



長野吉田高校進路室だより

1・2年生版
- 9月号 -
2025. 9. 16発行

◆ 9月が（もう）半分終わりました

2学期は1・2年生にとって、充実の時、飛躍の時です。

生徒会や班活動が代替わりして、責任ある立場になって意気込んでいる人もいるでしょう。新人戦や県総文祭でよい結果を出そうと、頑張っている人もいるでしょう。修学旅行や大学・企業見学といった学年行事を楽しみにしている人もいるでしょう。

一方でこの時期は「中だるみ」が起こりやすい時期でもあります。



▲大学生の話を聞く会（8/26）の様子。

- 春のスタート時の緊張感が失われ、慣れと惰性で1日1日が過ぎてしまう。日々の勉強の大切さは頭では分かっているけれど、「とりあえず」今日は疲れているし…。
- 気がつくとまたテスト直前。一夜漬けで答えを暗記するような勉強が何の役にも立たないことは分かっているけれど、また今回も「とりあえず」しねぐ。いつもテストが終わった後には「次はもっと早くから、計画的に取り組むぞ」と誓うのに、気がつけばもう何度も同じパターンを繰り返している…。
- 進路調査や模試で記入する志望校。いろいろ調べてみなければならることは分かっているけれど、また今回も「とりあえず」書く。書くのはまあまあ有名大学、難関大学。で、今のところはC判定、D判定だけれども、そのうちに本気出せば成績は上がっていく…はず。

こうした「とりあえず」が習慣化された中で、何かが自然に改善される、ということはありません。現状の課題を自分ごととして直視し、それを改善しようと意識的に行動を変えることでしか、自分を良く変えることはできません。ではどうすれば…。まずはこうしたネガティブな「とりあえず」を、（小さなことからでいいので）具体的な「ポジティブな」行動に変えてみましょう。

- 分からないことを「とりあえず」放置→すぐに先生に質問する。
- 「とりあえず」思いつきで勉強→学校にいるうちに「今日やるべきこと」のメモを作る。
- 「とりあえず」スマホをさわる→（少なくとも）今日の課題が終わるまでは、スマホをさわらない。
- 疲れたので「とりあえず」休む→どんな時でも寝る前に必ず10個覚える…など。

そしてこのポジティブな行動が「習慣化」するまで我慢して頑張りましょう。お風呂だって歯磨きだって、皆さんのが小さい頃はきっと「いやだいやだ」と駄々をこねていたでしょうが、習慣化した今はとなっては「やらないと気持ちが悪い」くらいのものですよね。これを目指したい。

1・2年の2学期を「中だるみ」で過ごすか、「ポジティブな行動の習慣化」に取り組むかは、今後の高校生活、そして進路実現に大きな違いを生み出すはず。ぜひこの2学期を、充実、飛躍の時にしましょう！

◆ 文理選択・講座選択を前に

2学期は講座選択=次年度の履修科目の選択の時でもあります（今週の木曜日は説明会が行われます）。

理屈から言えば、履修科目を選択するには入試科目が決まらねばならず、入試科目が決まるためには志望学部（少なくとも学問分野）が決まらねばならず、志望学部・分野が決まるためには将来の職業が決まらねばならず…ということになります。とはいえ、1・2年生の段階でこれらをすべて見通して履修科目の選択に臨むことができる人は、それほど多くはないでしょう。むしろ「決めなければ」という思いが強いばかりに、かえって迷ってしまう人もいるのではないかでしょうか。8月に行われた「大学生と語る会」に参加してくれた先輩の1人が、こんなことを言っていました。

「今の進路を選ぶまでに、私は迷いに迷いました。最初は文系と言い、その後は理系と言い、医療系と言い、いや心理学だと言い、さんざん迷った挙句に、食糧生産、農学部に進みました。でもいろいろ悩んで、とことん検討したおかげで、本当に納得のいく進路選択ができたと思っています」

何が好きか、何に向いているかというのは、ただ1人で悶々と考えて答えが出るものではありません。いろいろなことを学んだり経験したりする中で、それに対する自分の反応として立ち上がるものです。『新

『13歳からのハローワーク』(村上龍 幻冬舎)には、次のような言葉があります。

「好きなことを探しなさい」「好きなことを見つけなさい」とよく言われます。でも、それではどうやって探せばいいのか、どうすれば見つけることができるのか、教えてくれる人はなかなかいません。それは、13歳にとっての「好きなこと」、大人にとっての「向いている仕事」というのは、探せば見つかるというものではないからです。(中略) それは「探して見つける」ものではなく、「出会う」ものなのです。

2学期は各教科の学習も一段と深いものになり、その中で「出会う」こともあるでしょう。修学旅行や大学見学など学校の外に出ていく中で「出会う」こともあるでしょう。友だちや家族との関わりの中で「出会う」こともあるかも知れません。こうした「出会い」を敏感に感じ取り、また感じ取った「出会い」を面白がって追いかける中で、自分にとって納得のいく選択ができると思います。

ただ一つ気を付けたいのは、最終的な選択は必ず「自分でする」ということです。人に頼った選択をした人は、苦しくなった時にそれを「人のせい」にしています。誰でもない自分の人生、人のアドバイスはよく聞くとしても、最後は「自分で決める」という覚悟と責任を持ちたいものです。

◆ 文理・科目選択のスケジュール

9/18 (木) 1・2年選択説明会

→進路係からの概要の説明に加えて、各教科担当からも「どういう生徒がこの科目を選択すべきか」などといった具体的な説明がなされます。

9月下旬 第1次選択調査（予備調査）提出 ※締切日は学年より連絡あり。

10/9 (木) ~10/17 (金) 面談週間

第1次選択調査の内容をもとに、生徒とクラス担任と確認・相談します。

10月下旬 第2次選択調査（最終調査）提出 ※締切日は学年より連絡あり。

→面談の結果を経た最終的な選択希望を提出します。これ以降の変更は原則として認められません（この結果をもとに11月上旬に次年度教科書の需要数が決まり、教員人事も決まっていくため）。

12/19 (金) ~12/25 (木) 保護者懇談会

→来年度の選択について最終的な確認をします（あくまで最終確認であり、選択自体は本人・保護者の合意のもとに10月下旬までに終わっている、という前提でお願いします）。

1・2学年 9~10月の進路行事

9/18 (木) 選択説明会

9/22 (月) ~9/26 (金) 中間考査

9/29 (月) ~10/2 (木) 2学年 修学旅行

10/2 (木) 1学年 大学・企業見学

10月下旬 第1次選択調査（予備調査）提出 ※締切日は学年より連絡あり。

10/9 (木) ~10/17 (金) 面談週間

10月下旬 第2次選択調査（最終調査）提出 ※締切日は学年より連絡あり。

10/25 (土) サタセミ

11/1 (土) ベネッセ総合学力テスト（進研模試）

※ 2年生はこの模試から地公・理科が加わります。

【3年生】大学入学共通テストの出願（9/16～）、総合型選抜の出願（9/1～）が始まっています。また、学校推薦型選抜の出願（11/1～）準備が進められています。

※ 従来の土曜に加え、2学期から日曜の学習室開放が始まりました（右*の日）

9月	
16 火	
17 水	
18 木	P 講座選択説明会[1・2]
19 金	
20 土	○ 小論文模試[3]
21 日	○
22 月	▲
23 火	○ 秋分の日
24 水	▲
25 木	▲
26 金	▲
27 土	○
28 日	○
29 月	修学旅行[2]
30 火	修学旅行[2]
10月	
1 水	修学旅行[2]
2 木	修学旅行[2] 大学企業見学[1]
3 金	○ 援替休日(7/6)
4 土	○ 全統共テ模試[3]
5 日	○
6 月	
7 火	A
8 水	
9 木	
10 金	
11 土	○
12 日	○
13 月	○ スポーツの日
14 火	P 一斉委員会 授業公開
15 水	授業公開
16 木	
17 金	
18 土	PTA環境整備事業 ○ 県総文祭 総合フェス 全館記述模試[3]