



大願成就

◆ さあ、いよいよ勝負です！

2021年も残すところあとわずかとなりました。既卒生のみなさんは、どのような1年だったのでしょうか？ひとりひとりが自身の「大願成就」を目指して、ひたむきに努力をしてきたことと思います。ぜひ、みなさんが希望する進路をつかみ取ることができるよう私たち教職員一同、全力で応援しています。

さて、年の瀬を迎えると大学入試まで「日にちがない」と焦ってしまう人も少なくありません。しかし、このようなときこそ「いつも通り」が大切です。せつかくこの1年間、十分に力を蓄えてきたのですから、落ち着いて試験当日を迎えてください。

①規則正しい生活

何よりもいつものペースで学習に取り組むことです。焦って夜更かししても効果はありません。試験当日に向けてコンディションを整え、最高のパフォーマンスを発揮しましょう。みんなが充実した表情で試験を受けている様子が目に浮かびます(^_^)

②健康第一

食事や睡眠、運動など当たり前のことですが、意外と疎かにしてしまいがちです。運動の合間に適度な運動をすることも実力を発揮するためには効果的です。そして睡眠時間。睡眠時間を確保できるように意識して生活リズムを作りましょう。十分な睡眠は学習効果を高めてくれます。

③あいさつ

家族や友人、予備校の先生など周囲の人たちに素敵なあいさつをしましょう。きっとみなさんの周囲が快適な空間になるはずです。大学入試で力を発揮するためには、力を発揮できる環境が大切です。みんなに応援してもらえるような振る舞いを日々心がけましょう。みなさんの成長にも繋がりますよ！

◆ 受験直前の準備&心構え

- ☆ 共通テストと同じ時間で頭がフル回転するように、朝型へ移行する。
- ☆ 特別なことではなく、当たり前を「高いレベル」で。
- ☆ 受験生に年末年始はない！生活リズムを崩さないように注意！
- ☆ 携帯電話・スマートフォンの取り扱いには要注意！（ずっとしまっておいても・・・）
- ☆ 解けない問題があっても、できることが増えるチャンスととらえる。
- ☆ 「あと〇日しかない」ではなく、「まだ〇日ある」と前向きに考える。
- ☆ 諦めない強い心を持つ。君たちは、まだ伸びます。やった分だけ必ず伸びる！

◆ 今後の日程

- 1月 8日（土）～10日（月） 大学入学共通テスト前最後の連休（どのように使うか？）
1月15日（土）～16日（日） 大学入学共通テスト
1月17日（月） 自己採点（落ち着いて、正確に）
→ 二次試験対策開始（すぐに始めよう！）
1月24日（月）～2月4日（金） 国公立大学出願期間（要項をよく確認）

◆ 調査書等の発行について

前回の和同だよりも載せましたが、大事なことですので『調査書発行』と『受験報告』について、再度確認します。

- 『卒業生名簿』の巻末、または長岡高校HPに記載されている申請方法をよく読む。
- 長岡高校HP (<http://www.nagaoka-h.nein.ed.jp/>) から、**●卒業生の方へ** → 「各種証明書の発行について」に進み、申請書「証明書交付願」をダウンロードできます。
申請書「証明書交付願」（各自でプリントアウトする）に必要事項を記入する。
- 申請書に「新潟県収入証紙」を貼付する。1通につき500円、合計金額分を貼る。
「新潟県収入証紙」は、県内の各金融機関（郵便局は除く）で購入する（県外にある第四北越銀行などで入手することもできます）。
- 発行までの所要日数は、申請から1週間程度。郵送はそれ以上を見込んでおく。
- 受け取りの際、本人も保護者・代理人も「身分証明書」を提示する。
- 郵送を希望する場合、返信用封筒（住所・氏名を記載、切手を貼付）を提出する。
郵送による書類の受領は、原則として本人のみ。

【注意事項】

- ① 調査書をまだ申請していない人は、出願期間になって慌てないように、早めに申請をしましょう。
※ 発行には1週間程度かかります。
- ② 東北大学のAOⅢのように、共通テスト後に既卒生も出願できるタイプの受験を希望する場合は、早めに各自で書類を準備し、担任または進路指導部まで相談する。
※ 志願者評価票などは、作成に1週間以上かかります
- ③ 調査書と一緒に「**受験報告書**」を渡すので、受験終了後に必ず提出してください。

提出締切は令和4年3月18日（金）です。

※ これ以降に、追加で合否や進学先が決定した場合は、その都度、直接連絡して下さい

【受験報告書提出先】

提出先：卒業担任 または 進路指導室 既卒生担当

提出方法：持参 または 郵送

郵送先：〒940-0041 新潟県長岡市学校町3丁目14番1号

新潟県立長岡高等学校 進路指導室 既卒生担当

電話：0258-32-9438（進路指導室直通）