

■特集1 一生モノの夏休みを過ごそう

いよいよ待ちに待った夏休みが始まります！夏を120%充実させる「4つのヒント」を紹介します。

1 オープンキャンパスに行って、“未来の自分に会いに行く”

- 似た分野の学部・学科のオープンキャンパスに、2校以上行きましょう。そうすることで自分の中で**比較**ができるようになり、志望校選びの方向性が定まってきます。
- 有名大学のオープンキャンパスに行きましょう。100年以上の歴史を誇る名門大学や、最先端の設備が整っている大規模な大学の内側に入れるチャンスです。**行ってみないとわからないこと**を知ろう。

2 学習計画を立てて、“小さな一歩を毎日進める”

- マイ勉強カレンダー**を作り、何日の何時に、どの課題の何ページに取り組むかをすべて書き込みます。その際、無理なく実現可能な計画であること、ゆとりをもった計画であることがだいじです。あとは、計画通りに進めていくだけで、パーフェクトな夏を過ごせます。
- 英検、模試、入試過去問など、宿題以外の学習も計画しよう。1, 2年次は、1月に英検全員受検の予定です。**英検 2 級**に合格すると進路の可能性が大きく広がりますから、目指すに値する関門といえます。

3 新書を読んで、“叡智を得て教養を深める”

- 2, 3年次は、課題研究を見据えて、**自身の探究テーマに重なる新書**を見つけましょう。1年次はどんなテーマでも構いません。なんでもいいから、手あたり次第読むのがいいです。
- 自分の興味のある1冊を読み切ることで、小論文や面接で使える「深い教養」と「論理的思考力」が自然と身に付きます。まずは**図書館や本屋さん**をぶらりと歩いて、ピンとくるタイトルを探してみましょう。

4 スマホと距離をとり、“デジタル・デトックスで整う”

- 保護者に協力してもらい、預かってもらう時間をつくろう。それを**学習計画に位置付けて**、保護者とも共有すれば、「スマホ預ける時間じゃない？」と声をかけてくれるようお願いできます。
- 取りに行くのが煩わしい、玄関などで充電しよう。手を伸ばすと届いてしまう場所にある限り、電源を切ろうが何しようがデトックスは無理です。**手が届かないところに隔離**するのが必要条件です。スマホは便利ですが、使い方を誤ると、**高校時代というかけがえのない貴重な時間**を溶かしてしまう悪友にもなります。



●特集2 通知表に向き合おう

終業式に1学期の通知表が渡されました。みなさんの1学期間の学習状況の評価が示されたわけです。

高校では、進学や就職する際には、受験先へ「調査書」を提出します。これは、「学習の記録」「出欠の記録」「行動の記録」などが学年毎に細かく記されているものです。

「学習の記録」に掲載される「評定平均値」は、1～3年次すべての評定の平均値です。この平均値が〇.〇以上のように**出願条件**として指定してくる上級学校がほとんどです。「あと0.1足りない」と後悔しないために、コツコツ学習に励みましょう。

●特集3 選択科目予備調査で家族会議を開こう

1,2年次は、次年度に向けて、自分だけの時間割を決めていかなければなりません。夏休み中の予備調査の段階で、自分の探究テーマや希望進路に合致する選択科目を創りましょう。本調査では保護者の署名捺印が必要です。夏休み中に**進路について保護者とよく相談しながら**予備調査を作成しましょう。

■指定校推薦2026掲示

2026年版、指定校推薦が来ている大学・短大・専門学校等は、7月17日(金)終業式に、**1階エレベーター付近に掲示**する予定です。

特に、3年次の皆さんは、以下の点について注意してください。

●受験校の書類原本を確かめる

掲示物には、すべての情報がかかっているわけではありません。×切や出願条件等重要事項は、**キャリア部教員に書類原本を見せてもらい、自分で確認**してください。

●書類提出の締め切りを守る。

第1回校内選考の提出×切は、**9月1日始業式**の日です。×切に余裕をもって間に合わせるよう、担任の先生とよく相談して書類作成しましょう。

■スタディサポートに取り組む

1,2年次は、9月にベネッセスタディサポートを実施します。夏休みに取り組める「事前学習課題」が配られます。こちらも計画的に取り組みましょう。

■キャリアカンコラム

7月号は、夏休みの過ごし方を中心に記事をまとめました。進路、学習について、いくつかの手がかりを教示しました。これは、進路指導に携わる私の、生徒諸君への期待です。とはいえ、私の本音の期待は、**もう少し別のところ**にもあります。

多くの生徒は、部活動に高校生活をささげています。夏休みに、絶対に負けられない戦いを控えている生徒はたくさんいます。

たとえば、毎年全国大会に出場している本校ダンス部は、今年も優勝を目指して、厳しい練習に励んでいます。大きなトロフィーを持って帰ってきてくれるよう、応援しています！

もちろん、普段なかなかできない**アクティビティ**ができるのも夏休みです。私は今年のお盆も、東北のなんにもない田舎に帰省します。こういう時にのんびりすることで、2学期以降も頑張れるわけですから、人生に適度な休息は不可欠です。みなさんはどんなバケーションを過ごしますか。

このように、夏休みは、たくさんの生徒が、部活動に限らず、それぞれの大きな目標に向かって努力する時間です。**9月1日に清々しい表情の生徒諸君と再会**できることが楽しみです。(の)