

# S 創学舎ニュース

Sougakusha News

## No.326

今までの努力を思い出し、自分の100%が出せるよう頑張ろう。最後まで、気持ちで負けるな!!  
(阿部 浩明)

ベストをつくしていると実感できていますか。この経験が次のステップに進むための大事な要件です。だから、今からでもベストをつくしなさい。  
(柳 善一)

突き進め!みんな!!  
まだまだやれる。一問集中。そして、最高の笑顔、見せてください。  
(森 清志)

「合格を勝ち取る努力 怠るな 我らい つでも 祈る合格!」  
君らの健闘を祈ります。  
(山崎 将之)

入試の時間・場所・交通機関・持ち物は調べましたか?しっかり準備をし、当日自信をもって立ち向かってください。  
(浅岡 茜里)

これまで創学舎で学んできたこと、全てを出し切って受験に臨んでください。自分を信じて! 自分を信じて! 自分を信じて! 「合格」を勝ち取って来ててください。  
(新島 景子)

みなさん、肩に力入っていませんか?力は「入れるものではなく「出す」ものです。息を大きく吐いたら、ただ目の前の問題に集中しよう。  
(高寺 大介)

受験の選択肢に「合格」と「不合格」の二択はありません。「合格」か「諦めるか」の二択です。諦めない心があれば、あなたを合格に導きます。  
(村田 寛之)

自分に自信を持ち、他人と比較することなく、目の前の問題に集中せよ。当日、持てる力を出し切っている自分を想像し、最後まで諦めることなく計画に沿って学び続けるのだ。入試当日は最後の科目が終わるまで、絶対に諦めない。結果は後からついてくる。  
(大場 健司)

寝言でイデオムをつぶやくくらい、シャーペンの先から煙が出るくらいやってるよな? 春、そんな君たちを迎えるために、桜も、今、準備している。  
(五日市 浩)

なすべきことにひたすら集中!!  
実力は直前で驚くほど伸びる!最後の最後まででっけて諦めないこと!!  
(高橋 力)

試験中とはかく集中。心配事は終わってから考えればいい。臆せず目の前の問題に取り組むんだ。  
健闘を祈る! (上野 真宏)

「不安で苦しい人いるか?」ときけば、ほぼ全員が手をあげた。これは不安があるのが当然だということの意味する。だから、不安をもつまま生きろ。ただし、やるべきことを書きだし忠実に歯をくいしばって実行すること。そうすれば、願望8・不安2ぐらいのバランスで心が安定し、力を発揮できる。  
(小林 健輔)

過去は変えられないけど、未来は変えられます。最後の一秒まであきらめずに我武者羅に立ち向かっていこう!!  
(大久保 宏美)

残り期間が短くなると何をすべきか見失いがちです。落ち着いて自分がすべきことを見直してみよう。  
(中村 瑤一朗)

山たかみ くもみに見ゆる さくら花  
心の行きて をらぬ日ぞなき  
『古今集』 右大将の長寿を祝う女官の歌より  
(鮎澤 崇嗣)

今、苦しい分だけ、来春にうれいし事がやってきます。今、楽をしようと思つて逃げた人、それは絶対やつてきません。もしそれを望むならば、ラストスパートを共に頑張りますよ!!  
(高野 陽介)

受験で、一番差がつくのは精神力。最後まであきらめないという気持ちで、良い結果をもたらす。だから、分からない問題があつても、決してあきらめず前を向いて全力でいこう!!  
(小林 英一)

### 受験生への



### メッセージ



今からやれること。今やれること。それは、今までやってきたことをきちんと続けていくこと。  
(松永 弘文)

「入試」は今の自分を高校にアピールする場。勉強の成果だけでなく、試験会場での挨拶や態度なども見られている。当日最高の自分をアピールするために、残された時間を精一杯頑張ろう!  
(長坂 浩之)

残り僅か、死ぬ気でやろう!死なないから……。  
(瀬野 武士)

受験は手段であつて、目的ではない。燃えつきてしまわないように!  
(関 憲吾)

春が訪れるには、少し厳しい冬が必要です。しかし、時は移ろいますから、翼を広げた自分を心に描きましよう。  
(真鍋 真悟)

祈る前に闘おう! 残された短い期間、あせらず目の前の問題に真正面から向き合っていくことで最後力がつくと思います。  
(本多 隆範)

一度しかない高校入試。後悔のないよう最後まで諦めずにやりきってください。みなさんと笑顔で3月を迎えることができることを心から願っています。  
(矢上 有一)

時間は誰にでも平等です。【今さら】と考えるか、【今から】と考えるのか。試験勉強の範囲を【終わらない】と嘆くのか、【終わらせてみせる】と机に向かうのか。入試に【合格したい】と願うのか、【合格してみせる】と行動するのかが。あなたたちの選択が後者であると。私たちはそう信じています。  
(松尾 裕史)

試験日まで気持ちをこめて勉強を続けていけば、それは不安な試験のときに自分を支えてくれるお守りになります。  
(船木 政子)

理科で習った作用と反作用。解答用紙に「受かりたい」という想いをぶつけておいて。本気の想いは本気であなたに跳ね返ってくるから。  
(櫻村 公太)

入試が近づいてきて、だんだんと不安になつたりしていませんか。それは決して自分だけのことではなく、一見そうは見えない周りの友達も同じこと。同じ人間だもの。不安に少しでも打ち勝ちたいなら、これだけやったという自信をつけよう。  
(小池 寿幸)

「他の道があつたかもしれない」と思うことは、私にもありました。けれど、憧れているだけではもったいない!今、自分で選べるベストの道を一緒に全力で歩んでゆきましよう。  
(高橋 麻衣子)

最後の最後まであきらめず、今やれることを精一杯頑張ります。努力は報われます。  
(村上 静馬)

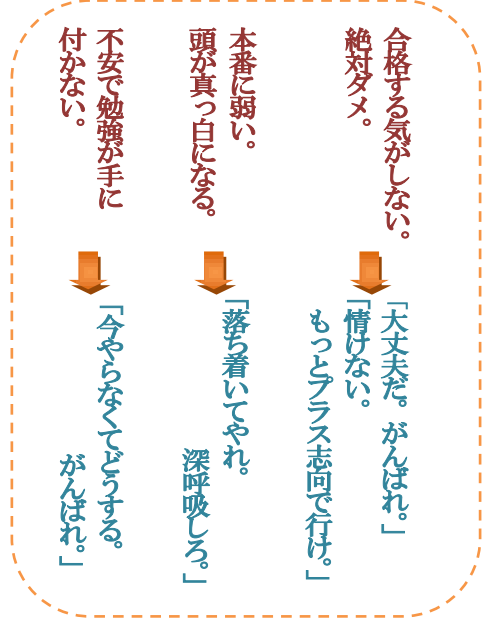
後悔の残らぬ様、自分を信じて走り切れ!! 諦めるな!!  
最後の最後の結果が出るまで止めない。それが諦めないということだ。自分を信じてひた走れ!!  
(上 静恵)

# 行き詰まったら読め!

## 受験生に残された日々

### 過ごし方

● 苦しい時、うまくいかない時、周りの人はキミに様々なアドバイスをしてくれる。思い余ってキミのほうから相談に行くかもしれない。でもなかなかうまくいかない。みんなキミのことを心配しているのだが、キミが求めている答えは返っていない。キミもズレているし、周りもズレているのだ。少し具体例をあげよう。



● こんな会話が日本中で繰り返られる。かわいそう。本当にかわいそう。キミもキミの周りの人も。で、私は自分の子供達に適切に対応したかといえば、やはりズレていたと思う。自分の子供には、ゆとりがもてなくて、思うことを一直線にぶつけていたような気がする。親とはそういうものだ。

● さて、受験生を教えている立場として、私も当

然キミ達のことを心配しているし、祈っている。少しでもいい状態で受験に臨んでほしいと切に思う。そこで、微力ながらアドバイス。因みに私は、プラス志向という言葉が嫌いだし、受験でも散々苦しんだので、少しはキミの心に近づけるかもしれない。

● まず、次の各項目を読んで該当するものにレをつけてほしい。グループが3つある。

- A**
- 間に合わない。
  - 自分だけが伸びていない気がする。
  - 不合格になったらどうしよう。
  - 問題が変わったらどうしよう。
  - 他の人は伸びている気がする。
  - 本番で失敗しそう。

- B**
- 自信が持てない。
  - 集中力が続かない。
  - 焦りがあるのに行動できない。
  - 自分に価値がない。
  - 不安で眠れない。
  - 腹の調子がずっと悪い。

- C**
- 親兄弟が優秀。自分だけがバカ。
  - もっとやっておけばよかった。
  - 時間に縛られる。
  - 勉強が嫌い。
  - 時間が足りない。
  - 親が嫌い。孤独。

● これは、過去の高3生と一緒に作った「心の地図」と呼ぶリストの一部である。40項目あって、30以上にレが入った人が何人もいた。みんな苦しんでいるのである。そして、ここからが大事なのだが、この18項目で自分に該当することをキミは、全部他の人に言えるだろうか。自分ではいつでも書き出せるだろうか。無理である。キミの心は、同時に複数のことを感じることはできないので、

● ともあれ、キミ達は進まなければならぬ。そのために、先の表を使って、心の整理をしよう。まず、**A**は、事実か想像か? 全部想像である。やってみないと分からないことである。こんなことを心配して、今



までいいことがあったかい? 1回もなかったはずだ。当然! 「合格したい」という自分の願望を裏切っているからだ。キミのこの1年間は、**A**を想像して自分の願望を裏切るためであったのか? よく考える。**結論!** **A**を思うことは自然である。自然だから消そうとしなくてもよいし、また消すのは無理。思ってしまったら、「また来た。仕方ない。とにかく今、やれることを精一杯やろう。」と言いつけること。

● 次は**B**グループ。**A**グループに心を奪われて

いるので**B**になる。自信は待っていても出ない。集中できないのはやらないから。焦りはやらないから生まれる。やらないから自分に価値がないと思う。やらないから不安が大きくなる。やらないから腹の調子も悪くなる。みんな、順番が逆なんだ。**結論!** **B**を思うのは自然である。まず**A**。**B**を感じたら、持ったまま「また来た。仕方ない。とにかく今、やれることを精一杯やろう。」と言いつける!

● **C**グループ。これはあきらめる。終わったことだし、勉強が好きな奴なんかない。あきらめろ。● さあ、もう一度 **A**・**B**・**C**を見よう。再度言うが、思うのはよい。大事なのはキミがどうするかだ。**A**・**B**・**C**に心を向けて時間を過ごすのか、持ったまま、自分の夢に向けて精一杯やることをやるのか。自分で決める。

● 最後に。ある大学受験生の話をする。彼女は、3校連続で、自分の名前しか書けなかった。白紙で3科目とも出した。そして、第一志望の入試の前夜泣きながら飛び込んできた。ティッシュを渡して泣くだけ泣かせた。そして1時間かけて気持ちの整理をさせた。弱虫だった。3校連続、白紙で答案を出すなんてありえない。そして、第一志望立教大学。無事合格。彼女は勇気を出した。弱い自分を持ったまま道を拓いたのだ。 **キミにもやってみよう。**

(小林 健)

▼▲継続希望の方へ▲▼  
 ▶退塾や転校等で創学舎を離れた方にも、ご希望があれば創学舎ニュースを無料で送ります。  
 ▶在籍していた教室までご連絡ください。