三鷹の森学園　三鷹市立三鷹第三中学校　第３学年　進路だより　　第 10 号



道しるべ



令和８年 10 月８日（木）

文章責任者：進路指導部

第２回進路説明会について

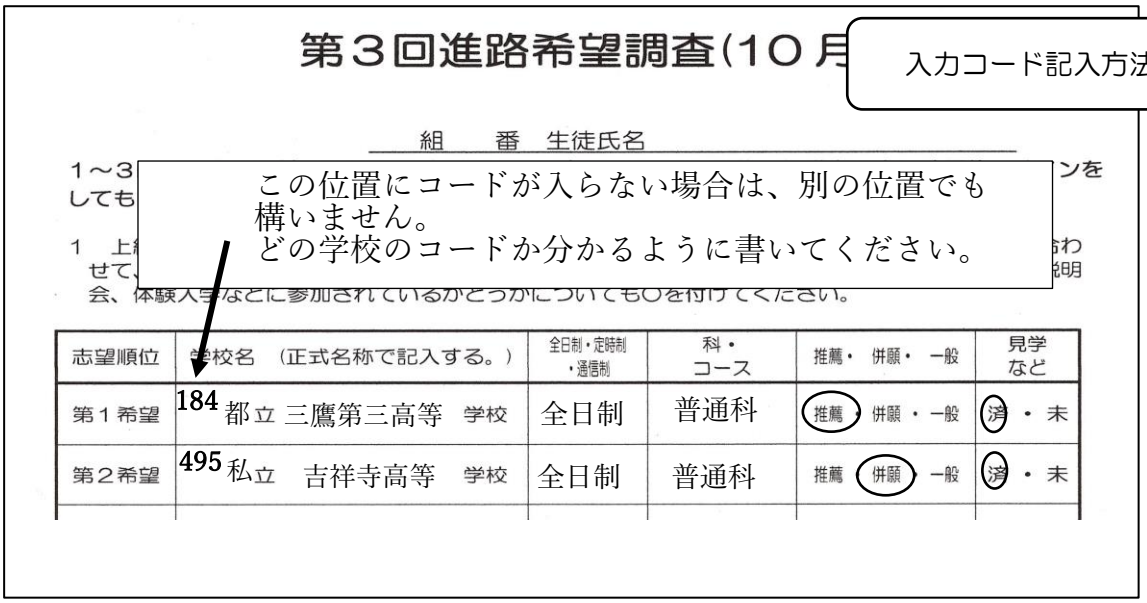
今年度の第２回進路説明会は、生徒・保護者合同で 10 月 19 日（月）14 時半から１時間程度実施する予定です。生徒は 14 時 20 分の６時間目終了のチャイムで教室に戻り、残り 10 分間は保護者向けにお話しさせていただく予定です。最終的な進路選択に向けてお考えいただきたいことや、私立・都立の入試形態、ご家庭で準備していただく書類等について、具体的な内容をお伝えします。当日保護者が出席できない場合は、生徒が資料を持ち帰ります。また、前回同様、進路説明会終了後に三中ＨＰにて資料を掲載する予定です。

進路希望調査について

第３回進路希望調査を 10 月 14 日（水）に配布します。こちらは今月末の進路面談で活用する予定です。ご家庭で話し合いを行い、生徒のみなさん自身が記入します。今回から「入力コード番号」の記載された学校一覧シートを配布するので、学校名の欄の左端に「入力コード番号」を記入してください。（右図参照）

進学を希望する場合は、志望順に、学校・学科・コース名を記入します。現時点で推薦入試や私立高校の併願優遇制度等の利用を考えている場合は該当の箇所を〇で囲み、面談で伝えてください。第一志望優遇制度や、その他学校独自の推薦制度等を利用する場合は、「３　その他の希望」欄にご記入ください。また、推薦制度や併願優遇制度を利用しようとしている場合は、三者面談の際に「入試要項（WEB 上のものの印刷）」を持参し、担任にお見せください。

大成高校の地元特別枠を希望する場合は、必ず志望校に「大成高校」の記載をお願いいたします。



お知らせとお願い

（１）奨学金について

奨学金の案内が届いています。各種申請書類も必要となりますので、ご希望の場合は担任を通じて、奨学金担当までご連絡ください。

①「あしなが育英会高校奨学生予約募集」【12 月 15 日消印有効】

②「アフラック小児がん経験者・がん遺児奨学金制度」【11 月 1 日～2 月末日消印有効】

③「古岡奨学会」【12 月 24 日締切】

概要を進路のクラスルームに載せておくので、自分が該当するか確認してください。また、これ以外にも奨学金を申し込む際に、学校が書類を作成しなければならない場合があります。期限に余裕をもってご相談ください。

（２）在京外国人生徒対象の説明会について

令和９年度東京都立高等学校入学者選抜に係る在京外国人生徒等対象の説明・相談会が開催されます。詳細を進路のクラスルームにも載せておきます。

・場　所：東京都庁第一本庁舎５階の大会議場

・実施日：10 月 11 日（日）と 10 月 25 日（日）

・時　間：（午前の部）午前 10 時 30 分から午後０時 30 分まで

（午後の部）午後１時 30 分から４時 30 分まで

（３）書類の配布・管理を徹底について

今後、重要な書類の配布が続きます。生徒の皆さんは、この進路だよりも含め、学校から配布された書類を必ず保護者に見せるようにしましょう。

生徒のみなさんへ　コラム⑨

「ワクワクする物語」を見付けるために

これまで、みなさんに、「進路について、主体的に考えよう」「自分の進路は、自分で考えよう」とよく言ってきました。しかし、まだ今後の人生計画がぼんやりとしている人も多いのではないでしょうか。そんなときに意識してほしいのが、「ワクワクする気持ち」です。

面白い本や漫画、ドラマ等には、この先の展開を期待させる「推進力」があります。だからこそ、ワクワクした気持ちで、次のページを読みたくなったり、次の話を観たくなったりします。自分の人生を物語にたとえたときに、同じように先の展開をワクワクと想像できる、「推進力」のある人生が良い人生と言えるのではないでしょうか。

上記の話は、『13歳からの進路相談～仕事・キャリア攻略編～』（松下雅征／2025年／すばる舎）という本の中で紹介されていた内容を参考にしています。この本によると、「ワクワクする進路」というのは、自分軸から見た「いい進路」のことです。「有名大学に合格すること」「大企業に就職すること」といった、目に見える成果に基づいた進路ではなく、経過や納得、幸福という自分の感じ方に基づく進路のことを指します。目に見える成果に基づく進路（他人軸の進路）は、ゼロサムゲームとも呼ばれ、誰かが勝つと誰かが負けることになります。みんな競争して勝とうと頑張りますが、これだと全員が勝者になることはできません。一方、自分軸から見た進路の場合は、他人と競争する必要がないので、誰もが「いい進路」をもつことができます。

「先が知りたい」と自分に思わせ続ける、物語の推進力がある進路…すなわち、ワクワクする進路。これは、「受験生」であるみなさんに限らず、人生の中で常にもち合わせていたい考え方だなと思います。自分の人生にワクワクできるか。今やっていることを楽しめているか。この先の自分に期待できるか。

ただ、その上で立ち止まることがあるのも人生です。大きな不安の中で、前向きに進路を捉えることが難しい人もいるでしょう。当初考えていたこととは意見が変わることもあるかもしれません。そんなときは、その都度自分の声を聞いてみてください。毎日の生活の中で、少しでも「知りたい」「やってみたい」と考えられることはないでしょうか。心から「ワクワク」できるものとの出会いはなかなかないかもしれませんが、小さな「ワクワク」なら、身の回りに転がっているかもしれません。長い人生の中で、自分の「ワクワクする進路」を見出せるタイミングも人それぞれです。立ち止まってもよいのです。

焦らずに、ゆっくりと、あなたの進路を探していきましょう。（進路指導主任）