

# NOBIRU



いよいよ受験が始まります。受験はテスト当日だけではありません。願書入手・出願・試験・面接・入学手続きと、入学までのすべての行動が「受験」です。義務教育を終え、自分の言動・学力が社会で通用するかが試されます。全力を出しきって下さい。

## 入試直前の心得

私立高等学校の入試まで秒読み段階になりました。これからの時期、一番大切なことは当日のコンディションづくりです。特に夜型の生活をしてきた人は、今日から朝型に変えましょう。

なぜ朝型かというと、朝型で規則正しく生活している人は（太陽の動きとともに）夜寝てすぐに深い眠りに入り、朝起きてから能力全開までの時間が短いからです。

反対に夜型の人は授業でもボンヤリ。能力全開になるのは深夜で、眠りも浅い。そして何よりもいけないのは夜にならないとやる気にならないということです。

入試は朝から始まります。夜型の生活の人は朝型にしましょう。

## 朝型に切り替える方法

- ①夜の勉強は遅くとも午後11時まで  
午後11時までに就寝  
朝は午前6時起床！これで睡眠7～8時間は確保ですね
- ②朝、起きたらしっかり朝日を浴びる（体内時計リセット効果）
- ③学校では授業に集中する
- ④もし、夜11時に眠れなくても布団に入り目を閉じて横になる



## 私立高等学校・専修学校 志願書入手の注意（願書を持っていない人）

### ペーパーによる志願書の場合

- ①私立高校・専修学校の願書は、各自で高校まで取りに行きます。
- ②願書セット（願書や調査書・封筒類など）を持っていない人は14日給食後、取りに行きます。（いったん自宅に戻り荷物を置いて、各学校へ行きます。）
- ③受験校までの交通手段や自宅からの時間などを確認しておきましょう。
- ④願書を取りに行くのも入試と同じです。気を引き締めて行きましょう。

ほとんどの高校は事務室で願書を配布しています。服装（高校の門を通る前に防寒着、マフラー、手袋をとる）を整え、挨拶をします。高校は、みなさんの態度や外見をしっかりと見ておられますよ。

### ⑤挨拶のポイント

相手の目を見て、はじめのあいさつ、おわりのあいさつ。

「ありがとうございました。」「失礼します。」

「こんにちは（おはようございます）。」

例：「松原第五中学校の〇〇です。」

願書をいただきに参りました。よろしくお願いいたします。」



⑥行き方を覚えるために、電車やバス、試験当日と同じ方法で行きましょう。

⑦各自責任持って一人で行く。友だちと一緒に行かない。

⑧出願日（1月26日）は中学校を午前11時頃出発予定です。電車やバス（スクールバス）の時間を必ず確認しておいてください。

⑨試験日（2月10日）は木曜日平日ダイヤ（時刻表）、（2月11日）は祝日ダイヤです。

⑩14日に願書を取りに行った人は自宅で鉛筆で下書きし、17日担任に提出します。

担任に提出するときは高校のパンフレットや過去問題は家に置いておく。

志願書一式・振込用紙・合否封筒など高校の封筒に各自名前を書き提出して下さい。

## Webによる志願書の場合（確認書をまだ提出していない人）

### インターネット環境が家にある場合

- ①自宅で高校のホームページにアクセスする。
- ②画面の指示通り入力を進め、確認書をプリントアウトする。
- ③担任に「確認書」を提出しOKが出たら受験料を支払う。
- ④志願書・受験票が印刷可能になるのでプリントアウトする。
- ⑤志願書に保護者印が必要な場合は、朱肉を使うタイプの印鑑で捺印する。
- ⑥担任へ提出する。中学校で、写真・学校印を捺して出願まで保管します。

### インターネット環境が整わない場合

各自受験する高校のメディアセンターへ行き、高校で入力、「確認書」のプリントアウトの指導を受ける。

※高校へ行く場合電話連絡などが必要な場合があります。

※家庭で印刷ができない場合はコンビニで印刷ができるアプリが紹介されています。

**私立高等学校等の入学志願書・受験票・受験料支払いなど  
全て完了させ、1月19日水曜日までに中学校へ提出して下さい。**

新型コロナウイルスの感染拡大予防のため、本来なら各自高等学校の窓口へ出願に行くのですが、今年も昨年に引き続き郵送願の高校が多くあります。担任から指示しますので書類提出期日を守って準備して下さい。