

進研ゼミ 高校講座

新高1生向けセミナー

北海道大、東北大に合格した先輩に学ぶ！

# 大学入試&高校式テスト対策 まるわかりセミナー

北海道・東北エリア

オンライン 進路セミナー

《講師》

進研ゼミ 高校講座  
進路指導センター

たなか

田中

まみこ

万美子



# CONTENTS

01. 大学入試の仕組みQuiz
02. 北海道・東北エリアの「国公立大」の合格・不合格を分けるカギと高1からの合格戦略とは？
03. 進研ゼミ 大学生コーチが語る「北海道大」、「東北大」合格につながった高校式テスト勉強法

# 大学生の紹介



北海道大  
くろねこ先輩



東北大  
めいめい先輩

# 01. 大学入試の仕組みQuiz



問題.

大学入試における**選抜方式は何種類？**

A:1種類

B:2種類

C:3種類

D:4種類

問題.

大学入試における**選抜方式は何種類？**

正解は、

**C:3種類**

# 大学入試の選抜方式

## 一般選抜

### 学力検査 が中心

大学入学共通テストや個別学力検査を中心に、多面的に判定。国公立大の場合、個別学力検査は「前期日程」と「後期日程」、そして「中期日程」(一部の公立大のみで実施)の組み合わせで、最大3回の受験が可能。

## 学校推薦型選抜

### 学校からの推薦 が必要

高校の推薦を受けることで出願できる入試方式。選考は書類審査や小論文、面接が中心だが、一部の国公立大は共通テストや独自の学科試験を課すこともある。「指定校制」と「公募制」の2つの種類がある。

## 総合型選抜

### 学ぶ意欲や入学後 の目標を重視

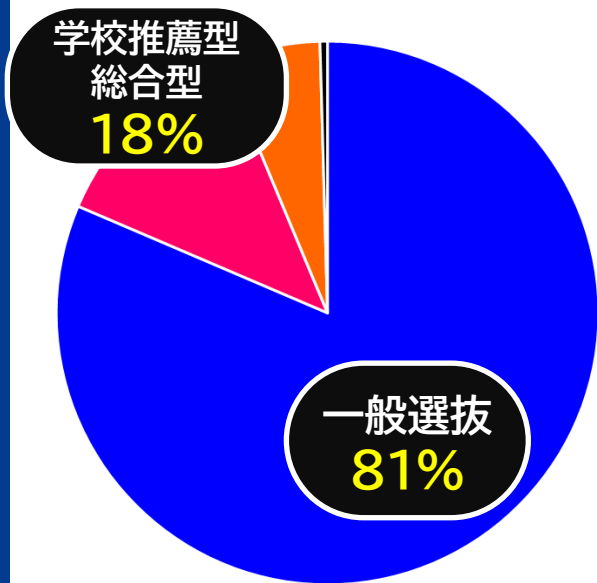
学校長の推薦は基本的に不要。書類審査や面接だけでなく、知識や思考力・表現力等、多面的に評価する選抜方法が増えている。「その大学でこんなことを学びたい」という意欲や入学後の目標が重視される。



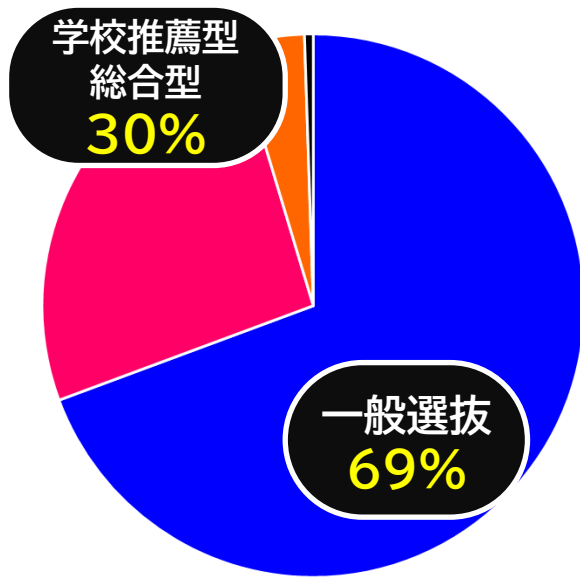
# 選抜方式ごとの入学者数

※文部科学省「令和5年度国公立大学入学者選抜実施状況」をもとに作成

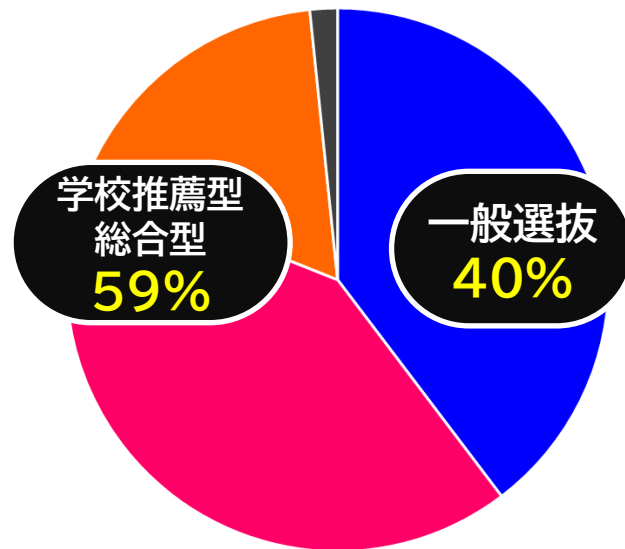
## 国立大



## 公立大



## 私立大



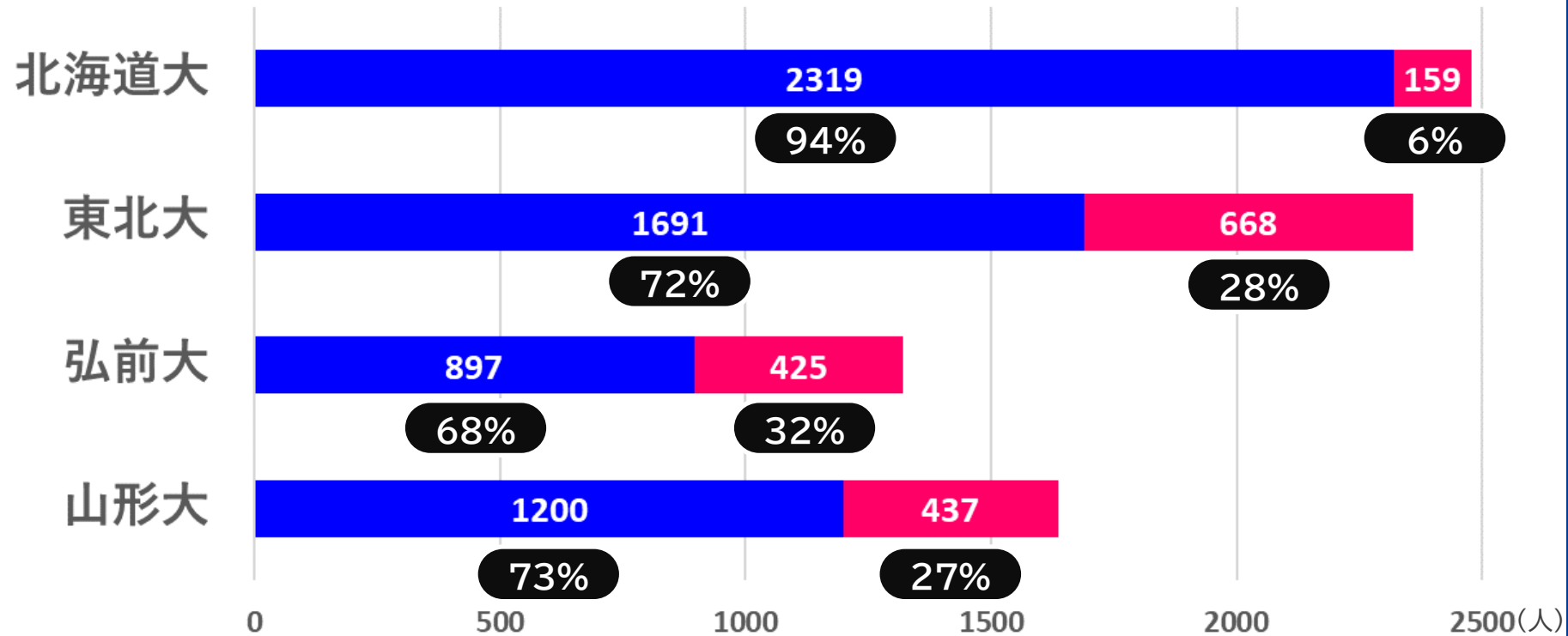
■ 一般選抜 ■ 学校推薦型選抜 ■ 総合型選抜 ■ その他



総合型/学校推薦型選抜は拡大傾向

# 【参考】東北エリアの選抜形式別の募集人員

■ 一般選抜 ■ 推薦入試（学校推薦型／総合型選抜）



※文部科学省「令和6年度国公立大学入学者選抜の概要」をもとに作成  
[https://www.mext.go.jp/content/20230925-mxt\\_daigakuc02-000032017\\_1.pdf](https://www.mext.go.jp/content/20230925-mxt_daigakuc02-000032017_1.pdf)

# 大学入試(一般選抜)の合格・不合格

国公立大の多くは、

共通テストの  
得点

+

各大学の  
個別試験の  
得点

= **合計得点**で

合格・不合格が決まる

問題.

大学入学共通テスト **2025年度の出題教科・科目数**は？

A:6教科30科目

B:7教科30科目

C:6教科21科目

D:7教科21科目

答.

大学入学共通テスト **2025年度の出題教科・科目数**は？

正解は、

**D:7教科21科目**

# 【参考】2025年度共通テスト出題科目

教科	グループ	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
数学	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」, 「ドイツ語」, 「フランス語」, 「中国語」, 「韓国語」 ※「英語」については, ICプレーヤーを使用する試験も実施。	80分 【ICプレーヤーを使用する試験】 60分 (うち解答時間30分)
情報		「情報Ⅰ」	60分

## 問題.

次の内容は正しいか、誤りか？

大学入試(一般選抜)の入試科目・配点は  
大学や学部によって異なる

A:正しい

B:誤り

答.次の内容は正しいか、誤りか？

大学入試(一般選抜)の入試科目・配点は  
大学や学部によって異なる

正解は、

A:正しい



# 大学入試(一般選抜)の合格・不合格

国公立大の多くは、

共通テストの  
得点

+

各大学の  
個別試験の  
得点

= **合計得点**で

合格・不合格が決まる

# 入試科目・配点は、大学や学部によって異なる

	共通テスト						個別試験					
	国語	歴公	数学	理科	外国語	情報	国語	歴公	数学	理科	外国語	その他
北海道大工 [後期]	100	50	100	100	100	配点なし	-	-	150	150	-	-
	450						300					
東北大工 [前期]	200	100	200	200	200	50	-	-	750	750	500	-
	950						2000					
秋田大理工 [前期a]	100	50	200	200	200	100	-	-	250	150	-	調査書 20
	850						420					

※2025年度入試における各大学公表資料をもとに弊社作成

# 大学入試の選抜方式

## 一般選抜

### 学力検査 が中心

大学入学共通テストや個別学力検査を中心に、多面的に判定。国公立大の場合、個別学力検査は「前期日程」と「後期日程」、そして「中期日程」(一部の公立大のみで実施)の組み合わせで、最大3回の受験が可能。

## 学校推薦型選抜

### 学校からの推薦 が必要

高校の推薦を受けることで出願できる入試方式。選考は書類審査や小論文、面接が中心だが、一部の国公立大は共通テストや独自の学科試験を課すこともある。「指定校制」と「公募制」の2つの種類がある。

## 総合型選抜

### 学ぶ意欲や入学後 の目標を重視

学校長の推薦は基本的に不要。書類審査や面接だけでなく、知識や思考力・表現力等、多面的に評価する選抜方法が増えている。「その大学でこんなことを学びたい」という意欲や入学後の目標が重視される。

# 【参考】北海道・東北エリア 学校推薦型・総合型選抜の例

## 東北大 文学部

### 総合型選抜（AOⅡ期）

#### ■ 出願要件 ■

- ・ 学習成績概評A段階 **（4.3以上）**
- ・ 文章に対する読解力と表現力の面で卓越した能力を持つ など

#### ■ 選抜方法 ■

- 1次：書類審査（調査書・志願者評価書、**志望理由書、活動報告書**、英語資格・検定の証明書）
- 2次：**筆記試験**（① 英文読解力、② 日本語長文の読解力と要旨や自分の考えを述べる表現力）、**面接**

## 北海道大 理学部（物理）

### 総合型選抜（フロンティア入試）

#### ■ 出願要件 ■

- ・ 「数学Ⅲ」「物理基礎・物理」履修
- ・ 研究の遂行に必要な物理学の基本的知識と思考法を修得している など

#### ■ 選抜方法 ■

- 1次：書類審査（調査書・個人評価書、**自己推薦書**）
- 2次：**筆記試験**（①計算を主とする数学の基本問題 ②数学及び理科〈物・化〉の論述問題）、**面接**

※北海道大・東北大 2024年度 学生募集要項をもとに作成



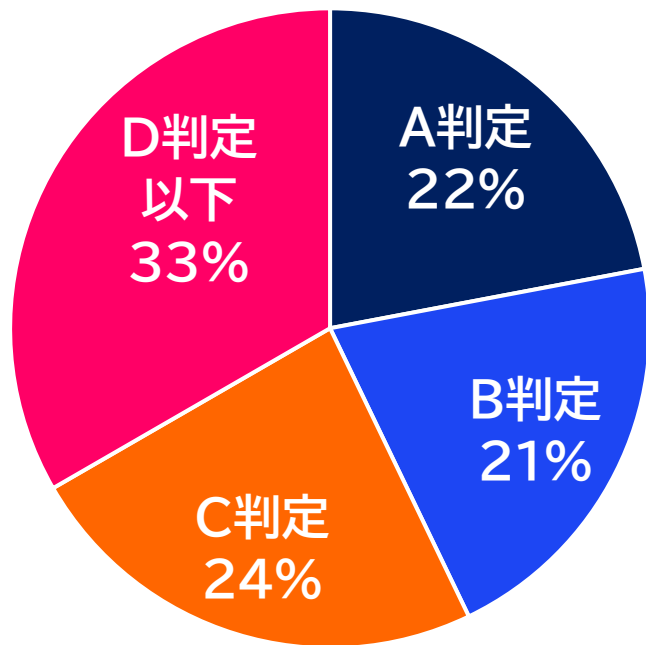
## 02.

# 北海道・東北エリアの国公立大の 合格・不合格を分けるカギと高1からの合格戦略とは？

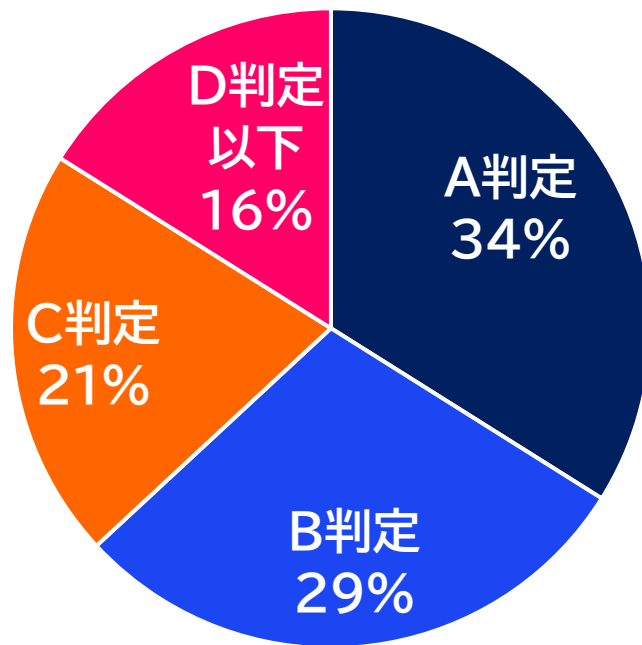
これ以降の資料「難関国公立大 合格者に聞いた!!」については特に断りが無い限り「全国の難関国公立大に合格した進研ゼミ生を対象にしたアンケート調査(2024年1月実施)」を基に作成

# 難関国公立大 合格者に聞いた!! 「第一志望大 模試判定は？」

## 最初の判定



## 受験直前の判定



ベネッセ調べ「全国の難関国公立大に合格した進研ゼミ生を対象にしたアンケート調査」より

難関国公立大 合格者に聞いた!!

# 「ズバリ、国公立大学合格に必要な学習方針は？」

## A判定

1位  
基礎固めの徹底  
(75.4%)

2位  
計画的学習  
(57.9%)

3位  
苦手克服、  
苦手をつくらない  
(36.8%)

## B判定

1位  
基礎固めの徹底  
(69.4%)

2位  
計画的学習  
(44.9%)

3位  
苦手克服、  
苦手をつくらない  
(38.8%)

## C判定

1位  
基礎固めの徹底  
(68.6%)

2位  
記述問題の対策  
(45.7%)

3位  
計画的学習  
(42.9%)

## D判定以下

1位  
基礎固めの徹底  
(81.5%)

2位  
計画的学習  
(37.0%)

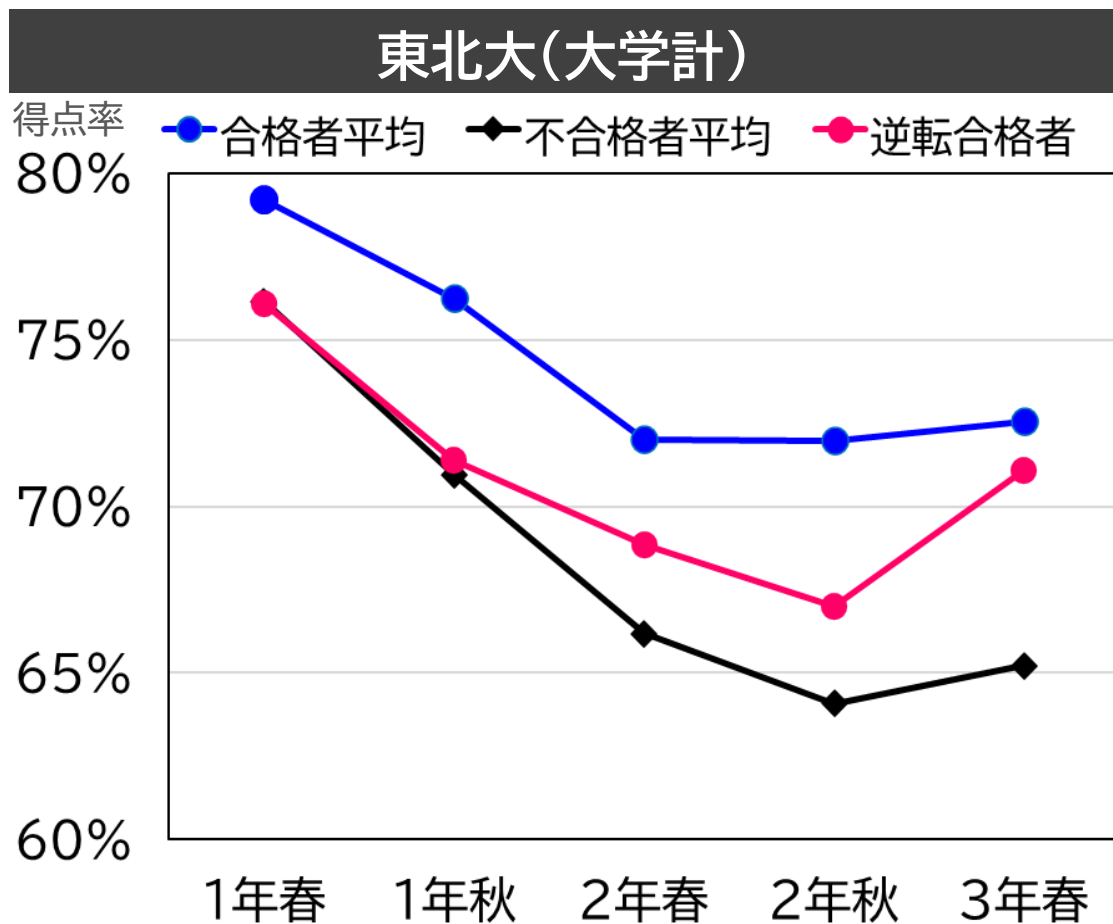
3位  
苦手克服、  
苦手をつくらない  
(33.3%)

# 「本番の強さ」は、基礎の積み重ねのもとに生まれる

基礎力を  
しっかりと伸ばせば、  
逆転合格も可能である  
ということが、  
先輩たちのデータからも  
わかる

2020年～2022年スタディーサポート入試結果調査より集計。後期日程および医学部医学科を除いて集計。

※＜スタディーサポートとは＞基礎学力の定着度の定点観測を行う、ベネッセコーポレーションのアセスメント。高1～高3にかけて全5回実施

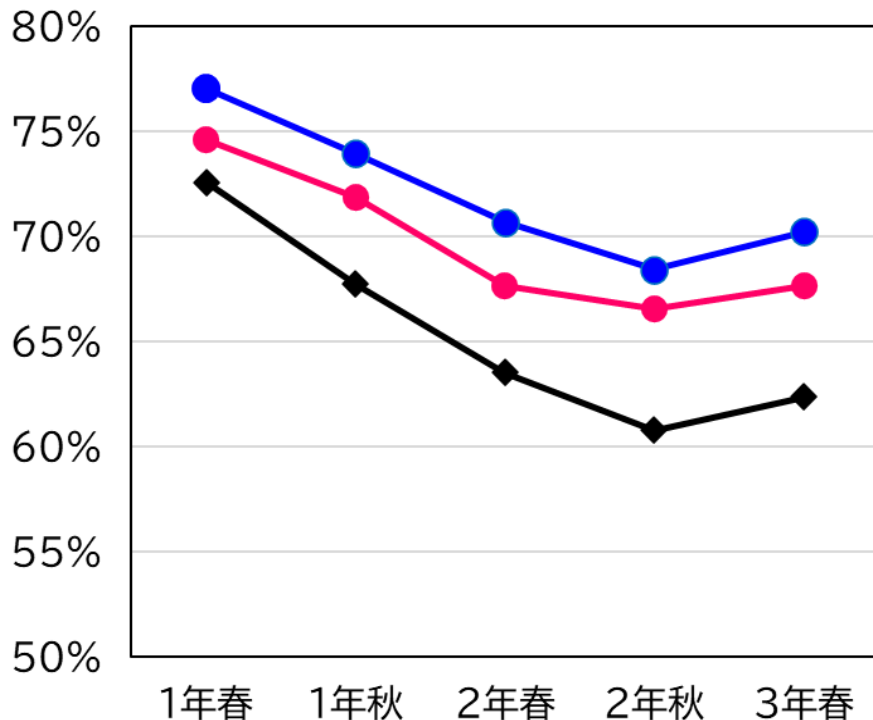




# 「本番の強さ」は、基礎の積み重ねのもとに生まれる

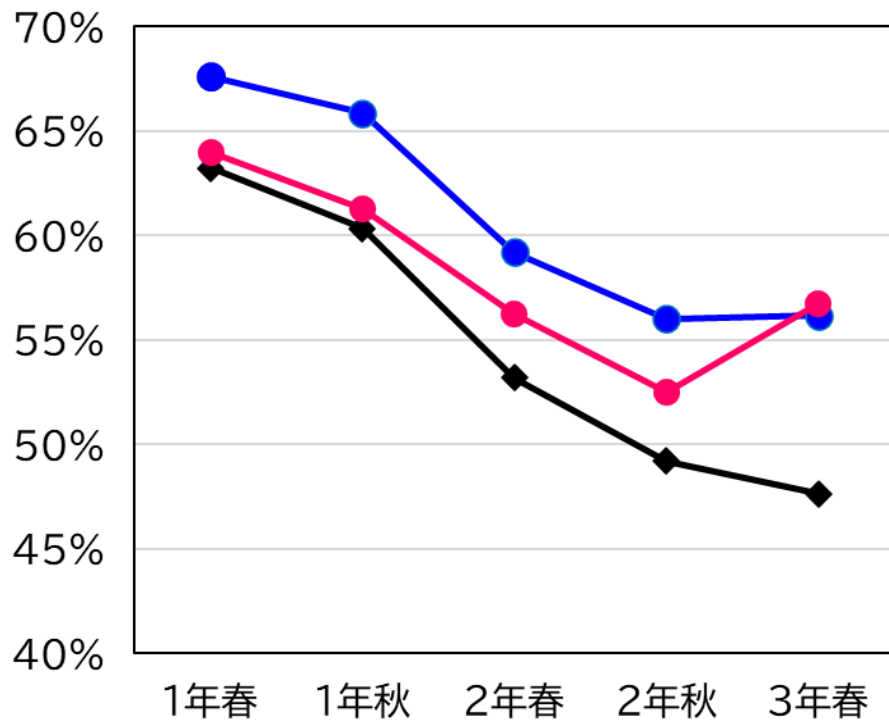
## 北海道大(大学計)

得点率 ●合格者平均 ◆不合格者平均 ●逆転合格者



## 弘前大(大学計)


得点率 ●合格者平均 ◆不合格者平均 ●逆転合格者



2020年～2022年スタディーサポート入試結果調査より集計。後期日程および医学部医学科を除いて集計

# 難関国公立大 合格者に聞いた!! 「部活はやっていました？」

部活をやっていました？

「やっていました」  
89.3% 

どれぐらいの頻度？

「週6日以上」 44.4%

「平日は毎日」 23.3%

「週1日程度」 17.9%

「週2～3日」 13.9%

難関国公立大 合格者に聞いた!!

「どれぐらい、何を、勉強していた？」(高1生時)

平日の学習時間

休日の学習時間

最も重視した学習・対策

A・B判定

60分  
(34.9%)

180分以上  
(25.5%)

定期テスト対策(52.8%)  
授業の予習復習(41.5%)

C・D判定

60分  
(45.2%)

90分  
(25.8%)

授業の予習復習(48.4%)  
定期テスト対策(43.5%)

➡ 両者とも「学校中心の学習」であることに差は無いが、  
休日の学習時間に差が出ている

難関国公立大 合格者に聞いた!!

「どれぐらい、何を、勉強していた?」(高3生 夏まで)

平日の学習時間

休日の学習時間

最も重視した学習・対策

A・B判定

180分以上  
(39.6%)

180分以上  
(68.9%)

基礎固め(52.8%)

苦手対策(17.9%)

C・D判定

120分  
(32.3%)

180分以上  
(61.3%)

基礎固め(56.5%)

苦手対策(16.1%)



両者とも学習時間が増加、  
基礎固めを最も重視するように

# 苦手対策、克服をし、「総合得点力」を上げられるかがカギ

2023年度 共通テスト  
予想平均点(得点率)※1

5-8文系 532(59.1%)

5-7理系 551(61.2%)

2023年度 入試結果  
合格者の共通テスト平均得点率 ※2

北海道大  
教育(前期) 77.2%

東北大  
教育(前期) 75.3%

秋田大  
教育(前期) 61.2%

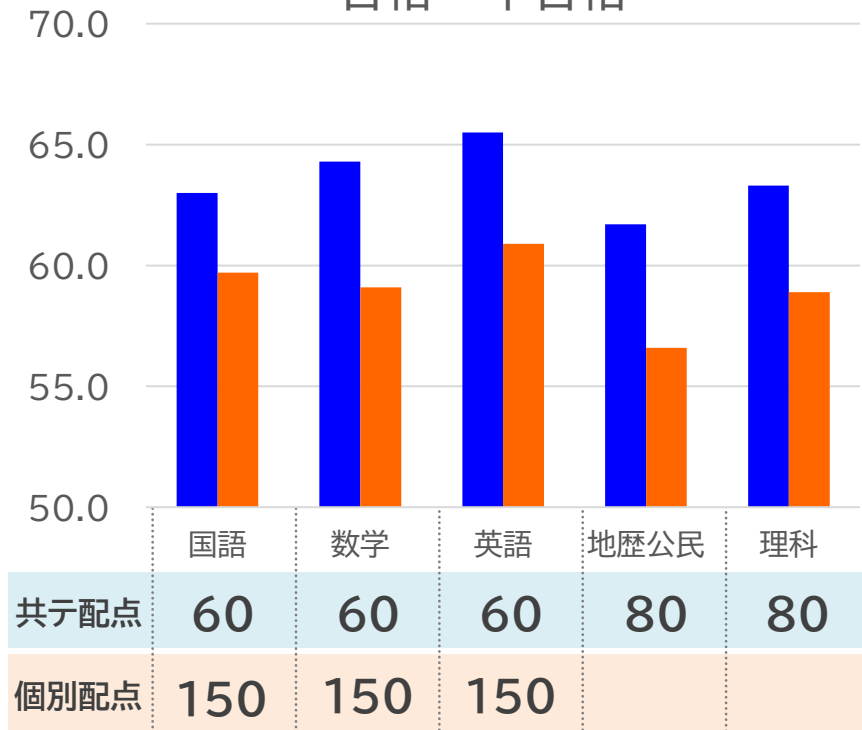
※1:予想平均点はデータネット実行委員会で推定した900点満点での平均点

※2:各大学の合格者平均得点率はベネッセ入試結果調査より

# 苦手対策、克服をし、「総合得点力」を上げられるかがカギ

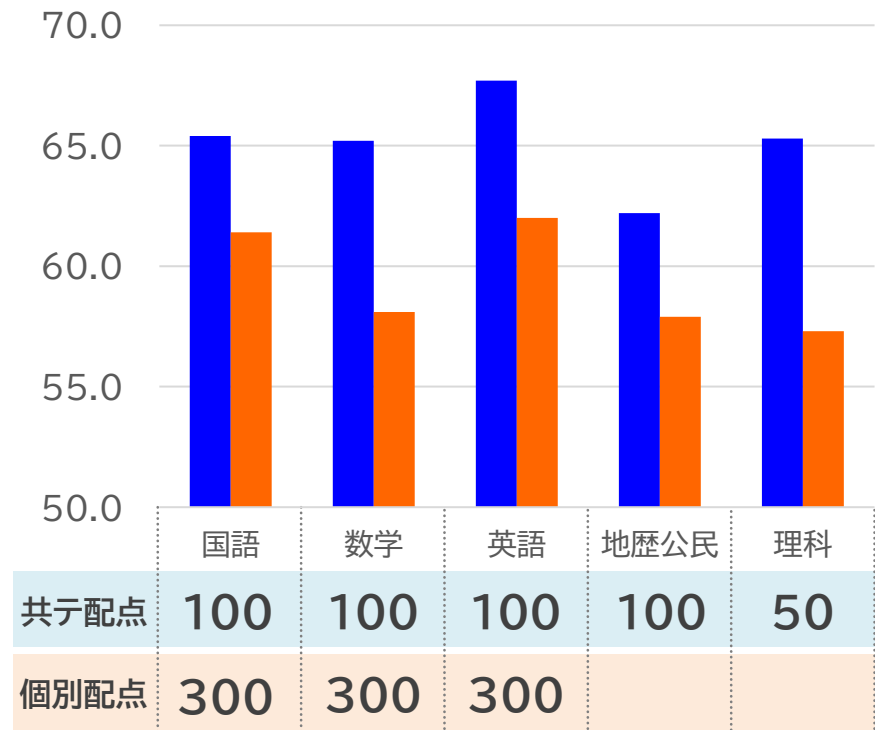
## 北海道大・法(前期)

■合格 ■不合格



## 東北大・法(前期)

■合格 ■不合格



※各大学の配点は2023年度入試のもの ※各大学の合格者・不合格者平均偏差値はベネッセ入試結果調査より

## 難関国公立大 合格者に聞いた!! 「苦手対策、克服は？」

### 苦手をつくらないために行動していたこと、意識していたことは？

- 授業中で理解しきれるように、集中して授業に臨むようにしていた(27.5%)
- 理解できなかった箇所をすぐに先生や友人に質問し、解消していた(25.4%)
- 授業の内容を短い期間(その日、その週のうちに)で復習していた(20.2%)

### 苦手が出来てしまったときに、行動していたこと、意識していたことは？

- 教科書の例題など、基礎問題を解き直していた(32.5%)
- 理解できなかった箇所を、すぐに先生や友人に質問していた(27.7%)
- どの分野・項目が、なぜ苦手なのかを把握し、対策していた(18.8%)

# 大学生の紹介



北海道大  
くろねこ先輩



東北大  
めいめい先輩



先輩直伝★志望大合格！

# 塾に通わずに北海道大に 合格したテスト勉強法



北海道大学医学部保健学科

くろねこ

# 自己紹介



くろねこ

北海道大学医学部保健学科

## ▶ 出身高校

北海道 公立高校

## ▶ 得意科目

英語

## ▶ 苦手科目

数学

## ▶ 部活・課外活動

写真部 週3回

## ▶ 大学で学んでいること

身体や精神に障害がある方への  
作業療法について

# 高校の学習スタイルを確立！ 高1スタートのポイント

---



## 高1初期の状況

- ・学力状態はまずまずだった！
- ・新入生テストもいい感じ！
- ・北海道大も十分ねらえる距離だった！



## 大学合格につながったこと

だんだん勉強も難しくなる…



高1の段階で、**短い時間でも毎日勉強するという習慣**をつけること！

# 高校で、定期テストはこう変わる！

---



## テスト範囲が広い！

中学に比べて高校の授業は進むスピードが速いため  
その分**1回の授業で扱う量が多い**  
内容もより深くなり、**覚えるべきことが増える**



## 計画を立てて取り組もう

テストまでの**2週間の勉強計画を立てること！**  
一日の勉強内容をおおまかに決めておこう

# 高校初回の定期テスト成功！ 学習計画

高校入学

4月

## 高校に慣れる

環境が大きく変わると疲れがたまりがち。最初から100%を目指そうとせず、**まずは高校生活を知ろう**

5月

## 授業理解

授業の**復習をしよう**。**わからないことは早く解決**することが大切！

定期テスト2週間前から

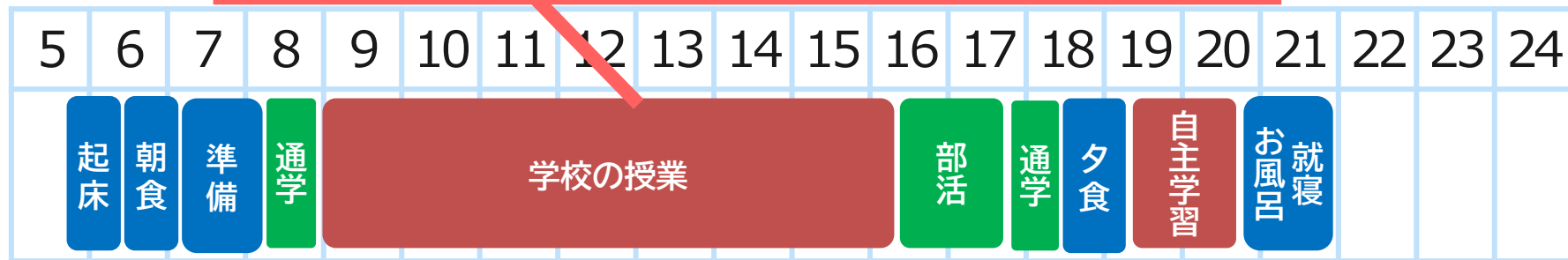
## テスト勉強開始

テスト範囲を確認し、**計画を立てよう**。計画はいつでも修正できるから、完璧でなくても大丈夫！

# 高1・1学期 1日の使い方

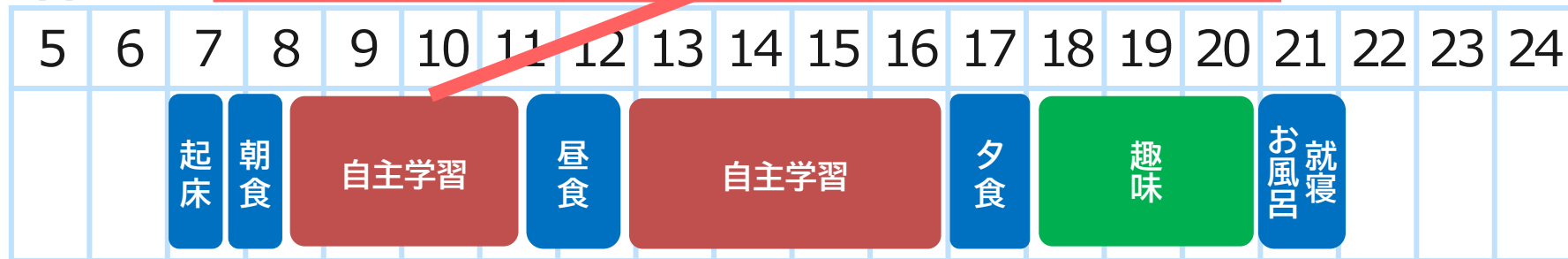
平日

休み時間を活用！



休日

早めに起きて午前中から勉強！



# 初回テスト成功！ニガテ防止法

---

## 数学

ポイント

1

### ふだんから2段階の復習

授業後の復習だけでなく、**章が終わった段階**や週末など**少し時間を空けた復習**も大切。

ポイント

2

### テストまでにニガテを解消

テスト前は忙しい…。少しでも**疑問に思ったことは、その時点で質問したり調べたり**しよう。

# まとめ 先輩からのメッセージ！

---



## 塾なし勉強法のコツ

計画を立てる！

やるべきことが明確になると  
自分で**勉強の管理がしやすい！**

しっかり復習する！

高1のうちから**復習の習慣**をつけておく  
ことは**受験勉強にもつながる！**



先輩直伝★志望大合格！

# 部活・習い事で忙しくても 東北大に合格したテスト勉強法



東北大学・文学部  
めいめい

# 自己紹介



めいめい

東北大学 文学部

## ➤ 出身高校

栃木県 公立高校

## ➤ 得意科目                      苦手科目

数学・英語                      国語

## ➤ 部活・課外活動

書道部週4回ほど 習い事週1回

## ➤ 大学で学んでいること

心理学

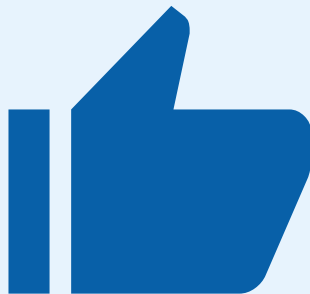
# 高校の学習スタイルを確立！ 高1スタートのポイント

---



## 高1初期の状況

- ・勉強習慣を身につけることができた



## 大学合格につながったこと

- ・予習・復習の徹底
- ・通学時間などのスキマ時間を有効活用してテスト対策

# 高校で、定期テストはこう変わる！

---



## 科目数が多く、範囲が広い

- ・中学のときより科目数が増える
- ・授業のスピードが速くなる分、範囲が広がる



## 計画的に勉強する

- ・勉強計画を立てて、計画的に勉強する
- ・予定が急に入ることもあるので、ゆとりをもった勉強計画を立てる

# 高校初回の定期テスト成功！ 学習計画

高校入学

4月

## 予習・復習の徹底

授業のスピードが速くなるうえに勉強内容も難しくなるので、普段から**予習・復習**をする

5月

## 勉強スタイルの確立

学校に慣れてくるので、どの時間を勉強に充てるかなど自分のスケジュールを把握し、**勉強スタイルを確立**する

定期テスト2週間前から

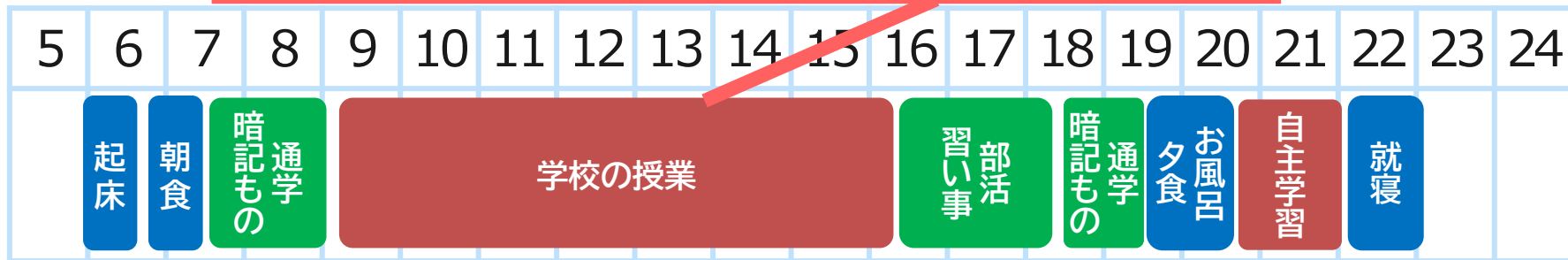
## 定期テスト対策

授業内容の復習をしっかりとる  
「定期テスト予想問題」を活用した**演習**を行う

# 高1・1学期 1日の使い方

平日

休み時間も有効活用！



休日

適度に息抜きしながら演習中心の勉強



# 初回テスト成功！ニガテ防止法

---

## 国語

ポイント

1

### 予習の徹底

古文・漢文は、予習の段階で新出単語や文法などをよく確認する

ポイント

2

### わからないことは先生に質問

理解が深まる  
+  $\alpha$  で教えてくれることも！

# まとめ 先輩からのメッセージ！

---



**小さな積み重ねを大切に！**

**予習・復習の徹底**

予習・復習を1年生のときからしっかり行い、苦手をなくしていく

**スキマ時間の有効活用**

スキマ時間を見つけて、少しでも勉強することを意識する



## 難関国公立大 合格者に聞いた!! まとめ

難関大合格を勝ち取っている先輩の  
高1の学習戦略は、

- ✓ 学校の授業・テストを軸に基礎固めの徹底を意識し、
  - ✓ 時間の使い方を工夫しながら、
  - ✓ 苦手対策、克服もしていくことで、
  - ✓ 総合得点力を上げている人
- ➔ これを、高1から(1日でも早くから)実行できる

会員  
限定

疑問はWebで解決！

高校生サクセスナビ「疑問解消」タブ

教えて！  
先輩ダイレクト

「ゼミ」出身の「先輩」(大学生)にWEB上で質問・相談できるサービス。  
学習法や進路選択などいろいろな悩みについて、先輩の実体験を踏まえたアドバイスを受けることができます。大学や先輩を指名して相談することもできます。

合格戦略アドバイス

ゼミの「進路のプロ」にWEB上で質問・相談できるサービス。  
全国の入試情報・データを踏まえた個別のアドバイスを受けることができます。模試結果を基にした進路選択や学習戦略についても相談ができます。

全国の「ゼミ」の仲間たちの質問とそれらへの回答を検索・閲覧することもできるので、見るだけでも悩み・疑問が解決します。

# 国公立大合格に向けて 進研ゼミの教材・サービス(新高1生 4月～) 合格に必要な基礎力を無理なく伸ばす

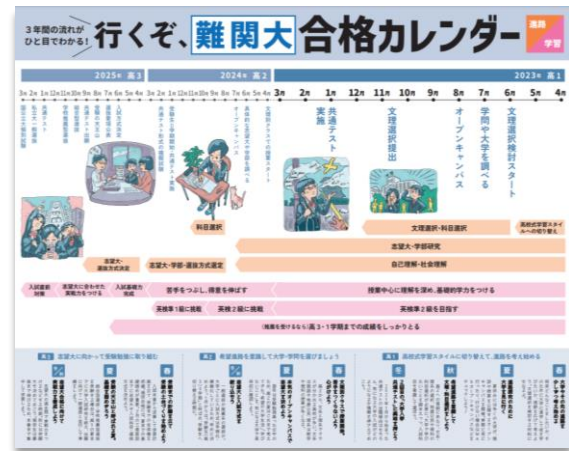
## 実力UPチャレンジ



## 困ったときの 確認事典シリーズ



## 高1からの 大学合格戦略BOOK



# 国公立大合格に向けて 進研ゼミの教材・サービス(新高1生 4月～) 定期テスト(授業理解度・定着度の測定)対策もサポート

## 定期テスト予想問題

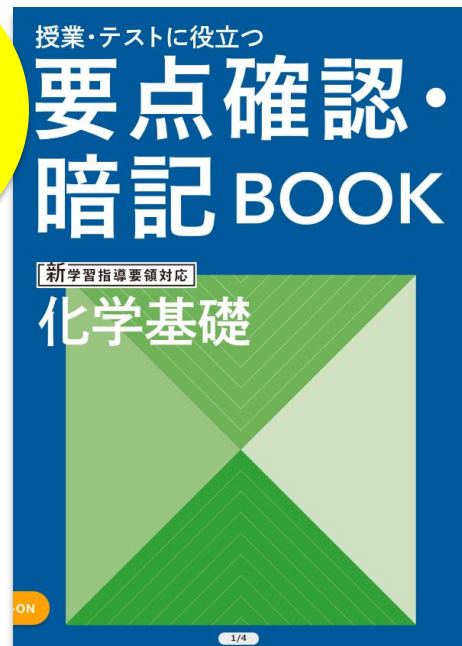
Vol.1を  
5月号で  
お届け



※受講教科に応じてお届け。※英語・国語は教科書別、数学は進度別にお届け。

## 要点確認・暗記BOOK

5月号で  
お届け



※英数国3教科受講(5教科対応)の方に、ご登録いただいた科目を5月号、5月号以降はご登録後6日前後でお届けします。(各3科目まで)

# 国公立大合格に向けて 進研ゼミの教材・サービス(新高1生 4月～) 学習内容、時間の使い方を効率化

## 予習復習 効率UPアプリ



- 5教科+情報に対応
- 教科書、進捗に対応

## 速攻Q暗記よく出る基礎



- 5教科+情報・実技に対応
- 1回5分～
- 英国は教科書対応
- 詳しい解説つき

## AI StLike 個別弱点攻略AI



- 英数国
- ニガテ解消



会員の方

# 「録画動画」と「資料」について

- ① 高校生サクセスナビTOP右上の「会員ページ」にアクセス。下部にスクロールして「ミライ科」へ。
- ② 「ミライ科」進路カテゴリのオススメ情報の記事から録画視聴できます。



公開中

北海道・東北

北信越

中四国・九州

4/2 17時～

近畿

東海

関東・首都圏

会員以外の方

# 「録画動画」と「資料」について

セミナーを申し込まれた際のメールにあるURLより視聴が可能です。資料も掲載。

公開中

北海道・東北

北信越

中四国・九州

4 / 2 17時公開

近畿

東海

関東・首都圏



## 保護者さま向け特集.

難関国公立大 合格者に聞いた!!

受験生のとき

**保護者のかたにやってもらって嬉しかったこと  
はなんですか？**



難関国公立大 合格者に聞いた!!

受験生のとき保護者のかたにやってもらって嬉しかったことはなんですか？

- ✓ お菓子の差し入れ。あまり勉強に干渉しない。
- ✓ 自分はリビングで学習していたので、話しかけずにいてくれたり、テレビを消してくれたり、気を遣ってくれたこと。
- ✓ 勉強のことには口出しされなかったこと。普段通りの生活が送れるよう家事を全部やって支えてくれたこと。
- ✓ 模試の結果が悪かったときに、そういうこともあるよ、という感じだったこと。私にいろいろなことを自由にきめさせてくれたことや、決めたことを応援してくれたこと。
- ✓ 成績が伸びなくても叱らず励ましてくれたこと。

難関国公立大 合格者に聞いた!!

受験生のとき保護者のかたにやってもらって嬉しかったことはなんですか？

- ✓ 入試方法を調べてくれた。
- ✓ 志望校を実際見に行ったほうが良いと言って遠いのに連れて行ってくれた。自分が通うことを想像して勉強に熱が入った。
- ✓ 併願校を、私に合うものの中から探してくれた。自分では、上位の志望校のことばかり考えがちなので、視野を広げる点で助かった。
- ✓ 私が志望していた大学は模試の判定も悪かったので複数の先生から反対されて、親もすごく心配していましたが、祖母は私を信じてくれて応援してくれたことがありがたかったです。
- ✓ 受験校への行き方を調べたりホテルの予約をしてもらったり、受験校の配点や出願日を把握しておいてもらったことなど、積極的に受験に協力してもらったことが嬉しかった。

難関国公立大 合格者に聞いた!!

受験生のとき保護者のかたにやってもらって嬉しかったことはなんですか？

- ✓ 受験直前の元旦に、初詣に行けない私の代わりに母親が言って合格祈願の絵馬を描いてきてくれたこと。
- ✓ がんばれと声をかけてもらうこと。頑張ってるよと日々の努力を認めてもらうこと。
- ✓ 食事をつくってくれたり、入試当日の駅までの送り迎え。当時は考えもしていなかったが、今となると感謝しかない。
- ✓ お弁当を作ってもらえた。
- ✓ 受験会場への送り迎え、いつも両親には感謝しかないです。あとは弁当を一生懸命に作ってくれたこと！頑張れと言ってくれたこと。
- ✓ あまり口出しせず黙って見守ってくれたこと。

難関国公立大 合格者に聞いた!!

受験生のとき保護者のかたにやってもらって嬉しかったことはなんですか？

- ✓ 普通に、高額な受験料を払ってくれただけで本当に感謝。受験当日、お弁当にメッセージ入ってたのは嬉しかったです！
- ✓ 模試の時に自分の好きなオムライスをお弁当に入れてくれた。
- ✓ 応援ソングをすすめてくれたこと。共通テスト2日目に失敗し、心が折れたときの中でその歌を歌うことで自分を鼓舞することができ残りの科目も頑張れた。
- ✓ 試験日の弁当で、自分の好きな食べ物をいれてくれたこと。
- ✓ 毎日夜ご飯のメニューをLINEで教えてくれたことです。夜ご飯は家で食べたかったので、塾にいて集中力が切れてしまってもそれを見てあとちょっと頑張ろうと思ってました。
- ✓ 応援してもらおう、美味しいご飯を作ってもらおう、ガミガミ言われたい。

難関国公立大 合格者に聞いた!!

受験生のとき保護者のかたにやってもらって嬉しかったことはなんですか？

- ✓ 受験が終わったら旅行に行くという計画を立ててくれたこと。
- ✓ 美味しいご飯を毎日作ってくれたこと。
- ✓ 体調を気にしてもらおう。おやつ持ってきてくれること。
- ✓ 食事をつくってもらったこと。
- ✓ 時折の差し入れ、こちらに配慮した生活リズムの形成など。
- ✓ お昼ごはんを作ってくれたこと。休みも市民会館の自習室に通っていたりしていたので、お昼ごはんを作ってくれたことは大変ありがたかった。
- ✓ 食事の準備や、食事代の補助。

難関国公立大 合格者に聞いた!!

受験生のとき保護者のかたにやってもらって嬉しかったことはなんですか？

- ✓ 頑張れと言ってくれたこと。
- ✓ コロナ期だったので、学校の授業や二次の体育実技の練習の際にもできるだけ車で送迎してくれた。食事の工夫。
- ✓ 雨の日のお迎え。
- ✓ 受験のために毎日弁当や受験費用を作ってくれたことです。また特に受験当日、軽食のお菓子に自分へのメッセージを書いていたことが何よりも力になりました。
- ✓ 自分の頑張りを素直にほめてもらうこと。
- ✓ 日々の生活のサポートなど。

難関国公立大 合格者に聞いた!!

受験生のとき保護者のかたにやってもらって嬉しかったことはなんですか？

- ✓ 息抜きを勧めてくれたこと。頑張りすぎると体調に影響してしまうため、そうなる前に休憩を促してくれて嬉しかった。
- ✓ 共通テストが終わった後～2次試験までの期間は、授業も午前中で終わるため、お昼ご飯を家で食べていたが、その時に温かいご飯を作って待っていてくれたこと。母も午前中は仕事があるのに、毎日お昼ご飯を作ってくれて、何気ない話をしながらお昼ご飯を食べる時間が好きだった。
- ✓ 頑張れという言葉をお菓子に書いて渡してくれていたこと。
- ✓ 毎日帰りに駅まで迎えに来てくれたこと。
- ✓ 精神面で励ましてくれたこと。
- ✓ 日々の勉強のサポート。夜食を作ってもらったり、コーヒーを作ってくれたり。

難関国公立大 合格者に聞いた!!

受験生のとき保護者のかたにやってもらって嬉しかったことはなんですか？

- ✓ あせらせないこと。
- ✓ 帰ってきた時にあたたかい飲み物を用意してくれたり、お弁当にメッセージをつけてくれたこと。
- ✓ 私は塾に通っていなかったが、学校で集中して勉強するために送り迎えをしてくれたり勉強を頑張ったご褒美でお菓子を買ってくれたり受験勉強を支えてくれたこと。
- ✓ 模試や定期テストの時に、毎回同じご飯にしてくれていたこと。(おにぎりと、間食用にチョコレート)本番も同じご飯だったので、いつも通りという安心感をもって臨めたと思います。
- ✓ ご飯を作ってくれる、おやつを差し入れてくれるなど、さりげないサポートがありがたかったです。



難関国公立大 合格者に聞いた!!

受験生のとき保護者のかたにやってもらって嬉しかったことはなんですか？

- ✓ 早く寝なさいと言われたこと。そんなに無理する必要はないと思った。体調を崩しても良いことはない。
- ✓ 最後までそばにいてくれたこと。(地元外での受験だったため、ホテルと一緒に泊まってくれました。)
- ✓ しんどい時は頑張らなくていいよって言ってもらえたこと
- ✓ 受験のための飛行機やホテルの予約を全てやってくれたこと。勉強だけに集中させてくれたことがありがたかったです。
- ✓ 夜食で春雨スープやにゅうめんを作ってくれたこと。

難関国公立大 合格者に聞いた!!

受験生のとき保護者のかたにやってもらって嬉しかったことはなんですか？

- ✓ 「やれるだけやってみたら」と言ってくれたこと。どんなことにも挑戦してみようと前向きな思いになれたから。
- ✓ 母に毎日昼の弁当を作ってもらい、夜は、塾にも作ってもらった弁当を持って行ったり、夜ご飯の時間だけ帰って家族でご飯を食べたりした。また、受験直前は手作りのお守りを作ってもらった。
- ✓ 気分転換のためにお菓子をいっぱい買ってきてくれていたこと。受験の日に弁当にトンカツが入っていたこと。
- ✓ お弁当をはじめ、日々のおいしいご飯を作ってくれたこと。勉強と関係ない話をする事。志望校について話を聞いてもらう事。
- ✓ 父に「金のことなんか気にしなくていいから、お前の人生だから自分で決めてよい」と言われたこと。

# ご参加ありがとうございました アンケートにご協力くださいませ

※アンケート結果を個人を特定しない形で告知等に使用させていただく場合がございます。  
※本映像の一部あるいは全部を無断で複製・複製することは、著作権法で認められている場合を除き禁じられています。

© Benesse Corporation 2024

