足
- スポーツ祭
- 定期考査



修学旅行委員長として行き先決めから携わる。仲間と思いきりはじめてよい思い出に。友達との仲が深まった。



友人と遊ぶ機会が増加。放課後は塾の自習室ではなく、友人とカラオケへ行くことも。

- 晴海祭
- ハンドボール部の部長になる
- 初めてのオープンキャンパスへ
- 定期考査
- 遠足
- 体育祭
- 定期考査
- プレ課題研究スタート

のんびりする時間が必要な子どもも

2年生になると学校生活にも慣れ、時間的な余裕もできます。幅広い活動に時間を注げる一方で、進路意識がまだ低く中だるみも見られます。さっぱり勉強しない子どもに親はヤキモキすることもあってもいいですが、中だるみが必ずしも悪いわけではありません。「ずっと走り続けられる子ばかりではなく、進むペースは人それぞれ。『のんびりした時間があったから受験期は勉強に集中できた』という生徒もたくさんいます」(同)。

将来への強い気持ちは体験を通じて育まれる

また、勉強の意欲が落ちても、「学校行事や部活動などに意欲的なら心配ない」と長束先生。余裕のあるこの時期に、学校は職業体験や大学見学、国際交流など多彩なプログラムを用意しています。そこから将来の夢や目標が見つかることも多いといえます。「体験したことで、かえって目標に不安が生じたり、進路希望が変わることもあります。しかし、悩んだり葛藤したりしながら考えを深めることで、自分が何を大切に進路

INTERVIEW



安易な文理選択
にちよびり後悔
(藤本さん)

Q1 進路選択で後悔したことは？

1年生の文理選択時、国語が得意で数学が苦手だったので、安易に文系に決めてしまいました。今、世の中の動きについて自分なりに考える材料がたくさん得られる、文系の良さも感じています。少し後悔もあります。理系のおもしろさを理解する機会を失ったと思うと、人生全体では損したような気がするのです。もし高校時代に戻れるなら、たとえ東京大学に入れなくても、理系を選ぶかもしれません。

Q2 保護者は進路にどう関わった？

基本的に「お前の人生だからやりたいようにやれ」というスタンス。あまり熱心に勉強しなかった時期でも、親に「勉強しなさい」と言われたことはないですね。東京大学志望について「いつか止められるだろう」と思っていたのですが、それはありませんでした。3年生になって早朝に登校するようになると、母は早起きしてお弁当づくりし、父は通勤時に学校まで車で送ることで応援の気持ちを示してくれました。それでいっそう「頑張らなくちゃ!」という気持ちになったものです。

Q1 2年生での中だるみ、あった？

ペースを崩さずコツコツ勉強していた1年生、受験と部活で多忙を極めた3年生に比べ、2年生の時は確かによく遊んでいました。でも、それで後悔はしていません。たまに友達とカラオケに行ったり、修学旅行ではしゃいだ時間のおかげで、まじめ過ぎてストレスに弱かった性格から、肩の力が抜けた明るい性格に変わることができました。徹夜で語り合える友達ができただけで、受験のつらい時期も乗り越えることができました。



カラオケに行った
時間もムダじゃない
(稲葉さん)

Q2 保護者は進路にどう関わった？

母が家族そろって食事をとることを大切にしていたので、その時によく進路の話もしました。だから、進路に対するぼくの考えを、家族はだいたい知っていたと思います。進学費用の面で、私立大への進学や下宿通いをしてよいかは親に相談しました。学費の安い国立大学に進学するよう言われていましたが、自分の気持ちを一生懸命話したら理解してくれ、ありがたかったです。合格後に進学先を決める際は親も親とたくさん話し、最終的にはぼく自身が納得いくほうを選ばせてくれました。



私を理解して
支えてくれた母に感謝!
(鳥居さん)

Q1 学んでおいてよかったと思うことは？

たくさんありますが、特に3年必修の「課題研究」に取り組んだ経験が大学で役立っています。2年生春のテーマ探しから始まり、3年生では現状分析、現場に足を運んでリサーチを積み重ね、1年かけて改善策を出しました。こんなふうに論理的に情報を整理して発表する機会を高校時代にもった人は少ないようで、大学の友人には「レポートがうまいね」と言われることも。社会に出てからも生かせるのかなと思っています。

Q2 保護者は進路にどう関わった？

母には高校選びの時から心配をかけていると思います。母は大学進学に強い普通科高校を勧めたのですが、私が選んだのはまったく異なる総合学科高校。「親が何を言ってもムダ、好きにさせるしかない」とあきらめたようです。「こうしなさい」といった指示はなく、相談にのったり励ましたりしてくれました。進学先の大学を決めた時も、新設学部の一期生ということで心配したようですが、私が説明すると納得してくれました。私の性格を一番理解してくれる存在です。

3月	2月	1月	12月	11月
----	----	----	-----	-----

春休み

冬休み

● 県主催の米国派遣に参加

● 学年末考査

○ 予備校の冬期講習に参加

● 後期中間考査

講習の内容や参加者の気迫から、受験が間近に迫ってきたことを自覚。

広い世界を見る機会には積極的に参加。一緒に参加した高校生の英語力に圧倒され刺激を受ける。



勉強熱心な韓国の高校生とふれあい、自分の暮らす環境が世界標準ではないと実感。もっと見識を広げたいという気持ちが一層強まった。

○ 進路情報を収集

● 定期考査、軽音楽部ライブ

○ 志望校について迷う



受験科目が少ない東京工業大学に志望を変えるか悩む。東北大学で下宿してもいいかも両親に相談。結局東京大学志望は変えないことに。

● 定期考査

● 文理選択

○ 生徒面談週間
「ストレスコントロール」に関する本を何冊か読む

勉強とギター練習の忙しさと、進路の悩みで気持ちがバタンク。寝坊ついでにテストをサボって映画に行ってしまった。高校の先生に呼び出されたが、不安な気持ちを話せてスッキリした。

興味発見

進路情報誌で慶應義塾大学の環境情報学部を知り、環境問題に興味。進路室にあった書籍などで環境関係の仕事について研究するなど、慶應義塾大学の環境情報学部がかなり気になるように。

この頃は物理学への興味は薄れていたが、理系の学問や職業に関する書籍を読んで、理系を選択。

● 球技大会

● 定期考査

○ 週末にホテルで結婚式の配膳のアルバイトを始める

○ ハンドボール部、公式戦で初勝利

● 修学旅行

○ 簿記の専門学校へ通い始める

● 定期考査



2月の修学旅行では熊本の阿蘇山へ

社会人としてのふるまいが身につく仕事を体験しておこうと思った。

高校在学中に日商簿記1級取得の記録を作りたいと思い、社会人の学校で10時過ぎまで勉強。

※ ●=学校行事、進路指導(主なもののみ) ○=個人的な活動、できごと

選択すればよいかという「軸」が見えてくるものです」(同)。

塾通いや部活動は本人の意思が大事

注意したいのは、子どもが勉強しないからと、本人が希望していないのに塾通いをさせたり、部活動をやめさせたりすること。

「高校生活は受験や将来のためだけに存在するものではありません。『部活に夢中になった』『学校行事を思いきり満喫した』といった満足感や達成感も必要。今を精いっぱい生きるお子さんを肯定して見守ってほしいですね」(同)。

3年生

最高学年としての役割と受験勉強で多忙に。進路決定のペースは人それぞれ

学校行事にも手を抜かず、後半で猛烈に追い上げ



- 模試(以後、月1回のペース)
- 前期生徒会長になる

- 高校総体

クラスメイトを見習い、早朝に登校して勉強するようになった。

- 前期中間考査



- 学園祭

受験を理由に中途半端なことをしたくなく、演劇の出し物に没頭。仲間と激論を交わしながらつくりあげ、念願の最優秀賞を受賞。大きな達成感を得る。

- 国際高校生フォーラム
- 東京大学のオープンキャンパス参加

父に付き添ってもらって東京へ。決意を新たにした。

夏休み

息抜きしながら精神面の安定に努めた多忙な日々



- 模試(以後、約2カ月に1回のペース)

- 遠足(東京ディズニーランド)
- スポーツ祭

周りは勉強ムードで5時頃帰る人もいたが、たまの息抜きとわりきり閉園時間まで思い切り遊んだ。

- 定期考査

- 合唱祭

- 進路行事で東京大学、早稲田大学を見学

普段の日の静かなキャンパスの様子や学生の雰囲気をチェック。

夏にやりたいことができる、大学とめぐり合う



- 課題研究が本格的にスタート
- 授業で株式会社模擬経営を体験
- 遠足
- 体育祭
- 定期考査

社長役に立候補。会社設立から株主への利益還元まで、簿記の知識を生かして奮闘。社長の仕事がいかに決断の難しい仕事か知る。

発見

放置自転車について調べるうちに、「街づくり」に強く関心をもつように。大学に行って専門的に学んでみたいという気持ちが芽生える。

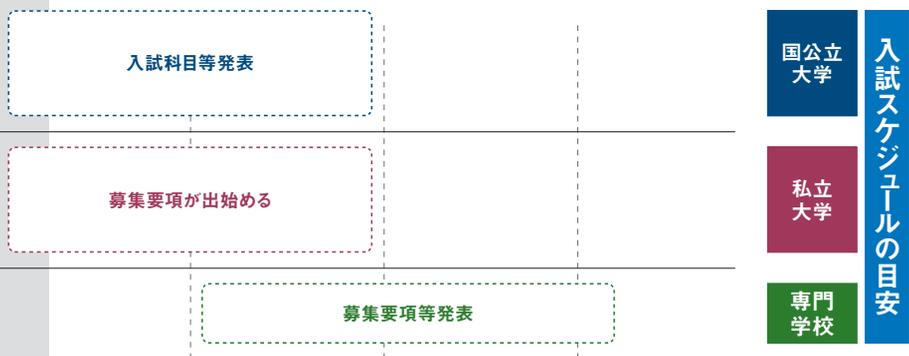
- 定期考査

やりたいことができる学部かどうかわからないというモヤモヤを抱えながら、とりあえず印象の良い大学を受験。自分でも納得のいくアピールができず、不合格をもらった大学もあった。



8月までに約10校の大学を訪問。しかし、「街づくり」ができそうな大学が見つからず、大学進学に対する希望が薄れていった。

- A O入試を受け始める
- 東京都市大学都市生活学部を知る



信じて応援することが子どもの大きな力に

学校行事や部活動の中心としての活躍が期待されるなか、受験が目前に迫る3年生は、大変忙しくなります。学校生活だけにのめり込んであつと苦労するし、かといって受験対策だけでも息切れしてしまいます。子どもなりに優先順位をつけ、両立させていくことが大切でしょう。

また、成績が思うように伸びない、模試の判定が悪いなどで落ち込む時期は、多くの子どもにもあるもの。保護者も心配になり早い段階で志望校を再考させたりなりませんが、最後の追い込みで状況は大きく変わります。

「自分を過小評価する生徒は多いですね。『自分を信じて』と励ましていますが、本人以上にその子のことを信じてあげられるのが親。信じてくれている人がいれば、子どもも踏ん張れると思います(同)。

直前の進路変更もありえると覚悟を

この時期でも、大学進学をやめたい、別の進路を目指したい、など子どもの考えが変わることはあります。周囲はうろたえてしま

