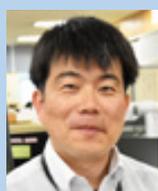


今までとは違う受験生の夏休み

多くの中3生が受験勉強のスタートラインとしている夏休み。これまでとは違う受験生としての長期休みになるため、さまざまな情報を入手して学習成果を上げたいものだ。高校入試に向け、この夏休みから始めたいことを県教育委員会事務局の小川浩貴さん、今年も暑い夏が予想される中、体調管理について同事務局の笠井佳代子さんの二人に聞いた。

(8面「入試突破講座」に関連記事)



受験勉強は自分の「現在地」を知ることから

県教育委員会事務局学びの改革支援課
小川 浩貴さん

高校入試に向け夏休みは大事と言われるが、何にどう取り組んだらいいのだろう。受験生のこんな問いに、私の考えを述べてみます。

受験勉強では、この夏休み中に①自分の「現在地」を把握する②学習習慣を身に付ける一を目指してほしいと思います。

学校で使っている教材などで1、2年生の範囲を確認問題など解きながら総復習し、できなかったところ、分からないところは教科書に戻って学び直す一といった受験勉強の仕方が多いのではないかと思います。合わせて、これまで

の学校のテストを見直す、入試の過去問などを解いてみる、公開模試を受けてみるのもいいでしょう。

そうして、どの辺りが理解できていないのか、目標に対して現在の自分の実力がどの程度なのかを、この休み中に大体つかんでおきたいものです。私の経験から、「対策ノート」を作って、できなかった問題や勉強中に気づいたことなどをノートにメモしておく、2学期以降の勉強に役立つと思います。

教科でいえば、積み上げが大切な教科といわれる英語と数学は、時間がかかるので早めに取りかかった方がいいでしょう。英語なら、一文でもいいので英文日記を書き続けるのはお勧めです。また、教科を問わず勉強したことを定着さ

教育委員会の二人からアドバイス

暑さに負けない体作り 勉強で取り組みたいことや、



から続けるのが習慣化の秘訣だと思います。

皆さんが受験する新しい公立高校入試について触れます。新入試の大きな変更点は、前期選抜で基礎的な学力検査が、後期選抜では全高校で面接(対面か紙上)が実施されること。つまり、前期、後期ともに学力検査と面接が実施されます。制度の変更は、日々の中学校での学習や生活が、高校受験、高校での

学びにつながるというメッセージでもあります。

面接で必ず問われる内容のうち、▽中学校で関心を持って取り組んだこと▽高校で学びたいことや取り組みたいことの2点について自分の言葉で具体的に伝えることが重要です。そのために、中学生生活の一日一日を大事にする。そして、将来

どんな道に進みたいか、そのために高校では何をやりたいか—まだはっきりしていない人は、この夏休みを利用して調べたり、体験したりして考えを深めていきたいですね。

【おがわ・ひろたか】県教育委員会事務局学びの改革支援課指導主事。2003年から県教員。東信、北信、南信の小学校6校や教育事務所勤務を経て、今年4月から現職。広島県出身。



よい睡眠で暑さに負けず 学習効果アップを

県教育委員会事務局保健厚生課
笠井 佳代子さん

今年の夏も暑くなりそうです。何をやるにも基盤となるのは体調です。よい体調というしっかりとした基盤の上に、勉強や部活動などを積み上げてほしいですね。暑さに負けない体作りについてポイントをお話しします。

大事なことは、生活の中で

バランスのよい食事、こまめな水分補給、質のよい睡眠、体温調節を意識的に心がけることです。ここでは睡眠に

(2面に続く)



「1対1だから、先生が私だけに向き合ってくれます。」

トライのマンツーマン

夏期講習

5ページの広告をチェック!

■2面 アクティブせんばい

4度目の全国優勝を目指す松本蟻ヶ崎高書道部の部長、3年の長崎乃野子さん(安曇野市・穂高西中出身)ほか

■3面 参加したい高校行事カレンダー

■4・5面 高校ホットほっと便 新しい市民イベントの企画運営に参加している伊那市内5高校の15人の生徒たちほか

■6面 情報アラカルト

■7面 部カツ! 班カツ!

■8面 入試突破講座

「中学生に知ってほしいニュース」は休みました

苦手も得意に書き換える夏



夏期講習 受付中!

詳しくは3ページをご覧ください

明光義塾!

7/27 SAT 第1回学校説明会 (中学1~3年生と保護者対象)

8/31 SAT 第1回体験入学 (中学3年生対象)

学校法人松商学園
松商学園高等学校
〒390-8515 長野県松本市東区3-6-1
TEL.0263-33-1210

Hot 長聖ニュース vol.29

第1回オープンスクールは8月31日(土)

本校の授業やクラブを体験できる「第1回オープンスクール」を8月31日(土)に開催します。全体会で在校生の体験談などを聞いていただいた後、希望する授業やクラブを体験します。時間は午後1時~4時。詳細や参加申し込みは本校のホームページへ。(右のQRコードを読み取ってください)

文科省の「トビタテ! 留学」に県内最多の10人

全国の高校生を対象にした文部科学省の海外留学支援「トビタテ! 留学JAPAN」に、本年度、本校から県内最多の10人(1年生4人、2年生4人、3年生2人)が選ばれました。10人は派遣留学生として夏以降、自分で考案したそれぞれの留学プランに沿って海外へ羽ばたきます。

佐久長聖高等学校
〒385-8588 長野県佐久市岩村田951 TEL.0267-68-5588
E-mail senior@sakuchosei.ed.jp

お兄さんやお姉さんが入学したら、その弟さんや妹さんも入学したくなる高校。

松本第一高校 落ち着いた校風の良さが評判です。落ち着いた校風に憧れて入学してくる生徒が実に多い。

進撃の『松本第一高校』

「あなたが憧れるあなたになれる高校」

①昨年度は中学校長推薦入試で定員の95%を充足。(自己推薦入試は実施していません)

②昨年度は本校入学者のうち「本校第1志望での入学」が、なんと95%。

③松本第一高校への「校風に憧れての入学率」は、なんと95%。

落ち着いた校風に憧れて、受験・入学してきます。学びのバターンが7種類もあるので、みんな「自分の目標に合った科コース系統に」、「自分の目標を持って」受験・入学してきます。

8月3日(土)★オープンスクール
9月7日(土)★8月10日★文化祭 10月5日(土)★体験入学等

学校法人外語学園
松本第一高等学校
〒390-0303 松本市浅間温泉1-4-17 ☎0263-46-0555

絞って気を付けたいことを挙げます。

日中に勉強したことは、眠っている間に記憶が整理され定着します。学習効果の点からも睡眠は大変重要です。受験生とはいえ毎日7、8時間は質のよい睡眠がほしいのですが、夏は暑さのために睡眠の質や時間を確保できず睡眠不足に陥りがちです。よい睡眠をとるために、次の四つのことに注意しましょう。

①就寝1～2時間前からスマホは使わない、できれば電源をオフにしましょう。寝る

前のスマホなどデジタル機器の使用は、睡眠の質を低下させるといわれています。

②暑いからと寝る部屋を冷やしすぎないようにしましょう。冷えすぎると睡眠の質低下や体調不良の原因になります。

③昼間の適度な運動、例えば散歩や軽いジョギングなどで汗をかきましょう。人は発汗で体温調節をします。汗をかける体であることが重要です。適度な運動は気分転換にもなります。

④寝る前にぬるめ(38～40℃くらい)の風呂にゆった

り浸かり、心身をリラックスさせましょう。

自分は汗をかきにくい、少しばーっとする、集中力がなくなったなど感じるのは、暑さに負けている現れかもしれません。睡眠に限らず、食事、水分補給、体温調節の面から見直してみましょう。

【かさい・かよこ】県教育委員会事務局保健厚生課指導主事。県内小中学校で25年間、養護教諭として子どもたちの健康管理にあたる。今年4月から現職。須崎市出身。

先輩受験生から一言アドバイス(その①)
(4月に実施した「高1生アンケート」より)

お勧めしたいこと

- 英語の教科書を毎日読む
- 勉強は楽しいと思込む
- スマホはルールを決めて制限する(多数)
- 志望高校を早く決める
- 休憩時間を決めたらアラームをかける



絶対しない方がいいこと

- 模試の結果で志望校をあきらめること
- 音楽聞きながらの勉強は絶対だめ
- 夜更かしや徹夜
- スマホを手が届く場所において勉強すること
- 気軽な気持ちでアニメを見始めるのはNG



やり遂げたことが大きな自信に

全国高校生の料理コンテストで最高賞を受賞した屋代南高校ライフデザイン科チーム

竹内 諒さん(3年/長野市・桜ヶ丘中出身) 小山 さくらさん(同/千曲市・埴生中出身) 昨年10月に福井県で開催された「全国高校生クッキングコンテスト」(文部科学省など主催)で最高賞の文部科学大臣賞を受賞しました。「サバの水煮(サバ缶)と郷土の特産物を使った幸福の『丼』ランチ」の課題に、2人が考案したのは、ご飯の上に、サバ缶の竜田揚げと信州のキノコや野菜の揚げ物を乗せた丼と、デザートにアンズの水ようかん。苦勞して作り上げただけに、高く評価されたのはうれしく、大きな自信になりました。



竹内さん(右) 料理人だった父の影響で小さいころから料理するのが好きでした。卒業後は就職して料理の道に進みたいと考えています。小山さん 卒業後は事務系の仕事に就く予定ですが、料理は好きなのでこれからも続けていきたいです。

「書きたい」と思う気持ちを大事にしたい

全国高校総合文化祭・書道部門に作品を出品する

北澤 夏歩さん(塩尻志学館高校2年/松本市・筑摩野中出身)

昨秋の「県高校書道展」で高い評価をいただき、今夏に岐阜県で開く全国高校総合文化祭(全国総文祭)・書道部門の出品者に選ばれました。今までやってきたことが認められたと感じ、とてもうれしかったです。



半紙の真っ白な世界の中に墨の文字を書き入れ、自分だけの作品を創るのが、私にとっての書道の魅力です。上達のコツは、「書きたい」と心から思う気持ちを大事にすることではないでしょうか。

全国総文祭には、県展と同じ空海の書を題材にした作品を出品しますが、仕上げるまでには長い時間半紙と向き合い、200枚以上は書きました。

福祉関係に関心があるので、将来は社会福祉士になって困っている子どもたちをサポートしたいと思っています。大人になってからも書道は続けていきたいです。

皆で作上げたパフォーマンスで全国優勝を

書道パフォーマンス甲子園に臨む松本蟻ヶ崎高書道部部长

長崎 乃野子さん(松本蟻ヶ崎高校3年/安曇野市・穂高西中出身)

松本蟻ヶ崎高校書道部は、愛媛県で今月開催される「全国高校生書道パフォーマンス選手権(書道パフォーマンス甲子園)」に向け、2年ぶり4回目の優勝を目指し一丸となって練習に励んでいます。

私が部長になって心掛けているのは、後輩たちへの配慮。書道パフォーマンスは事前準備が大変で、怠りなく整えてくれる下級生たちの頑張りに心から感謝しています。

小学3年から書道を習っていて、中学生の時、全国優勝した蟻ヶ崎高書道部のパフォーマンスをニュースで見てもうなりました。今年の私たちの強みは、3年生が多いこと。皆で意見を出し合い、作品のレベルを上げています。

卒業後は大学で英語を学びたいと考えています。たくさんの海外の人たちと交流し、異文化を肌で感じてみたいです。



大好きな囲碁にかかわる仕事に就きたい

囲碁の全国高校生大会県大会で2連覇

岡 遥花さん(須坂高校2年/中野市・南宮中出身)

6月の全国高校囲碁選手権大会県大会の個人戦女子で、昨年に続いて優勝できました。決勝戦は反省点が多い一局でしたが、ほっとしました。今月、東京の日本棋院で行われる全国大会では、ベスト16を目標に頑張りたいです。

囲碁を始めたのは小学4年の時。自宅近くの道場に出かけたのがきっかけでした。道場の皆さんに勝てるのが楽しくて、夢中になりました。小学5年から先生に付いて厳しい指導を受け、それから一気に上達したと思います。

盤上に自分の世界をつくり上げることができるのが囲碁の魅力です。強くなるために、いろいろな人と対局することを心がけています。

学校では棋道部で活動し、囲碁の強豪といわれる大学の文学部に進学を目指しています。大学でも囲碁を続けて、将来は指導者など、囲碁に関わる仕事に就きたいです。



2024年 7/27 土曜日 9:30~12:00 受付 9:30~9:50

きっと君が、変わる場所。

エクセラン高等学校 夏のオープンキャンパス

学校ホームページ 公式 Instagram

入学相談も実施中です!

イラストレーション/美術科2年 渡山 梓

天才発明家 フクシマカ...

うつくしく生きる

学校HP

1日体験入学 オープンスクール

9/9月・10火・11水 11/16土

〈中学校を通じて申込みをしてください〉 〈学校紹介イベント、経費説明会、授業見学など〉

学校法人 伊那西高等学校

〒399-4493 長野県伊那市西春近4851 TEL.0265-72-4091

—体験授業—

7月30日 四

—一部活動体験会—

8月24日 田・31日 田

東京都市大学 塩尻高等学校

TOKYO CITY UNIVERSITY SHIOJIRI HIGH SCHOOL

〒399-0703 長野県塩尻市広丘高出2081 TEL.0263-88-0104 FAX.0263-54-4090

体験入学

オープンスクール

学校説明会

文化祭

参加したい高校行事カレンダー 10月5日~ 保存版

高校(全日制)などが実施する体験入学や学校説明会、オープンスクール、入試説明会、学校見学会、公開授業、文化祭などのカレンダー。前号(第66号)の巻頭で特集したのが10月4日までだったので、今号で同5日以降の予定を掲載する。気になる学校についてぜひチェックしてほしい。

ただ、中止や日程・内容変更もあり得るし、事前申し込みが必要な行事も多い。必ず前もってホームページ等で詳細を確認してほしい。中2生が参加できる行事も少なくない。



カレンダーの見方

各種マークの意味は次の通り(編集部分類)

- 緑…体験入学・クラブ体験等
- 青…学校説明会等(オープンキャンパス・入試説明会・入試相談会など)
- 黄…公開授業等(オープンスクール・学校見学会・公開発表会・公開模試など)
- 赤…文化祭(商業科の販売実習、農業科の収穫祭など含む)の一般公開日

校名の前の★は私立高校、☆は高校以外(高专、高等専修)

月	日・曜日	北信	東信	南信	中信	月	日・曜日	北信	東信	南信	中信		
10月	5日(土)	須坂開 長野工業開 ★長野清泉女学院開	小諸(音楽)開 ★佐久長聖開	諏訪清陵開 飯田OIDE長姫(機械)開	★東京都市大学塩尻開 ★松本第一(普通※1)開 ★エクセラシオン開 ★日本ウェルネス長野開	11月	7日(日)	長野西・中条開			松本県ケ丘(探究)開		
	6日(日)	長野工業開	佐久平総合技術・臼田開 ★UWC ISAK Japan開		南安曇農業開		9日(火)	中野西開 ★長野日本大学開	小諸(音楽)開 軽井沢開	飯田OIDE長姫(社会基盤)開	★東京都市大学塩尻開 ★松本第一開(食物)開		
	7日(月)		丸子修学館開	辰野開 高遠開			10日(水)	★豊野高等専修開		★東海大学付属諏訪開 (松本市)			
	8日(火)			高遠開	松本蟻ヶ崎開		12日(金)				飯田風越開	田川開	
	9日(水)	長野開		下諏訪向陽開 岡谷南開 高遠開			13日(土)		佐久平総合技術・浅間開		飯田風越開		
	10日(木)			高遠開	田川開		16日(日)	須坂創成開 篠ノ井・犀峽開 市立長野開 ★長野清泉女学院開 ★長野俊英開	★佐久長聖開	茅野開 ★東海大学付属諏訪開 ★伊那西開 ★飯田女子開	南安曇農業開 ★日本ウェルネス長野開		
	11日(金)		上田染谷丘開	高遠開				19日(水)			岡谷東開		
	12日(土)	坂城開 ★文化学園長野開 ★長野俊英開	小諸商業開 ★上田西開 ★佐久長聖(長野市)	富士見開 上伊那農業開 駒ヶ根工業開 飯田OIDE長姫(建築)開 ★東海大学付属諏訪開 ★飯田女子開	池田工業開 ★松商学園開			23日(日)	飯山開			★松商学園開 ★松本国際開 ★エクセラシオン(美術)開	
	13日(日)	更級農業開	小諸商業開	駒ヶ根工業開	池田工業開		24日(月)				★東海大学付属諏訪開 (伊那市)		
	14日(月)			飯田OIDE長姫(電子機械)開			27日(木)				★東海大学付属諏訪開		
	15日(火)	長野吉田開 長野東開 長野南開 市立長野開		岡谷工業開			28日(金)					★松本第一(食物)開	
	16日(水)	長野吉田開		阿智開			30日(日)		★上田西開	岡谷工業開 ★東海大学付属諏訪開 (岡谷市)	梓川開 ★東京都市大学塩尻開		
	17日(木)	長野東開 松代開 市立長野開		阿智開				12月	2日(月)			岡谷南開	
	18日(金)	長野商業開	上田千曲開 夢科開	阿智開	明科開				3日(火)				岡谷南開
	19日(土)	須坂東開 長野商業開 松代開 屋代開 ★長野清泉女学院開 ★長野高専開	上田開 小諸開	飯田OIDE長姫(商業)開 ★東海大学付属諏訪開	穂高商業開 白馬開 ★松商学園開 ★日本ウェルネス長野開		4日(水)					岡谷南開	
	20日(日)	長野商業開 ★長野高専開					5日(木)			小諸商業開		岡谷南開	★松本第一(食物)開
	21日(月)	中野立志館開		阿智開	豊科開 白馬開		6日(金)		北部開			岡谷南開	
	22日(火)				松本工業開 松本美須ヶヶ丘開 豊科開 池田工業開		7日(土)		★文化学園長野開 ★佐久長聖開	★上田西開 ★佐久長聖開	★東海大学付属諏訪開 ★伊那西開	★松本国際開 ★エクセラシオン開	
	23日(水)	北部開 長野商業開			松本工業開 豊科開 松本美須ヶヶ丘開 豊科開		9日(月)			阿南開			
	24日(木)			辰野開	松本美須ヶヶ丘開 豊科開		10日(火)			阿南開			
	25日(金)		小諸(音楽)開(長野市)		松本美須ヶヶ丘開 豊科開		11日(水)			★東海大学付属諏訪開			
	26日(土)	下高井農林開 須坂創成開 篠ノ井開 更級農業開 屋代南開 ★豊野高等専修開	野沢北開 ★佐久長聖開	諏訪実業(商業)開			14日(日)	屋代南開 ★長野清泉女学院開 ★長野俊英開	野沢北(普通)開	★東海大学付属諏訪開 ★飯田女子開	★東京都市大学塩尻開 ★日本ウェルネス長野開		
	27日(日)	須坂創成開 ★豊野高等専修開	★UWC ISAK Japan開	諏訪実業(商業)開			16日(月)			★東海大学付属諏訪開			
	29日(火)	★長野高専開					17日(火)			辰野開 ★東海大学付属諏訪開			
	30日(水)	★長野高専開		★東海大学付属諏訪開			18日(水)			★東海大学付属諏訪開			
	31日(木)	★長野高専開	小諸商業開	富士見開			19日(木)			★東海大学付属諏訪開			
	11月	1日(金)	★長野高専開				大町岳陽開	20日(金)	下高井農林開		★伊那西開		
		2日(土)	長野工業開 ★文化学園長野開		飯田OIDE長姫(電気電子)開 下伊那農業開 阿南開		★松商学園開 ★松本国際開 ★日本ウェルネス長野開	10日(日)	★文化学園長野開				
		4日(月)	★長野高専開					11日(月)			★飯田女子開		
		6日(水)					塩尻志学館開	16日(土)		夢科開	辰野開		
								17日(日)			富士見開 岡谷工業開		
						18日(月)	★長野清泉女学院開	佐久平総合技術・浅間開	★伊那西開				
						24日(日)			辰野開 阿智開	松本県ケ丘開			
						29日(土)	松代開		阿南開(外部会場)				
						31日(日)	更級農業開 ★文化学園長野開		富士見(普通)開				
						高	1日(土)	★長野俊英開	上田開 野沢北開	伊那北開			

* 学校見学などは随時、受け付けてくれる学校が多い * 松本第一高校の「普通※1」はスポーツサイエンス・専修学術体験入部、美術工芸セミナー

苦手を得意に書き換える夏

夏期講習は、大きく成長するチャンスです。明光では、生徒一人ひとりの目標に合わせた学習プランを提案します。夏の間に、苦手教科のつまずきの原因を把握し、集中的に取り組むことで、成績アップへと導きます。

夏期講習

小・中・高 全教科対応

個別指導 No.1

一人ひとりの未来! 一人ひとりの明光義塾!

~私たちは子どもたちの可能性を信じ、共に学び、楽しみ、成長します

飯山市 飯山教室	上田市 神科教室	安曇野市 穂高教室
中野市 信州中野駅前教室	東御市 東御教室	松川村 あづみの松川教室
長野市 浅川教室	坂城町 坂城教室	大町市 大町教室
北長野駅前教室	軽井沢町 軽井沢教室	岡谷市 岡谷教室
篠ノ井駅前教室	佐久市 岩村田駅前佐久平教室	諏訪市 諏訪中洲教室
長野稲葉教室	中込駅前教室	茅野市 茅野教室
長野七瀬教室	塩尻市 塩尻教室	辰野町 辰野教室
長野三輪教室	塩尻市 塩尻教室	箕輪町 みのわ教室
西尾張部教室	松本市 松本教室	伊那市 伊那教室
柳原教室	松本市 松本桐教室	駒ヶ根市 駒ヶ根教室
須坂市 須坂駅前教室	まつもと波田教室	高森町 下伊那高森教室
千曲市 戸倉教室	南松本教室	飯田市 飯田鼎教室
上田市 上田塩田教室	村井教室	飯田市 飯田松尾教室
上田原教室	安曇野市 豊科教室	飯田市 飯田丸山教室

個別指導

明光義塾

!

明光義塾では、生徒の安心・安全に十分に配慮したうえで、授業を実施しています。

お問い合わせ 0120-411-996

受付時間 月~金 10:00~21:00 土・日 10:00~19:00

詳しくはこちら

情報 アラカルト

ニュース・お知らせ・募集 etc
短くまとめてお届け

公立高新入試の「学校別実施予定概要」を公表

県教育委員会はこのほど、新制度で行う2025年度公立高校入試の「学校別実施予定概要」をまとめ公表した。全日制80校(地域キャンパス2校含む)のうち、新しく全校が実施する後期選抜の面接については、「対面による面接」が32校、「紙上面接」が48校となった。

22年に各校が策定、公表している新入試の「実施内容案」から変

更があったのは、全日制が5校、定時制1校だった。全日制5校の変更点は次の通り。

▽屋代南 後期選抜で他学科の第2志望を認める▽小諸商業 後期の面接を対面から紙上に変更▽上伊那農業 同▽木曾青峰 農業・工業両科の再募集で志願理由書提出をなくした▽塩尻志学館 前期で実施予定だった「作文」を行わない。

新キャンパスの「N/S高」が長野、松本で説明会

角川ドワンゴ学園(本部・沖縄県)は今春、長野市に通信制高校「N高等学校・S高等学校」の通学コースキャンパスを開設した。また、来年4月には松本市にキャンパスを新設する予定だ。

両キャンパスは7月、中3生らを

対象に次の日程で学校説明会やオープンキャンパスを開く。会場など詳細と参加申し込みは同校のホームページ(右のQRコード)



ド)から。個別相談は両キャンパスやオンラインで随時受け付けている。

▽7月14日(日)【松本市】
学校説明会 11:00~

▽7月15日(月)【長野市】
通学コース体験会 10:30~

▽7月30日(火)【長野市】
オープンキャンパス 18:30~

高校生による「合同高校説明会」3地区とオンラインで

中学生の進路選択に役立ててもらいたいと、高校生が自分の高校について情報発信する「合同高校説明会」(実行委員会主催)が8~9月、県内3地区とオンラインで順次開催される。

昨年、飯田市内5校の生徒有志が同市で初めて開催。好評を得たため、今年は県教育委員会が協力して開催地を拡大した。昨年の実行委員長だった小池杏奈さんと凛奈さんの双子姉妹(飯田女子高校

卒、現在はともに大学1年生)が今年も実行委代表を務めている。開催地と日程は下表の通り。



昨年の「合同高校説明会」の様子

高校生による合同高校説明会 日程

開催地	日程	時間	会場
飯田市	8月 4日(日)	14:00~17:00	エス・バード ホール
松本市	8月25日(日)	13:30~16:00	松本市勤労者福祉センター
上田市	9月 8日(日)	13:00~16:00	上田市西部公民館
オンライン開催	9月29日(日)	14:00~16:00	—

「合格」への手ごたえを感じよう!

協力塾の夏期講習 特集

小中高対象

個別 夏期講習 生徒募集!

入会金11,000円が無料
体験授業2回無料
各校舎先着8名
入塾の方 授業2回分無料

ASA アーサー学院 個別指導

www.yotsuyaotsuka.com/net/ [アーサー学院 長野] 検索

本郷校(7/12開校) 080-2965-9324 (仮)
信州中野校 0269-24-7119 川中島校 026-284-0551
上田中央校 0268-28-8155 上田原校 0268-75-2442

90%以上が紹介入会の塾
口コミで選ばれています! ※15年連続・令和5年は97%が塾生からの紹介入会でした

夏休みお試しプラン 夏休みだけの参加でもOK

この夏休み「長ゼミ・松ゼミの授業」を体験してみてください。
★まだ夏休みの日程が不明でも大丈夫★
受講日はあとから変更できます

1:2個別指導 60分×8回

兄妹や友だちとセットもOK! 教科も受講日も自由に選べます

- 小1~4 / 14,800円
- 小5~6 / 18,400円
- 中1~2 / 19,400円
- 中3 / 19,000円 (受験生割引)
- 高1 / 24,800円
- 高2 / 26,100円
- 高3 / 27,400円

※教材・消費税・自習室利用などすべての必要経費を含みます。

お試しプラン受講後 通常入会すると 入会金 ¥5,000 割引

長野ゼミナール NAGANO SEMINAR
松本ゼミナール MATSUMOTO SEMINAR

お申し込み・お問い合わせは ゴーゴー ミナゴウカク
0120-55-3759

学力は暑いうちに
つけよう!

夏期講習 受付中! 7.24 スタート! ※日程は校舎ごと異なります。

講習+7月末までの入会で 講習指導料 無料
講習+8月末までの入会で 入会金 無料

平均点からトップ校へ合格!
いずみ塾®

お気軽に
お問い合わせください! 0120-72-8655

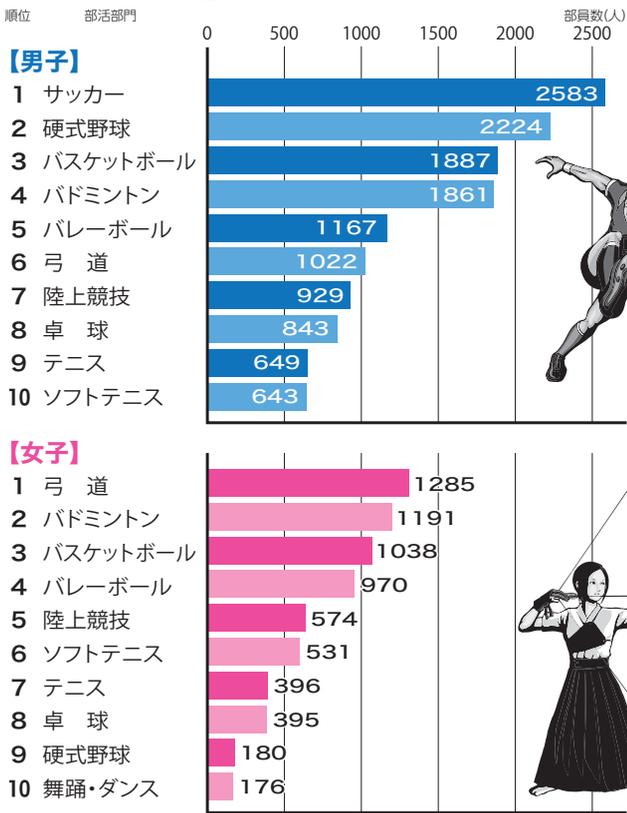
フリーダイヤル受付時間/
(月曜~金曜)10:00~21:00 (土曜)10:00~18:00
いずみ塾本部(株式会社アイキューブ)長野県茅野市塚原1-3-21

WEBからは 24時間受付 izumijuku.co.jp
いずみ塾 検索

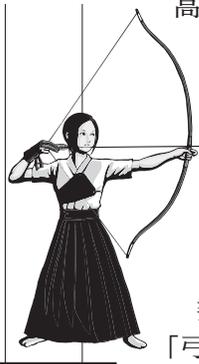


男子は「サッカー」、女子「弓道」がトップ 「バドミントン」「バスケットボール」などは男女ともに上位

高校運動部 部員数トップ10



県内高校の運動系クラブで部員数が最も多いのは、男子が「サッカー」、女子は「弓道」。トータルで男子の部員数は女子の約2倍一。県高校体育連盟(会長/武居正憲・池田工業高校長)と県高校野球連盟(会長/久保村智・松本美須ヶヶ丘高校長)が5月1日時点で行った調査で分かった。運動部(同好会含む)の総部員数は約2万4000人で、内訳は男子が約1万6000人、女子が約8000人となっている。



調査は、各連盟に加盟する県内公私立高校(全日・定時・通信制、長野高専含む)の運動部各部門の部員数を男女別に調べた。部門別部員数の男女各トップ10は左のグラフの通り。

男子は、「サッカー」に次いで2位が「硬式野球」、3位「バスケットボール」、4位「バドミントン」。4位までの部員数が圧倒的に多く、運動部全体の半数以上を占める。以下「バレーボール」「弓道」「陸上競技」などが続く。10位内で

順位に変動があったのは、「バスケットボール」と「バレーボール」が昨年より1つずつ順位を上げ、「バドミントン」と「弓道」が1つずつ下げた。また、増加が目立ったのは、「陸上競技」「フットサル」「バレーボール」など。

高校運動部 部員数ランキング

女子では「弓道」「バドミントン」「バスケットボール」がトップ3。「バドミントン」「バスケットボール」は男女ともに上位となっている。4位の「バレーボール」は昨年に比べ部員数が急増した。以下「陸上競技」「ソフトテニス」など。「テニス」と「卓球」、「硬式野球」と「舞踊・ダンス」は昨年と順位が入れ替わった。

この結果、男女合わせた部員数トップ20は次の通り。

- ①バドミントン②バスケットボール③サッカー④硬式野球⑤弓道⑥バレーボール⑦陸上競技⑧卓球⑨ソフトテニス⑩テニス⑪ハンドボール⑫剣道⑬水泳(競泳)⑭登山⑮柔道⑯舞踊・ダンス⑰ソフトボール⑱ラグビー⑲軟式野球⑳空手道。



日常の出来事。うれしかったことや悩み、願い、提言、質問。家族や友達、先生のことなどを150字以内にまとめて送ってください。オリジナルのマンガやイラスト歓迎。掲載分には編集部より粗品をお送りします。

【投稿規定】必ずハガキを使用し、氏名、住所、自宅の電話番号、中学校名・学年を明記
 【投稿宛先】〒380-0836 長野市南県町1001-3-201 エデュケーショナル長野内
 「信毎中学生Navi」編集部
 【締め切り】8月23日(金)までに差し出してください
 【問い合わせ】Tel.026-266-0578



(叶芽さん 上伊那郡・中3)



(早々瀬さん 松本市・中3)



(そらちやずけさん 長野市・中3)



(浅沼鈴乃さん 諏訪市・中2)



(小林春奈さん 岡谷市・中1)

naga なが模試

長野県統一模試

● 2024年度 なが模試実施日程 (標準実施日)

- 第3回 8月25日(日)
- 第4回 10月6日(日)
- 第5回 11月3日(日)
- 第6回 12月1日(日)
- 第7回 1月12日(日)

県内すべての中学生を応援したい!

長野県全域の多くの中学生たちが受験しました
高校入試 本格的会場模試

● 第3回 お申込み切 8月6日(火) 15:00

中1・2生は8月・1月実施!

長野県統一模試会 〒390-0874 長野県松本市大手 2-5-1

<https://www.moshikai.jp/>

☎ 0120-105264 受付時間 午前10:00~午後6:00 ※土・日・祝を除く

なが模試

FSC® 森林認証紙の印刷は 総合印刷にご相談ください。



詳しくは コチラ↑

株式会社総合印刷

- 営業本部・工場 長野県塩尻市広丘吉田659-1 ☎.0263-57-4556(代)
- 長野営業所 長野県長野市東和田857-1信州名鉄長野ビル3F ☎.026-251-6275(代)
- 東京支社 東京都新宿区西新宿4-14-4カツラビル6F ☎.03-5334-5933(代)

信学会の入試突破講座



【第67回】

夏休み、本格的に受験勉強を始めよう

「夏を制する者は受験を制す」と言われます。夏休みは、学校生活のリズムをくずさないこと。そして、宿題や提出物は、夏休みの終盤まで持ち越さないようにしましょう。日中はとても暑くなることが多く、自宅にはゲームなどの誘惑もあるので環境を変えて、学習塾の「夏期講習」に参加したり、図書館で勉強したりするのもお勧め。夏休み明けから始まる「総合テスト」の結果は、受験校決定の参考資料にも使われます。2学期に好スタートを切れるように、勉強と遊びのメリハリをつけて過ごそう。中2生も参考にしな。

力がつく夏の過ごし方は？

～1日8時間の勉強時間を～

この夏休みをだらだらと過ごしてしまうと、休み明けの「総合テスト(または実力テスト)」で良い結果を出すことはできません。逆に、計画的で効率的な勉強を継続できれば、苦手教科や弱点領域を克服して、得点や学年順位を上げることにつながります。

信学会では、中学3年生に「自分史上、最も勉強した夏にしよう!」と呼びかけています。ふだん中学校で勉強している9時から15時の間で5時間を勉強時間にあてるようにすれば、下の例のように、1日10時間の勉強も不可能ではありません。



▼夏休み中の1日の学習計画の例(斜線部が勉強時間)

6時	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	
家庭学習	朝食	新登校	夏期講習など(5時間)					帰宅	家庭学習	夕食	家庭学習	TV	読書					

高校入試まで、夏休み以上に長い休みは二度とありません。夏休みの過ごし方しだいでは、進学先の高校が変わることもあり得ます。

効率的な夏の勉強法は？

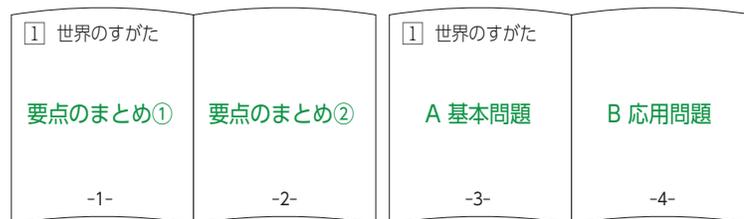
～受験対策問題集をフル活用～

教科書は中学1年から3年まで各教科3冊に分かれていて、短期間での総復習にはやや不向き。お勧めは、みなさんが中学校で購入した『新研究』や『整理と対策』・『マイペース』など、**中学3年間の学習内容が1冊にまとまった問題集をフル活用すること!**自分の理解度に応じて、**基礎→応用→発展と段階を踏んで勉強**していこう。

問題集で、できる問題とできない問題を区別しよう

□ 知識不足の教科は要点のまとめ(解説)を音読して、用語の暗記から始める。

▼ 中学校で購入する問題集に多い単元構成(例:社会の場合)



□ 得意な教科は、最初に既習範囲のA問題(基本問題)をノートに解く。→まず、中学3年の1学期の範囲までA問題を1回すべて解き終わってから、次にB問題(応用問題)に取りかかる。1日に2～4単元が目安。

□ 間違えた問題や自信がない問題は、問題集の問題番号に赤ペンで○印をつけていく。([できる問題]と[できない問題]を区別する。) →A問題・B問題を1回解き終わったら、2回目は赤い○印のついた問題だけをA問題・B問題の順に解き直すと効率が良い。

□ わからないことがあっても、すぐに答えを見ない。要点のまとめ(解説)や教科書・資料集・地図帳・辞書などで調べる。 →楽しんで覚えたことはすぐ忘れるが、苦勞して覚えたことは記憶に残る。

夏休みの学習計画の例

月	火	水	木	金	土	日
			7/25 終業式	7/26 要点の整理	7/27	7/28
7/29	7/30	7/31	8/1 A問題①	8/2	8/3	8/4
8/5	8/6	8/7	8/8 B問題①	8/9	8/10	8/11
8/12	8/13	8/14 A問題②	8/15	8/16	8/17	8/18 B問題②
8/19	8/20	8/21	8/22 始業式	8/23 総合テスト		

POINT 夏休み明けまでに、出題範囲の問題を2回解くつもりで、学習計画を立てよう。

●これから受験校決定までの流れをつかんでおこう●

多くの中学校では、夏休み明けから2月にかけて6回程度、総合テスト(実力テスト)が行われます。そして**11月までの4回の総合テストの結果や2学期の通知表の評定などをもとに、12月の保護者懇談会(担任の先生・受験生・保護者の三者面談)でどの高校を受験するかが話し合われます。**

中学校行事の例と入試情報の発表予定

	7月	8月	9月	10月	11月	12月
中学校行事や入試情報	期末テスト	入学者選抜要綱の発表	保護者懇談会①	夏期休業	総合実力テスト①	学校別実施内容の発表
			総合実力テスト②	総合実力テスト③	入学者選抜要綱の発表	総合実力テスト④
				生徒募集定員の発表	総合実力テスト⑤	保護者懇談会②

※例年のスケジュールをもとに作成しています。

もっと先へ、弾む夏。

夏期講習

7/21日より 順次スタート 受講生受付中!

詳しくはこちら

特別講座も開講!

学年	コース	授業日数	学習のねらい
中3	アカデミーハイレベルスタンダード 主要3教科(国・数・英)	8日間	既習の全範囲から出題される夏休み明けの「総合テスト」に備える。また、今までの総復習を行い、弱点を克服する。
中2	主要3教科(国・数・英)	7日間	難しくなり差がつく2学期の学習に備え、土台を固める。また、勉強と部活動を両立させる。
中1	主要3教科(国・数・英)	7日間	

開講コースや日程など、詳しくはホームページをご覧ください。

長野県高校入試学力テスト

第3回 中3範囲までの理解度をチェック

9月8日(日)実施

詳しくはこちら

教科/入試5教科
時間/集合 9:00 終了15:10
会場/信学会校舎および特設会場
受験料/1回券4,300円 6回券24,000円

特色

- 長野県入試に沿った出題
- リアルな志望校内順位と合格可能性判定
- 本番さながらの緊張感を体験