



進路だより

札幌市立宮の森中学校

令和7（2025）年度

第41号

2月12日（木）

進路係発行

保護者のみなさん、生徒のみなさん、共に読んでください

今日は私立高校入試A日程の下見の日です。入試ハンドブックをよく読んで、しっかりとした態度で下見及び入試に行ってください。さて、何点か注意事項です。

下見は基本的に行ってください。

「行ったことがあるから行かなくてもいいや」と思っている人もいるかもしれませんが、そんなことはありません。今日でなければわからない注意事項があるかもしれません。以前と交通機関の時刻表が変わっているかもしれません。特に今年は雪の影響で、思った以上に時間がかかるかもしれません。入試の雰囲気を感じるといってもいい面でも大事です。下見も入試の一部です。基本的には行っていただきたいと思います。

※試験会場が高校ではない場合があります。受験票等でよく確認してください。下見は当然試験会場を見に行きます。

当日と同じ公共交通機関で行ってください。

乗り継ぎの場所、乗り継ぎにかかる距離や時間、バス・地下鉄・JR等を降りてからの歩く道のり、距離などを知るには当日と同じ経路で行く必要があります。

自力で行ってください。

友達と待ち合わせて、友達頼みで自分は何も覚えていないというのでは、当日友達が休まざるを得ない状況になったり、自分が待ち合わせに遅れてしまったりしたときに困ります。

感染症対策に留意してください。

感染症対策に留意し、高校側の指示にしっかりと従ってください。換気により試験会場の室温が下がることも予想されますので、防寒もしっかり意識してください。

「一般常識」を意識して行動してください。

普段の中学校での常識が世の中の常識とは限りません。服装や大声に注意です。

感染症等の疾病に関する対応は、前号に載せた通りです。「高熱等で受験不可能な状態」や「受験可能だけれども別室対応になる可能性がある」などの場合、必ず当日の朝8:00頃までに中学校に連絡をしてください。

入試の際の持ち物に関しては、生徒募集要項や受験票等でしっかり確認してください。今年度からスマホの持ち込みが許可されましたが、建物内では電源を切るなどのルールや、移動中の使用などに関してはマナーをしっかり守りましょう。

入試を前日に控えた皆さんの心境はいかなものでしょうか。

緊張してますか？意外と落ち着いていますか？

緊張なんかしてないよと言いつつも内心はドキドキ…なんて人もいるかもしれませんね。

ちなみに私は何か大きな出来事がある前夜は、緊張してなかなか寝付けません。高校入試前の記憶はるか昔のことによく覚えていませんが、ベッドに入ってしばらくしたら、気になることを思い出してそれを起きて確かめて、また寝て、また起きて…なんてことをくり返していた気がします。

高校入学試験のとき、ボクは前日ほとんど寝られませんでした。やっぱり不安で、何だか興奮して、ヒツジを数えたり、とっぜん腕立て伏せをして体を疲れさせたりしたり…。きっと試験場では、ボクだけでなく、隣の人もその隣の人も、きっと教室全体が不安のかたまりだったのでしょう。それがわかっていたら、少しは落ち着いたような気がします。

そんなふうに緊張してしまうとき、今ではこう思うようになりました。「不安をなくそうと思っても、不安はなくなる。むしろ不安に思うのは当然だし、それが正直な自分の心なんだ」。不安な状態をマズイ状態、良くない状態と思っちゃうと、それだけで「今日はダメだ」という気になります。けど、「それがふつうだ」と思えば、そこから少し落ち着いてスタートできるような気がするのです。「不安になる自分も自分らしくてかわいい」…そう思うことはありませんか？

中 一夫「たのしい進路指導」より

皆さんの健闘を祈ります。今までの努力はきっと皆さんを裏切りません。自信をもって臨んでください。

※上靴を持ち帰った人は、次の登校時に持ってくるのを忘れないようにしましょう。