



福島県立橘高等学校

# 進路だより 第11号

令和7年3月19日

橘高校進路指導部



## 1 新年度に向けて

1年生・2年生は、もうすぐ新2年生・新3年生ですね。

3月は休みが多いため、この期間に生活リズムを崩してしまうと、後で取り戻すのが大変です。いつも通り早寝早起きを心がけて、各教科の課題にもしっかり取り組みましょう。新学年のスタートをスムーズに切るために、春休みを有意義な時間にしたいものです。しかし、「4月になったらがんばろう」とスタートを先送りし、春休みの過ごし方を具体的に考えていないケースがあります。まずは、春休みの計画を立てましょう。春休みの計画を立てる際のポイントをお伝えします。

### 【1】テスト結果を振り返り、復習ポイント洗い出す

直近の定期考査、模擬試験の結果を振り返り、教科ごとに復習が必要なポイントを洗い出しましょう。春休み中に苦手分野・苦手教科を克服し、基礎を固めることが大切です。

### 【2】復習ポイントを踏まえて、春休みの学習計画を立てる

洗い出した復習ポイントをもとに、どの教科のどの分野をいつ学習するか、春休みの学習計画を具体的に立てましょう。その際、予定通り進まない日があることを想定して、スケジュールに「余白」をつくっておくことが大切です。2年生の勉強時間の目安は、1日5時間です。1日5時間の勉強が難しいなら、2時間でも3時間でもよいので毎日勉強する習慣をつけ、少しずつ時間を増やしていきましょう。

### 【3】1日の生活を振り返る

「何時から何時まで勉強したか」「目標に対して今日できたことは何か」など、計画通りに過ごせているかを毎日確認しましょう。生活リズムが乱れないよう、毎日決まった時間に起きて、決まった時間に就寝しましょう。起床、就寝時間は、学校に行っている時と同じ時間にするのがよいでしょう。学習習慣だけでなく、生活習慣についても意識して生活しましょう。下のような学習計画・記録表を使うとよいでしょう。

### 【4】志望校を絞り込む

目標とする大学、行きたい大学を、数校に絞り込みましょう。今、学力が足りてなくとも、目標は高めに設定しましょう。学習のモチベーションをアップさせ、学力の向上を図れば、目標の大学への進学が実現できるでしょう。

### 【5】見聞を広める

読書をし、また、新聞を読みましょう。これにより見聞が広がるとともに、国語力が向上します。また、小論文試験や面接試験対策にも寄与するでしょう。さらに、様々なイベントに参加するのもよいでしょう。

### <学習計画・学習の記録表>

月日	曜	学習の記録	今日できたこと																																																									
記入例		<table border="1"> <tr> <td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td> <td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td> </tr> <tr> <td>AM</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>PM</td> <td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>AM</td> </tr> <tr> <td colspan="7" style="text-align: center;">← 英語</td> <td colspan="5" style="text-align: center;">← 国語</td> <td colspan="3" style="text-align: center;">← 物理</td> <td colspan="4" style="text-align: center;">← 数学</td> </tr> </table>	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	AM						PM												AM	← 英語							← 国語					← 物理			← 数学				国語／古文単語10個覚えた 数学／数と式の計算を練習した 英語／単語10個覚えた 物理／問題練習を5問やった
6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12																																										
AM						PM												AM																																										
← 英語							← 国語					← 物理			← 数学																																													
/		<table border="1"> <tr> <td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td> <td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td> </tr> <tr> <td>AM</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>PM</td> <td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>AM</td> </tr> </table>	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	AM						PM												AM																				
6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12																																										
AM						PM												AM																																										
/		<table border="1"> <tr> <td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td> <td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td> </tr> <tr> <td>AM</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>PM</td> <td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>AM</td> </tr> </table>	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	AM						PM												AM																				
6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12																																										
AM						PM												AM																																										

## 2 高校生のうちにおきたい社会課題（一部）

持続可能な社会の実現のために解決すべき社会課題（一部）と、それらに関連するキーワードをいくつか挙げてみました。各テーマのさまざまな見方や考え方を理解することで、自分の興味関心がわかり、意見をまとめていく力が身につきます。また、これらは、小論文で頻出のテーマでもあり、小論文対策にとりして大変有効です。また、探究学習のテーマを考える材料ともなります。さらに社会課題に基づき、自分が社会で果たす役割を考えることにより、より深い志望動機を作ることにつながります。

### 1 資源が循環する社会

3R…ごみを減らし、資源として再利用するための3つの取り組み

バーチャルウォーター…輸入する農作物や食料品を仮に自国で生産した場合に必要なとされる水の量

フードマイルージ…食料の輸送に伴う環境への負荷を把握するために使う。食料の重量×輸送距離で表す。

バイオエタノール…サトウキビやトウモロコシなどから作られるアルコールのこと。

再生可能エネルギー…資源を繰り返し利用できる環境に優しいエネルギー源。太陽光や風力等。

### 2 これからの教育

ヤングケアラー…本来なら大人がするはずの家事や家族の世話を日常的に行っている子ども。

デジタルデバイド…コンピュータやインターネットなどの情報通信技術を活用できる人とできない人の格差。

インクルーシブ教育…障がいのある子どもが障がいのない子どもとともに教育を受けること。

ハロートレーニング…仕事を探している人が必要な知識や技術を学習できる国の制度。

イノベーション…従来の商品や生産方法が一新されるような革新的な技術や様式が取り入れられていくこと。

### 3 医療技術の進歩

再生医療…病気やけがにより損傷した臓器や組織を再生させる医療のこと。

QOL…Quality Of Life＝「生活の質」。前向きな気持ちで生活することを重視する考え方。

インフォームドコンセント…医師の十分な説明の後、患者とその家族の同意を得て、治療すべきとの考え方。

終末期医療…ターミナルケア。QOLを重視し、患者の身体的・精神的な苦痛を和らげる治療。

iPS細胞…血液や皮膚の細胞から作り出すことができる万能細胞。再生治療への活用などが期待される。

オンライン診療…情報通信機器によるインターネットを介したリアルタイムで行う医療行為のこと。

### 4 高度情報社会の暮らし

eコマース…電子商取引のこと。インターネット上で行われる商品やサービスの取引。

ビッグデータ…情報通信技術（ICT）の発展に伴い、インターネット上に存在する「膨大で多種のデータ」。

IOT…「Internet Of Things」の略。インターネットと様々なものをつなぎ、多様な価値を生み出す仕組み。

DX…デジタルトランスフォーメーション。デジタル技術を活用してビジネスや社会を変革する取り組み。

フェイクニュース…事実ではない、虚偽やでたらめな内容による報道。SNSでの拡散により社会問題化する。

### 5 自分らしく生きる権利

インクルーシブ社会…社会を構成する人々の多様性を認め、誰もが支え合いながら暮らせる社会。

ダイバーシティ…性別・国籍・人種、年齢など様々な違いを問わず多様な人材を認め活用すること。

ポジティブアクション…社会的・構造的な差別によって不利益を被っている者に対して、一定の機会を提供することで実質的な機会均等を実現することを目的とした取り組み。

ESG投資…環境（Environment）、社会（Social）、企業統治（Governance）の視点で企業の持続可能な活動を評価し、投資を行うこと。

クォータ制…大学の入学定員などを決定する際、マイノリティに一定の割り当てを確保する制度。

選択的夫婦別姓制度…結婚後も希望すれば、それぞれが結婚前の姓を名乗ることができる制度。

### 6 地方の新しい街づくり

インバウンド…外国人が日本を訪れる旅行のこと。最近、増加傾向にある。

ふるさと納税…地方公共団体に寄付をすることにより、所得税と住民税の一部控除が受けられる制度。

コンパクトシティ…中心部に様々な機能を集約し、市街地をコンパクトな希望に収めた都市形態。

6次産業化…農業や水産業などの第1次産業が加工、流通販売に業務を広げること。

TPP11協定…太平洋を囲む11か国で、自由貿易や投資・知的財産権の保護などのルールを決めた協定。

（参考：ベネッセ「ハイスクールオンライン」）