

**いよいよ公立入学者選抜1か月前です！**

千葉県公立高校入学者選抜本検査まで、ついに「残り1か月」となりました。あと1か月という時期になると、「ラストスパート」という思いが強くなります。でも、ラストスパートという意味とは…？

マラソンなら最後の力を振り絞って…ということですが、**受験勉強でのラストスパートとは、これまで走ってきた道に落とし物をしていないかを確認し、試験本番で全力疾走できるようにしておくことです。**つまり、『最後の見直しの時期』です。これまで「～すればよかったんだ」と後悔したままほったらかしの部分があると思います。このようなところを、問題集、到達度確認テスト、自分で受けた模擬テストから洗い出し、もう一度解き直すという勉強を必ずしてください。これまでたくさんの中学生をみてきましたが、難しい問題ができなくて不合格になったという人はほとんどいません。逆に、標準的な問題でミスをしてしまったため、残念な結果になったという人はたくさんいました。つまり、標準問題をじっくり復習し、「確実に解ける」というパターンを増やしていくことこそ、合格への近道なのです。そこで今号は、短期間で合計点をUPさせる方法を紹介します。

【勉強編】

冬休みが終わった今、勉強は「朝型」に変えましたか。脳の働きは起床後3時間が最も活性化することを考えたら、常に朝6時に起きるように学習習慣を変えることが必要です。

この期間に入ったら、教科ごとに勉強法を変えましょう。一番点数が伸びる可能性のある「**理科と社会に重点を置いて勉強する**」ことをお勧めします。今まで使っていた問題集等で間違えたところを解き直したり、できるだけ薄い問題集を使って繰り返し学習をすると良いでしょう。**国語や英語・数学についてはこの期間で大きく点数を伸ばすというよりは、「本番に向けて問題に慣れる」**ことに重点を置いて、できるだけたくさん問題を解くようにすると良いでしょう。

そこで一番気をつけて欲しいことは、問題が解けても解けなくても「あまり一喜一憂しない」ということです。自分でまず解いてみる。解答を見て自分で丸付けをする。もし間違っている場合も解答を見て参考にする。そしてまたすぐに次の問題を解く。という具合にスピーディーに進めることが大切です。

ただし唯一、作文だけはしっかり練習してください。書ききれば結構な点数となります。やり方としては過去に出されたものについて書いてみて、できれば先生や保護者の方に見てもらおうと良いでしょう。それが難しい場合は、友達・兄弟に見てもらい、その人が「なるほど」と納得してくれるのであれば大丈夫でしょう。

【受験直前に行くべきではないこと】**その1. 過去問を解きっぱなしにしてしまう**

過去問を解く意義は、出題傾向を把握して対策を行うことです。過去問題集や解説サイトでは各年度の問題とその解説だけでなく、直近数年の出題傾向や出題範囲も掲載しています。これらを読み込み、理解を深めていくことが重要です。そして自分の弱点と出題傾向を照らし合わせつつ、万全の対策をするようにしましょう。

その2. 新しい参考書をやみくもに追加する

過去問を解いていく中で自分に欠けている部分が見えてくると、それを補うために参考書を新しく追加した方が良いのではと考えることがあるかもしれません。しかし、

- ①公立高校学力検査では、学校で利用している教科書や教材などより難しい知識は問われない。
- ②一度覚えたはずの知識が違って見えることから、不安が増してしまう。
- ③新しい知識を使いこなそうとしても、入試本番に間に合わない可能性が高い。

①～③のデメリットの方がメリットよりもずっと多いので、これまで利用していた参考書や問題集などで、弱点分野・科目を復習する方がより効果的だといえます。

【生活編】

（1）風邪には絶対にかからない、予防を徹底する

この時期に病気で寝込むことほどいろいろな意味で損をすることはありません。受験生なら誰しも本番に向けて勉強している時期に少しでも寝込んだりしてしまうと、自分だけが取り残されたような気分になってしまいます。それが焦りを生み、余計に平常心を失う結果となります。ですから、この時期はいつにも増して健康管理に気をつけましょう。手洗い、うがいはもちろん、しっかり睡眠をとる、食生活を整える、マスク着用や手指消毒、部屋の換気、人込みを避けるなど自己防衛に努めましょう。また、部屋の空気が乾燥しすぎると、インフルエンザや風邪にかかりやすくなります。エアコンを使用する部屋は乾燥しがちなので、加湿器で補うのも良いでしょう。さらに2月中旬以降、花粉症の症状が出始めます。受験当日にアレルギー症状がひどいと、試験の出来にも響くことがありますから、花粉症の人は薬の準備をしておくとい良いでしょう。

（2）ポジティブシンキングを心がける

だんだんと試験日が近づいてくると、ネガティブな精神状態になりがちです。ある意味やむを得ないのかもしれませんが、そのままの状態では決して良い結果は期待できません。何があってもすべて良い方向に考えるように心がけてください。どんなときも“開き直れる心”が大切です。また、この時期は「他人との比較」も良くありません。不安を解消しようとして「自分のほうが頑張っている」と考えるとつい怠けたくなりすし、「あの人のほうが自分より優れている」と考えても落ち込むだけです。

（3）保護者の方々も通常通りに！

進路学習会でもお伝えしましたが、受験は誰もが通る道であり、生徒が乗り越えなければならぬ壁です。ですから腫れ物に触るような接し方は絶対ダメです。おおらかな気持ちで「大丈夫よ！」「私はあなたの味方！」という安心感を与えることが基本だと考えてください。

ネットで見つけた「親のどんな一言が不安に感じたか」というアンケートを見ると、

- ①「わかっているのに何度も言われる」
- ②「こんなのもできないのかと言われる」
- ③「無理するなと言いながら、努力が足りないと怒られる」
- ④「“周りの子は勉強してるよ”などと言われる」
- ⑤「お兄（姉）ちゃんは〇〇だったのにと比較される」
- ⑥「お金のことを持ち出される」

などの意見が多かったです。

保護者の方々は、なるべくどーんと構え、学習しやすい環境を整えてあげてください。保護者が不安な時、相談が必要な時はいつでも担任や進路担当までご連絡ください。一緒に対応を考えましょう。

また、日頃からお子様の健康管理には気をつけていることと思いますが、親子ともども疲れやストレスがたまりやすい時期ですので、保護者ご自分もお体をいたわることが大切です。十分な睡眠や休養、栄養のある食事をとる、風邪やインフルエンザなどが流行している時期はなるべく人ごみに出かけないなど、ご自身の体調管理も心がけてください。家族が風邪で寝込んだりすると、子どもも勉強に身が入らなくなる可能性があります。

貸付制度のご案内！

社会福祉協議会広報に「貸付制度」についての記事が掲載されていたので、ご紹介します。詳細につきましては、社会福祉協議会生活相談課まで、各ご家庭でお問い合わせください。
※他制度の利用が可能な場合は他制度が優先です。

教育支援金貸付上限：月 35,000 円

修学支度費上限：50 万円

据置期間：卒業後 6 カ月以内

返済期間：原則 10 年以内

（最長 20 年以内）

連帯保証人：不要（連帯借受人は必要）

対象世帯：低所得世帯

貸付利子：無利子

おしらせ

貸付制度のご案内



比較的所得の少ない世帯、障がい者のいる世帯、高齢者世帯に対して貸付の相談を行っています。例えば、高校や大学に進学したいが、入学金や授業料を準備することが難しい場合や不測の事態に陥り生活費が不足してしまった場合にはご連絡ください。

申し込みにあたり所得制限などの条件があります。また、申し込みから借入までには時間がかかる場合もありますのでお早めにご相談ください。

☎ 生活相談課 ☎047(368)0912