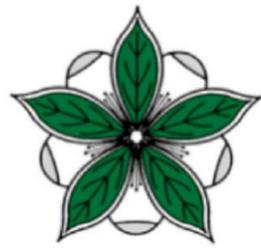


# 進路だより

2026年3月25日(水)発行 東京都立蒲田高等学校進路指導部



## ■保護者の皆様へ

この「進路だより」では進路行事や進路活動等をお伝えしています。3学期は1・2年生対象の進路行事が複数回実施されました。お子様と読んで頂き、卒業後の進路を一緒に考える機会にして頂ければ幸いです。なお、進路行事については classi へ、一部の行事は学校 HP にも掲載しております。あわせてご覧ください。

## ■在校生のみなさん

3学期、進路ガイダンスが合計3回ありました。3月7日に卒業した3年生2名から皆さんへのメッセージ、進路ガイダンスの振り返りを掲載します。今できることを考えるきっかけにしてください。

## ■3年生 46期生からのメッセージ

サミット 株式会社

私が就職を選んだ理由は、早く経済的に自立したいと思ったからです。進路について本格的に考え始めたのは高校二年生の頃でした。三年生になるとすぐに進路を決めなければならないため、悩みやすい自分は「早めに方向を定めておかないと曖昧なまま進んでしまう」と感じ、じっくり考え始めました。

夏になると学校での就職活動が本格化し、面接練習を重ねました。外部講師や先生方とともに、入室・着席のマナー、表情、質問への答え方、退室の動作などを学び、アドバイスを取り入れながら繰り返し練習。最初はぎこちなかった動作も徐々に身につき、自信を深めることができました。

学校生活では、話すのが苦手な自分を変えることにも力を入れました。いきなり声をかけるのはハードルが高いため、体育の時間に近くにいた友人に「この種目、難しいね」と声をかけるなど、自然なきっかけ作りを意識。徐々に打ち解けたら昼食に誘ったり、お菓子を分けたりして友達を増やし、苦手意識を克服しました。

面接本番で心がけたのは、日頃から意識していた「丁寧なあいさつ」「はっきりした声」「感謝の言葉」を忘れずに全力で挑むことです。本番は緊張しましたが、練習の成果を発揮し、自信を持って回答できたと思います。

在校生へのアドバイスとしては、面接で自分自身について問われる機会が多いため、自己分析が苦手な人や出来事を長期間覚えておくのが難しい人は、学校行事や自分が努力したことを日記やメモに記録しておく役立ちます。日々の記録が、面接準備をスムーズにしてくれるでしょう。

日本大学 生産工学部 マネジメント工学科

私が大学で理系を選んだ理由は、小さい頃から数学が好きだったからです。特に、難しい問題に時間をかけて取り組み、試行錯誤の末に解けた瞬間の達成感に楽しさを感じていました。ただ答えを出すだけでなく、どのように考えれば解けるのかを自分なりに工夫する過程が面白く、その積み重ねが数学への興味を深めました。こうした経験から、論理的に考え、問題を解決していく力を活かせる理系分野で学びたいと考え、大学では理系を選択しました。

高校入学前から大学には行きたいという明確な目標があったので、1年生の時から苦手だった英語には特に力を入れて勉強しました。進路ガイダンスでは、色々な学校の説明を聞き、自分が理系の中でどの分野に進みたいかが分かったことがよかったです。中学生の頃は勉強から逃げていましたが、このままではいけないと考え、高校入学後は中学の学習内容を基礎から学び直しました。最初は苦勞しましたが、基礎を固めることで理解が深まり、学習への姿勢も前向きに変わりました。

私が面接試験で心掛けたことは、自分が特に伝えたい要点だけを最小限に暗記し、それ以外の部分はその場の流れに合わせてアドリブで答えることです。また、話す際には試験官の目をしっかり見て、落ち着いて話すことも意識しました。

後輩の皆さんには、結果だけでなく、努力の過程も大切にしてほしいと思います。思うように成績が伸びず不安になることもあると思いますが、毎日コツコツと積み重ねた学習は必ず力になります。最後まで自分を信じて、あきらめずに頑張ってください。



## ■2年生 進路ガイダンス

1月に4回目の進路ガイダンスがありました。進学希望者は、20校以上の大学・専門学校の教職員の方々から、入試の概要説明、模擬授業等を受け、最後にワークシートを使って志望理由書を作成しました。就職希望者は、面接試験の基本マナーをご指導して頂きました。以下、数名の生徒の感想をご紹介します。

\*学校見学やパンフレットを見て、沢山の学校を比較した中から選ぶ。遅刻欠席を減らす！がんばる！あいさつをする！  
身だしなみ等を整える。

\*直接学校へ行き、話を聞いて、比較した中から選ぶことが大事だと思いました。パンフレットも4月から沢山請求する。

\*それぞれの大学には特徴があるので、沢山の学校へ見学してから選ぶべきだと思いました。オープンキャンパスや体験授業にも積極的に参加します。専門学校も見学をして、大学と専門の違いも自分の目で確かめ、大学でこそ学べることも考えます。また、評定を上げて、英検も取得したいです。

\*まだ全然進路が決まっていますが、今日の進路ガイダンスを受けて「自分の将来のこと、真剣に考え行動しないといけない！」と緊張感をもった。進路はずっと先のことだと考えていたけれど、これからは真剣に取り組みます。

## ■1・2年生合同進路ガイダンス①



2月25日(水)5・6限に1・2学年合同の進路ガイダンスを実施しました。5限目は、プロの漫才師・オシエルズさんによる「進路漫才」の講演を行いました。楽しみながらプレゼンテーションのポイントを学んだ後、生徒は志望する進路について発表準備に取り組みました。6限目は、志望する業種ごとに分かれてガイダンスを実施し、5限目で準備した内容の発表を行いました。自分の考えを伝えるだけでなく、専門家からアドバイスを受け、他学年の前で発表することで程よい緊張感を味わい、今後の面接試験など本番の場を見据えた実践的な訓練にもつながりました。

以下、数名の生徒の感想をご紹介します。

\*他の人の発表を聞いて「夢が明確でいいな。自分も目標や夢を明確にしていこう」と思いました。また、自分にはない発想を聞くことができ、視野が広がりました。他の学年がいて緊張したけれど、自分の考えに自信を持って発表

することができました。

\*この分野に興味をもったきっかけを発表したことで、自分の好きなことや将来像を考え、深い自己分析ができて、大変有意義な時間となりました。



## ■1・2年生合同進路ガイダンス②

3月17日(火)午前中、前半、進学希望者は大学で行われる90分の模擬講義の受講、就職希望者は企業による初任者研修を体験しました。生徒たちは、普段の授業と全く異なる授業スタイルで90分講義の体験や職業に関わる研修の体験を通して、進学先や入社後の魅力や厳しさも含め具体的なイメージを持つことができました。

後半は、夏に実施したジョブキャンプの発表会が行われました。2年生の各クラスの代表者が、体験を通して感じたことや学んだことを発表しました。発表を聞いた1年生も来年度のジョブキャンプへの期待を膨らませ、将来について考えるよい機会となりました。

今回のガイダンスで、生徒たちは大学での学びや職場の現状、さまざまな職業について理解を深めました。本日の学びを今後の進路選択に生かし、主体的に準備を進めることを期待しています。以下、生徒の感想をご紹介します。

### 模擬講義体験・企業研修体験

\*90分はとても長く、途中眠くなった。興味あることだと意外と早く感じた。より多くの知識を身に付けていくことが大切だと感じました。行きたい大学を早く見つけて合格できるように、オープンキャンパスに沢山行って、勉強も一生懸命取り組みたいです。

\*企業は「安心安全」をいつも心掛けていることがわかりました。「無理して進学する必要はない。大学や専門学校へ進学する人達より数年早く社会に出ることで、早く技術を身に付けることもできる。正社員はボーナス、退職金、社会保障がある。アルバイトにはない。その分、責任感や主体的に動く姿勢が必要だとわかりました。その他、電話対応や名刺交換を通して、様々なビジネスマナーを体験できました。

### ジョブキャンプ発表会

\*どの仕事でも礼儀正しさ、責任感が必要だと思いました(複数)。発表を聞いて、子供と関わる仕事への興味関心が高くなりました。発表を聞いて大変な事も聞けましたが、それでも子供と関わる仕事をやりたいと思いました。

\*発表を聞いて、自分のやりたいことを考えました。農業関係に興味があり、農業関係のジョブキャンプがあれば挑戦したいです。今、日本では農業が減っています。AIが発展していますが、若手が農業を学び、仕事をなくさないように努力したいと思いました。

最後に・・・

保護者の皆様には多大なご理解とご協力をいただき、心より感謝申し上げます。1年間ありがとうございました。