東進OB・OG座談会

志望校合格をつかむ 勉強の“やる気”を考える 東進と仲間 受験勉強の関係

「なかなかやる気がでない」「やる気がすぐになくなってしまう」、受験勉強に取り組む高校生の中には、そんな気持ちになる人も多いだろう。やる気は自然と出てくるもの？頑張って出すもの？ そんな疑問を、見事第一志望校に現役合格した東進OB・OGに聞いた。難関大現役合格者はどのようにモチベーションを維持していたのだろうか。

Member 座談会メンバー

竹森 太一（たけもり だいち）くん
東京工業大学 工学院 2年
東京都立 小石川中等教育学校卒

「典型的な逆転合格」タイプ

自他共に認める逆転合格の典型です。勉強そっちのけの生活とは高2の夏に別れ、東進入学後は毎日閉館まで机に向かった結果、志望校合格を手にしました。

岡野 修平（おかの しゅうへい）くん
東京大学 理科一類 2年
東京都 私立 本郷高校卒

「スケジュールこそすべて」タイプ

計画を完璧に遂行していくタイプの受験生でした。まず長期計画を立て、修了時期を定め、そこから1週間のスケジュールを逆算していました。

松岡 佳怜（まつおか かれん）さん
東京医科歯科大学 医学部医学科 1年
東京都 私立 慶應義塾女子高校卒

「悔しい分だけ高く飛べる」タイプ

成績や計画が思いどおりじゃないととにかく悔しい！そんな私は悔しさをバネに勉強量や勉強方法を見直し、改善を続けたことが志望校合格の原動力になりました。

やる気はコントロールできる？勉強とやる気のつながり

どうやって勉強のやる気を出していた？

岡野　東進の校舎は常に受験生と一緒に勉強できる環境なので、それは良い影響を及ぼしていると思う。僕は中3で東進に入学したけど、自分よりも勉強している受験生たちの存在を知ったことで、早い時期から本気で勉強をすることができた。

竹森　みんなが勉強しているホームクラスのピリッとした空気感はいいよね。特に受験直前期は受験生が必死で勉強している姿を見て、自分もまだ帰らないで、もうちょっと勉強していこうかなとか思ったり。

松岡　私も校舎で受験生が勉強していたら、その人よりも長く座って勉強を続けようって勝手に自分に課していた（笑）。低学年のうちは自分の天井というか頑張りの最大値が低いから、そこに気づくことができるのも東進の魅力だと思う。

岡野　年齢の近い担任助手の先生が指導してくれることも大きかったな。高校のカリキュラムを考慮したうえでアドバイスをくれるし、僕が高2のうちに化学を修了させることができたのは「東大を目指すなら今のままだと遅いよ」って言ってくれた担任助手の先生のおかげ。たくさんの受験生を見ているから客観的なアドバイスをもらえたのがよかった。

松岡　担任助手の先生が実際に行った対策、例えば、面接の内容や小論文対策のポイントなども聞けて、すごく参考になった。

モチベーション維持のコツは？

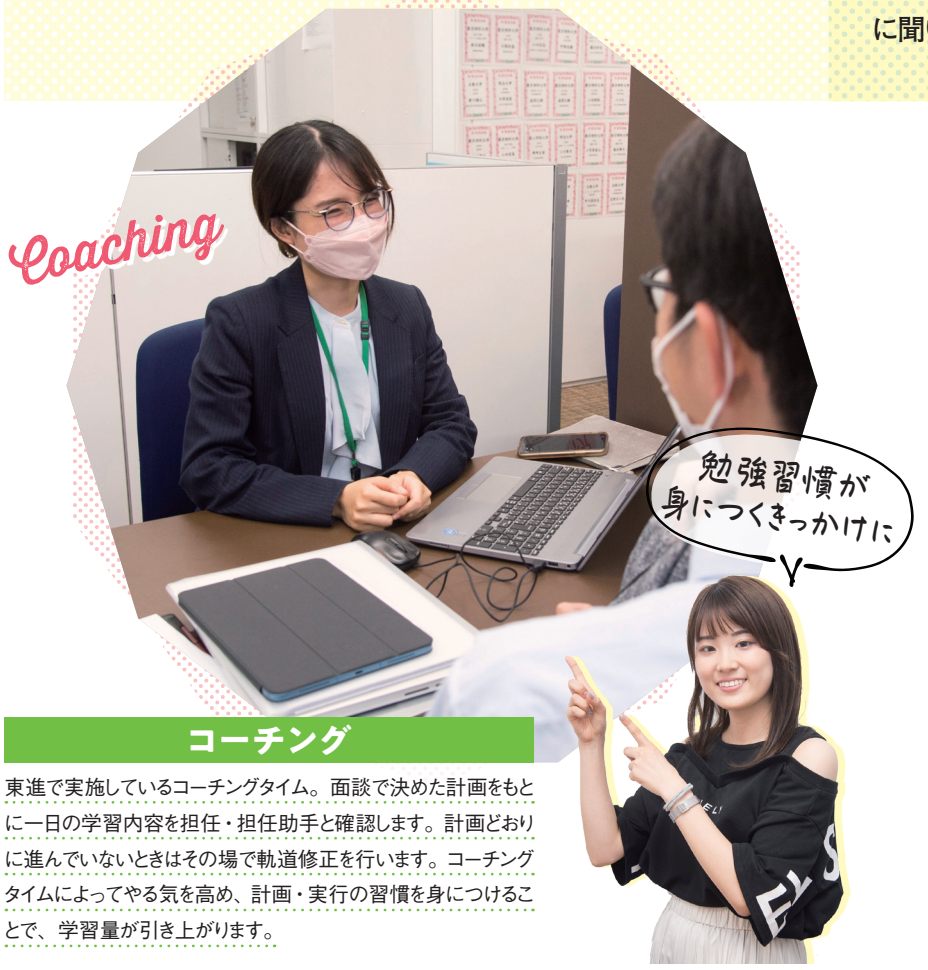
竹森　担任や担任助手の先生の存在と声かけが、モチベーションを維持するポイントになったと思う。担任助手の先生は元部活生だったり、志望する同系列の学部に通っていたり。共通点の多い先輩から受験や大学の情報を聞けるので、自分のこととして考えやすかったかな。

岡野　僕は模試の結果に一喜一憂しやすい人間で、精神が崩壊することも多々あったんだけど（笑）、担任や担任助手の先生たちは「勉強しろ」とは言わなかった。そうではなく、何をなぜすべきなのかを考えさせてくれて、進むべき道を照らしてくれたことがすごくありがたかった。

松岡　私は9割以上を目指した共通テスト本番で8割しかとれなくて、志望校を下げることも考えたんだけど、担任の先生が「そこまで下げる必要ない、やってきたことを信じよう」と言ってくれて。志望校に合格した今、この言葉はすごく大きかったなと思う。スケジュールの立て方を教えてもらって、予定を立てる習慣がついたのも担任や担任助手の先生のコーチングがきっかけだった。

おススメの気分転換方法は？

竹森　校舎の周りを散歩すること。特に高3の夏休みとかは一日10時間以上勉強するから、途中で頭がパンクしそうになるんだよね。そういうときは東進の周りを5分くら



コーチング

東進で実施しているコーチングタイム。面談で決めた計画をもとに一日の学習内容を担任・担任助手と確認します。計画どおりに進んでいないときはその場で軌道修正を行います。コーチングタイムによってやる気を高め、計画・実行の習慣を身につけることで、学習量が引き上がります。

入試制度	実施学科	出願期間	試験日
一般入試（全学部日程）	全学科	1/6(金)～1/19(木)	2/1(水)
一般入試（A日程）			2/3(金)、2/4(土) 2/6(月)、2/7(火) ※学科によって日程は異なります。
大学入学共通テスト利用入試（前期）	グローバル法学科・国際キャリア学科を除く14学科	1/6(金)～1/13(金)	1/14(土)、1/15(日)の大学入学共通テストを受験

スマホやPCで手軽に参加！
オンラインイベントを開催！

オンライン大学説明会
大学紹介と入試説明の2種類の説明会を実施しています。
説明会後には気軽に質問できる、チャットでの質疑応答の時間も設けています。

オンライン個別相談
個別に相談したいけれど、進学相談会や大学に行く時間がないという受験生の方に、入試センター職員がオンラインで相談や質問にお答えします。

明治学院大学
文学部／経済学部／社会学部／法学部／国際学部／心理学部
入学インフォメーション
〒108-8636　東京都港区白金台1-2-37
TEL：03-5421-5151

2023年4月 新学科体制へ
日本大学 生物資源科学部が 変わる

日本大学生物資源科学部では、このたび、学科の構成や教育内容を大きく見直し、全11学科の新しい生物資源科学部として生まれ変わります。未来を見据えた新学科で、一人ひとりにより深い学びを。そこから未来は変えられます。

バイオサイエンス学科　動物学科　海洋生物学科
森林学科　環境学科　アグリサイエンス学科
食品開発学科　食品ビジネス学科　国際共生学科
獣医保健看護学科　獣医学科

獣医保健看護学科では、卒業後に即戦力として活躍できる、国際水準の専門知識と技能を持った新しい国家資格「愛玩動物看護師」の養成を目指しています。

日本大学 生物資源科学部
〒252-0880　神奈川県藤沢市亀井野1866
TEL.0466-84-3812（入学センター）

頑張りを見てくれる人がいる、仲間がいたから乗り越えられた

い散歩して頭と身体をリフレッシュしてやる気回復！

岡野　僕は友人と東進の帰り道に、今日やった勉強の内容とか、お互いの勉強の進み具合とかを話したりしながら帰っていたんだけど、毎日友人の頑張りを聞くことが、モチベ回復とモチベ維持につながっていたと思う。

松岡　私は休憩中の筋トレをおススメしたいです！　私はスクワット派でした（笑）。ほかにも東進TVで大学紹介動画を観てモチベーションを上げるのもおススメです。

受験勉強中の仲間はどのような存在？

岡野　東進のチームミーティングでは、同じレベルの志望校の人が集まっていたから、東大の英語を解く順番とか過去問の復習方法などの情報共有もできてありがたかった。

松岡　私のチームは志望理由書を共有していたんだけど、ほかの人の志望動機を読むことで、自分が医師になった後の姿を具体的に思い描くようになったし、臨床に行った後でも研究に行けると知ることもできたりして、将来を考えるとても良い機会だったな。

竹森　担任助手の先生には、勉強以外にも大学の雰囲気やサークルの話が聞けて、体育の授業が必須だと知ったのもチームミーティング中だった。リアルな大学生活が聞けると志望校をもっと好きになれるし、勉強のやる気につながるよね。

校舎での思い出は？

岡野　通っていた校舎では、前日に頑張った人の名前が掲示される企画がありました。僕は「高速マスター基礎力養成講座」の今日のコラムを800日連続で続けて、100日目達成時に頑張った人として名前が掲示されました。自分の頑張りをちゃんと見てくれていた人がいて嬉しかったな。

竹森　思い出深いのは「オリンピック」企画です。チームミーティングごとに国を決めて、連続登校などを達成すると掲示物にシールを貼ってくれるもの。数学の計算演習を一気に修了できたのは、チームのみんなと頑張ったあの企画のおかげだった。

松岡　私はやっぱり「模試のランキング」。友人が自分よりも上位にいると、焦りと同時にやる気が出たな。

岡野　僕も高1の頃から受験生に混じって上位を目指していたんだけど、高3生が「この人すごいな」って言っているのを聞くと嬉しくて。高3生が「僕らも頑張らないと」と言っているのを聞いて、他人のモチベーションを上げちゃったよみたいな（笑）。

東進はやる気次第でどんどん先取りできるから、勉強面で学年の壁がないことはもちろん、競う相手も校舎にいる全学年。高い視点で競争できることは、全国区の大学入試に挑むうえで、すごく良いことだと思う。

チームミーティング

担任助手の指導のもと、5〜6人程度の生徒によるチームミーティングを通じて、切磋琢磨し合います。学習計画をチーム全員で共有して励まし合うことで、一人で勉強するよりも多くの学習量と学習効果が得られます。将来の夢や目標について語り合うことでモチベーションも高まります。

ランキングや表彰の校舎掲示板

校舎では独自のランキング掲示を行っています。模試ランキングや連続登校ランキング、チーム制による向上得点ランキング、校舎イベント出席ランキングなどさまざまです。あらゆる角度でランキングを行うことで、生徒の頑張りを見逃さない、校舎全員で褒め合い、競い合える環境があります。

合格まで走り抜ける

やる気 POINT 3

1. 毎日登校、閉館ギリギリまで粘って勉強すると達成感が味わえて、やる気が継続する！
2. 担任助手の先生に大学の話を聞いたり将来の夢を聞いたりすると、気分転換にもなりやる気につながる！
3. 毎日登校して勉強を習慣化してしまえば、ちょっとつらいときも習慣の力が後押しして、頑張り続ける原動力になる！

全国トップレベルの教育力、健康と福祉の総合大学

高崎健康福祉大学
Takasaki University of Health and Welfare

本学のほか９会場にて受験可能！

東京（八重洲）/ 札幌 / 仙台 / 水戸
宇都宮 / さいたま / 新潟 / 長野 / 松本

●女子寮アリ

令和５年度　入学者選抜

一般選抜（A 日程）特待生選出

1／31（火）・2／1（水）　試験日自由選択 両日受験可能

出願期間　12/23(金)〜1/22(日)　合格発表　2/8(水)

一般選抜（B 日程）

出願：2/6〜2/18　実施日：2/27　合格発表：3/7

大学入学共通テスト利用選抜

前期：出願 12/23 〜 1/22　合格発表 2/15　中期：出願 2/6 〜 2/18　合格発表 3/1
後期：出願　2/28 〜 3/ 9　合格発表 3/17　●検定料１万円で、最大８学科併願可能！

12/11(日)　WEB 一般対策講座開催 <WEB 個別相談会も同時開催！>　申込はこちら

・特待生制度がさらに充実！ <卒業までの授業料最大全額免除>　ー特待生として 72 名選出！ー
・SS 特待生 (100% 免除)・S 特待生 (50% 免除)・A 特待生 (25% 免除)

併願パック割
●一般選抜 A 日程 + 共通テスト利用選抜（前期）
●一般選抜 B 日程 + 共通テスト利用選抜（中期）
それぞれ同時出願で 5,000 円の割引
※詳細は募集要項をご確認ください。

農学部
生物生産学科
生命科学コース　フードサイエンスコース
作物園芸システムコース　アグリビジネスコース

人間発達学部
子ども教育学科
保育・教育コース
教員養成コース

健康福祉学部
社会福祉学科
社会福祉コース
介護福祉コース
医療情報学科
医療コース
情報システムコース
健康栄養学科

保健医療学部
看護学科
理学療法学科

薬学部
薬学科

〒370-0033　群馬県高崎市中大類町 37-1　TEL.027-352-1290【入試広報センター】