

和の光

宝塚市立西谷中学校



3年生の皆さんに向けて
～希望する進路を切り拓こう～

校長 筒井 啓介

先日、3年生の進路説明会が開催されました。学年の先生から進路決定までの流れ、公立高校の入試制度（学力検査・推薦・特色選抜）と私立高校の入試制度（専願・併願）の説明などが行われました。また最終の進路希望調査が配布され、これから進路選択に向けた取り組みが本格的に進んで行きます。

各自の希望する進路を実現するために私からのアドバイスを下記に記しておきますので、ぜひ参考にしてください。

①家庭学習の徹底

私立高校の入試と公立高校の推薦・特色選抜は2月に実施、公立高校の学力検査は3月に行われます。受験（受検）までの残された日程を逆算し、計画的に学習に取り組んでいくことが大切です。自分で計画を立てて毎日2～3時間は家庭学習に取り組んでいきましょう。

②3教科（国語・数学・英語）をまずはおさえる。

私立高校は国語・数学・英語の3教科受験の学校が多いです。また、公立高校の学力検査は国語・数学・英語・理科・社会の5教科です。つまり、受験（受検）の手段で考えると、**国語・数学・英語は高校受験（受検）で必ず必要になる教科です。**また、この3教科は相互に関連したり、他の教科（理科・社会など）の学習にも関連したりします。一言でいえば、**国語・数学・英語は教科を学習する上での基礎になるといえます。**

③入試問題に慣れる。

受験（受検）しようと思う高校の過去問に挑戦してみましょう。時間を決めて、**過去3年間くらいの問題を解いてみると、その学校の出題傾向が分かります。**その出題傾向を踏まえた上で、受験（受検）勉強に臨んでください。特に英語では長文が出題されるので、長文に慣れることも必要です。**公立高校の過去問では、平均65点を目安に頑張って欲しいと思います。**

④社会情勢に目を向ける。

公立高校の推薦・特色選抜を受験する場合、小論文が出題されたり、面接が行われたりします。この時、環境問題や少子高齢化問題、SDGsなど、社会や世界で問題になっている事が取り上げられることが多いです。テレビや新聞の記事で社会情勢に関する問題に目を向けると役立つヒントがたくさんあります。

⑤夜型は朝型に替える。

受験（受検）勉強をするために、夜遅い時間まで勉強する人もいると思います。私自身も中学生の頃、夜中の1時頃まで勉強をしていたことがあります、次の日、授業中に睡魔で悩まされることがありました。これでは本末転倒ですね。**人間の頭が正常に働くには、起床後2～3時間はかかると言われています。**そのことを考えれば、深夜まで勉強するなら、朝早く起きて勉強する方が効率的だと言えます。実際のところ入試は9時頃に行われる所以、その時間に頭がフル回転するには6時頃には起床しておく必要があります。ぜひ、夜型の人は早めに朝型に切り替えましょう。

⑥高校は合格して終わりではない。

「高校に合格すれば良し」ではありません。**高校でしっかりと学び、3年後に希望の進路を勝ち取るためには、学びは継続することが大切です。**多くの高校が合格発表後に学習課題を出し、4月に課題テストを行います。**中学までの学習がしっかりと身に付いていなければ高校の学習で良いスタートが切れなくなります。**

⑦適度な気分転換と体調管理も大切です。

受験生だからといって勉強ばかりしていると、心も体もまいってしまいます。勉強の合間に適度に気分転換することも必要です。要するに**勉強と休憩のスイッチを適切にON・OFFすること**が必要です。気分転換に音楽を聴いたり、運動をしたり…。また、入試の時期は風邪が流行るおそれがあります。**普段の生活で3食しっかりと食事をとる。早寝早起きの習慣を身に付けるなど、体調管理にも気を配ってもらいたい**と思います。

3年生のさんは修学旅行・ふれあい運動会・文化発表会の書道パフォーマンスなどで、3年間に積み上げた力を発揮してくれました。**個性豊かな15名の3年生、皆さんにはまだまだ無限の可能性が秘められています。**輝かしい未来を手にするために、あきらめることなく努力を積んで行こう！！**自分の殻を破ろう！！**

最後に、兵庫県出身の冒険家 植村直己さんの植村語録「植村直己さんがイノチかけてつかんだコトバ」から次のことばを皆さんに送ります。

■やったことの大きい、小さいではなく

自分の夢に向かって
どれだけ「心」を賭けることができたかが大切である。（冒険家 植村直己）

■ひとつひとつ強い決意のもとに

全精神力を集中してやりぬいてきたのだ。
精神を強靭にすれば、
道は必ず開けると私は思う。（冒険家 植村直己）

■ 「やっちゃん！ 西谷Day」大成功です！！ その3（人権講演会）

午後の部は人権講演会でした。講師にBOROさんをお招きし、「学校・家庭・地域と育む教育～BOROと一緒に使命について考えよう～」という演題でお話を聞かせていただきました。

BOROさんは幼い頃は病弱であったこと、小学生の頃に詩を書いて先生に褒めてもらったことがきっかけで詩を書くことが好きになったことなど、人との出会いに大きな影響を受けたそうです。また、歌手になってからも「あやかちゃん」との出会いから難病に対する研究を支援するための活動として「AYAKA基金」を設立し、長年にわたって募金活動を続けられていることを語ってくださいました。お話の中で「人には誰にも使命がある」という言葉が印象的でした。

また、「大阪で生まれた女」を歌っていただいたり、会場のみんなと「ランナーの靴音」を熱唱したりして盛り上りました。気が付けばあっという間に時間が過ぎていきましたが、会場に参加したみなさんの表情からはBOROさんの講話と歌を通して心が一つに通い合い、「使命」を大切にしながら明日からも頑張って行こうという勇気を持てたと感じました。



BOROさんの講話と熱唱に参加者的心が引き込まれます



世代を超えて盛り上ります



BOROさんと西谷中生で記念撮影 2025.11.08