



第 28 号

R7.7.17

R7 年度

足高第 3 学年通信

「夏を制する者が受験を制す」

1 生活面について

- 睡眠時間を絶対に削らない。最低、6時間は睡眠をとるように。学習内容は寝ているときに整理整頓されます。
- エナジードリンク・コーヒー等（カフェイン）の飲み過ぎ注意！
- 適度な運動を心がけよう。（ストレッチ、ランニング、筋トレ等）

2 学習面について

- 学習時間は、10時間が最低ラインです。難関大合格者は12時間以上やっています。
- 学習計画を立てること。何をやっていいかわからない、自分の計画に自信がない者は、教科担当の先生に相談しよう。足高の先生が皆さんの学習のペースメーカーになります。
- 志望校の過去問（赤本）を2～3年分やってみること。どのレベルまで学力を引き上げないといけないかを知っておこう。
- 学習に集中できないときは、学校に来ること！ 登下校も適度な運動です。

☆ここ最近の生徒の様子☆

- 受験生が増えてきました。自ら進んで学習を進めています。
- 第1志望校がほぼ決まりつつあります。
- 部活を引退し、学習時間が大幅に増えました。
- 高い目標に向けて、頑張る生徒が増えました。

安易な進路選択に走らずに、最後まで、諦めずに頑張りましょう！！

受験期を振り返って～子どもの側から

河合塾 kei-net より

親に感謝していること・嬉しかったこと

- ・何も言わずに見守ってくれていたことが一番嬉しかったです。相談したくなったときにはしっかりと聞いてくれた。
- ・「どんな結果でもいいから、ベストを尽くなさい。」と言われたのが嬉しかったです。不合格になってもいいからやれるだけやろう、というように良い意味で開き直れた気がします。

嫌だったこと

- ・普段の勉強の様子や大変さを知らずに模試の結果だけ見たがったり、結果についてあれこれ言われたこと。
- ・成績について毎日言われること。日に日に学力は上がってるはずなのに前の模試のことをずっと言うのは嫌でした。
- ・本当に眠たいときは昼寝をしていたのだが、やる気がないと勘違いされたのか勉強しろと言われたこと。

進路講演会

- ① 日時 令和7年6月10日(火) 13:40~14:40
② 場所 あしかがフラワーパークプラザ ③ 講師 千葉工業大学 吉田直史 先生
④ 生徒感想 ・模試の結果で一喜一憂するのではなく、長期的な目線で逆算して考えていこうと思った。
・大学受験のプロに話に聞け、すごく貴重な経験になりました。人生の中で一番頑張ったと思えるように、これから勉強頑張っていこうと思います。
・諦めないこと。後期試験まででも粘ること。
・地方の国公立大の受験者数は年々減少傾向にあり私大は難化していることがわかった。
・大学はお金もかかるので親と相談しながら慎重に決めていきたいとも思った。
・総合型や推薦と一般の勉強の両立はそれぞれにける時間が少なくなるので両立が難しいこと。
・学校の授業を疎かにしないようにすることが大事だとわかった。
・受験の情報を安易にネット上から得てはいけないことを痛感しました。
・どんなに塾で頑張っている学校でも学校の勉強を疎かにしていたら、大学には受からない。
・志望校の判定で悩んでいたけど、諦めずに頑張ろうと思った。また、後期まで粘った子が受かっていると聞いて、私も頑張ろうと思った。
・部活引退後、勉強に使える時間が増えるため、計画を立てて取り組んでいきたい。
・国公立大学合格のためには、苦手分野の克服を重点的にやる必要があると思った。

大学合格資料（R6 年度卒業生）を読む

- ① 日時 令和7年6月19日(木) 14:45~15:30 ② 場所 足利高校
③ 生徒感想 ・合格体験記から「参考書の選び方」「時間の使い方」「直前期の過ごし方」などがわかった。
・部活で培った体力を生かして、粘り強く頑張りたい。スキマ時間も上手く活用したいと思う。
・強い意志を持って最後まで勉強に励むことで、結果はどうであれ最終的にはやって良かったと思える経験になると気づいた。先輩方の体験記を読んで自分もまだまだ頑張れると思った。
・過度な心配や不安を自分に向けず、緊張感は持ちながらもリラックスして勉強を行おうと思った。
・スマホともさよならして友達と受験を乗り越えようと思った。
・国公立大学の前期試験で合格できなくても、後期試験で合格する人もたくさんいる。
・受験勉強は1人で黙々とやるのではなく、みんなでいい雰囲気をつくって進めていくことが大切。
・授業は細部まできちんと聞き、共テのみで使う科目は授業の中でマスターしたいと思った。
・「努力は必ず報われない。けど努力自体を後悔してない」という言葉にぐっときた。
・先輩のアドバイスには必ずと言っていいほど、スマホと距離を置くと記されており、スマホがいかに受験の妨げになるかを知ることができた。
・難しい問題でも、結局は基礎の組み合わせだから、基礎重視で勉強した方が良い。
・メンタル面が重要になってくるので、部活で鍛えたメンタルでこの受験を乗り越えたいと思った。

部活動報告

水泳部 6組 新井友惟 関東高等学校水泳競技大会栃木県予選会 女子背泳ぎ200m 第1位
女子背泳ぎ100m 第2位

関東大会（埼玉県）出場決定！