

がんばれ受験生!!

# 前期選抜の 攻略法



いつくしま  
嚴島神社



路面電車



平和記念公園

今年度は、  
日本の各都道府県の特色を紹介しています。

### 中国・四国地方『広島県』

面 積: 8,478km<sup>2</sup>

人口: 271万人

(人口密度) (320人/km<sup>2</sup>)

県庁所在地: 広島

主な生産物: レモン, 養殖かき類,

輸送用機械器具(自動車), 熊野筆



## CONTENTS

がんばれ受験生!! 前期選抜の攻略法	2	面白コラム	14
小学生のページ	12	ざつがくパラダイス	15
ガクシンニュース	13	「2026年 チェック&ゴール」などのご案内	16

**CONTENTS**

がんばれ受験生!! 前期選抜の攻略法 ..... 2  
小学生のページ ..... 12  
ガクシンニュース ..... 13

今年も残すところあとわずか。保護者懇談会も終わり、志望高校もほぼ決めた時期になりました。体調を整え、万全の体制で試験に臨めるよう

に、最終確認。まずは、受験校にほほ決めた志望校ですが、本当にその高校でいいですか。もう一度、自問自答してみましょう。前期選抜では受験生全員に面接が行われます。後期選抜でも対面か紙上かの違いはあります。必ず面接が行われます。そしてそこで確認されるのが、「なぜ、この高校を志願したのですか」と「この高校であなたは何をしたいですか」ということです。何となく、とか親や先生に勧められたからとか、ましてや、友だちが行くから、といふ理由では、面接官に何も書きません。「自分は小さい時から、機械をいじるのが好きだったから」といふの勉強に関わることでもいいですし、「この学校で、思い切り部活動をしたい」でもいいでしょう。面接官はプロです。皆さんのがやふやな答えは、すぐに見抜かれます。▼もう一つは、ちょっと点数が足りないからという理由で、志望校を変えた人は、「自分は本当にこれからこの高校を受ける」と、しつかり言えるようにしておきますよ。

「自分は本当に、このことをやりたいからこの高校を受ける」と、しつかり言えるようにしておきましょう。▼もう一つは、ちょっと点数が足りないからという理由で、志望校を変えた人は、「自分は本当にこれまで、真剣に勉強に打ち込んできたか」と自問自答してみましょう。全力を出し切っていいのに、自分の夢を諦めるのは、非常に残念なことです。最終的な受験校決定は冬休み明けに行われる1月の総合テストがカギ。挽回はまだ可能です。自分の夢と、自分の眞の力を再確認しましょう。

### 学びの窓

今年も残すところあとわずか。保護者懇談会も終わり、志望高校もほぼ決めた時期になりました。体調を整え、万全の体制で試験に臨めるよう

に、最終確認。まずは、受験校にほほ決めた志望校ですが、本当にその高校でいいですか。もう一度、自問自答してみましょう。前期選抜では受験生全員に面接が行われます。後期選抜でも対面か紙上かの違いはあります。必ず面接が行われます。そしてそこで確認されるのが、「なぜ、この高校を志願したのですか」と「この高校であなたは何をしたいですか」ということです。何となく、とか親や先生に勧められたからとか、ましてや、友だちが行くから、といふ理由では、面接官に何も書きません。「自分は小さい時から、機械をいじるのが好きだったから」といふの勉強に関わることでもいいですし、「この学校で、思い切り部活動をしたい」でもいいでしょう。面接官はプロです。皆さんのがやふやな答えは、すぐに見抜かれます。▼もう一つは、ちょっと点数が足りないからという理由で、志望校を変えた人は、「自分は本当に、このことをやりたいからこの高校を受ける」と、しつかり言えるようにしておきますよ。

「自分は本当に、このことをやりたいからこの高校を受ける」と、しつかり言えるようにしておきましょう。▼もう一つは、ちょっと点数が足りないからという理由で、志望校を変えた人は、「自分は本当にこれまで、真剣に勉強に打ち込んできたか」と自問自答してみましょう。全力を出し切っていいのに、自分の夢を諦めるのは、非常に残念なことです。最終的な受験校決定は冬休み明けに行われる1月の総合テストがカギ。挽回はまだ可能です。自分の夢と、自分の眞の力を再確認しましょう。

がんばれ受験生!!

# 前期選抜の攻略法

## 前期選抜評価方法

高校名	学科	募集枠(%)	調査書	面接	学力検査	作文(小論文)	実技検査
-----	----	--------	-----	----	------	---------	------

## 第1通学区

飯山	普通	30	70	20	10		
	自然科学探究	60	60	25	15		
	人文科学探究						
	スポーツ科学	90		40		10	50
下農	高井林 農業	50	50	30	20		
中立志館	野合	60	70	20	10		
中野西	普通	50	50	30	20		
須坂東	普通	60	50	30	20		
須坂創成	農業・工業・商業	60	55	25	20		
北部	普通	50	35	35	30		
長野西	国際教養	90	40	20	10	30	
長野商業	商業①	60	50	30	20		
	商業②		60	30	10		
長野東	普通	30	70	20	10		
長野工業	工業	60	50	30	20		
長野中条校	普通	50	35	35	30		
篠ノ井校	普通	60	40	40	20		
市立長野	総合	32	60	30	10		
長野南	普通	40	70	20	10		
更級農業	農業	60	50	30	20		
松代	普通	60	65	20	15		
	商業	60	65	20	15		
屋代	理数	70	70	20	10		
屋代南	普通	40	35	35	30		
	家庭	60	35	35	30		
坂城	普通	40	50	40	10		

## 第2通学区

上田千曲	工業・商業・家庭	60	50	30	20		
上染谷丘	国際教養	80	40	※40	20		※40
丸修学子館	総合	60	55	25	20		
蓼科	普通	50	50	30	20		
小諸義塾	普通	50	55	25	20		
	ビジネス	60	50	30	20		
	音楽A	90	35	10	5		50
	音楽B		50	15	10		25
軽井沢	普通	60	50	30	20		
佐久平	農業・工業	60	50	30	20		
総合技術	創造実践	50	50	30	20		
野沢北	理数	90	70	20	10		
小海	普通	50	50	30	20		

※上田染谷丘は面接と実技検査を合わせて40%

## 学力検査・面接・調査

## 作文や実技検査を課す高校も

## 【募集枠】

特色学科は定員の90%以内

普通科と職業科は60%以内で

前期選抜の募集枠は、特色学科については、「募集定員の90%以内」、普通科と職業科、総合学科は「募集定員の60%以内」です。

表には各校ごとの募集枠や、選抜方法の比率を示しました。

特色学科から見ると、飯山・スポーツ科学、長野西・国際教養、小諸義塾・音楽、野沢北・理数、伊那北・理数、飯田風越・国際教養は募集枠を上限の90%に設定。最も低いのは飯山の探究科で、募集定員の60%に設定しています。このほかは、屋代・理数、飯田・理数、大町岳陽・学究は70%，上田染谷丘・国際教養と松本県ヶ丘・探究は80%，白馬・国際観光は75%に設定しています。

普通科・職業科では多くが上限の60%に設定しています。逆に最も低いのは茅野と飯山・普通と長野東の30%です。

募集枠は昨年度入試から拡大され、それに合わせ志願者も増えましたが、実質倍率は以前に比べると下がっています。「自分はこの学校で、○○を学びたい」と明確な目標を持っている人は、積極的にチャレンジしてみましょう。



## 【学力検査】

学力検査の比重 多くは10～20%

最高比率は北部と屋代南の30%

昨年度入試から導入されたのが、「5教科200点満点の学力検査」です。評価における比重は、多くの高校は10～20%に設定しています。最も比重が高いのは北部と屋代南(普通・家庭)、長野西中条校の30%。また、駒ヶ根工業も25%と、他校に比べると高めに設定しています。逆に最も低いのは実技検査を実施する、小諸義塾の音楽科で5%となっています。

学力検査については、その内容を8ページで詳細を紹介していますが、基礎的な内容です。また、その比率もそれほど高くありません。しっかりと、普段の授業内容を理解していくように心がけましょう。

中学3年生にとって、いよいよ勝負の時がやってきます。公立高校後期選抜まであと約80日、そして前期選抜は検査期日まで約50日になりました。学力検査の導入、募集枠の拡大、それに伴う各評価の比率の変更等、昨春から大きく変わった前期選抜。今号ではその攻略に向け、徹底的に分析。その後、志願理由書(6ページ)、学力検査(8・9ページ)、面接(11ページ)について、個別に説明していきます。



# 書で多くの高校が判定

## 【作文(小論文)】

### 実施校は長野西・松本県ヶ丘の2校 難易度の高い問題

一昨年までは14校が実施していた「作文(小論文)」ですが、昨年度からその実施校は、長野西・国際教養、松本県ヶ丘・探究の2校に、大きく減少。また、その比重も長野西・国際教養は、45%から30%に、松本県ヶ丘・探究は40%から30%に下がっています。ただし、両校とも「小論文」なので、例年かなり難易度が高く、しっかりとした学力と判断力・表現力が求められます。

## 【実技検査】

### 県立高校3校で実施 より専門的な力・技術を検査

実技検査は、昨春と同じく、飯山・スポーツ科学、上田染谷丘・国際教養、小諸義塾・音楽で実施されます。飯山は「専攻種目別に、基礎体力及び技能等についての実技検査」、上田染谷丘は「英語を理解する力・論理的に表現する力を問う検査を行う。(英語による口頭試問10分程度)」、小諸義塾は〈受検型A〉と〈受検型B〉があり、Aは「基礎樂典、聽音、コールユーブンゲン、専攻実技、共通ピアノ」、Bは「専攻実技」で行われます。

## 【評価比重】

### 調査書重視や面接重視など 高校により特色ある判定

学力検査が導入されることから、各校では、昨年度から評価の比重を大きく変更しています。よく確認してください。

これまで紹介してきたように、作文(小論文)と実技検査を実施しない高校においては、基本的に「調査書」と「面接」、そして「学力検査」の3点で選抜を実施することになります。

このうち、「調査書」の比重を見ると、木曾青峰・理数、大町岳陽の2校が最も高く75%になっています。逆に最も低いのは、北部と長野西中条校、屋代南、小諸義塾・音楽Aの35%。学力検査のところで紹介したように、北部と屋代南、長野西中条校は学力検査の比重が高く、小諸義塾・音楽は実技を重視する形になっています。このほか、飯山・スポーツ科学、上田染谷丘・国際教養、駒ヶ根工業、松本県ヶ丘・探究は、調査書の比率が50%を下回っています。

面接の比重が最も高いのは篠ノ井犀峠校と坂城の2校で、ともに40%。次に前述の北部と屋代南のほか、長野西中条校の35%が続きます。北部と屋代南は、調査書よりも学力検査と面接を重視する傾向と言えます。

高校名	学科	募集 枠 %	調査 書	面接	学力 検査	作文 (小論文)	実技 検査
-----	----	--------------	---------	----	----------	-------------	----------

第3通学区

富士見	普農	通業	60	50	30	20	
茅野	普通	商業	30	50	30	20	
諏訪実業	商業	庭	60	65	20	15	
下諏訪向陽	普通	通	50	50	30	20	
岡谷東	普通	業	60	50	30	20	
岡谷工業	工業	業	60	70	20	10	
辰野	普通	商業	60	70	20	10	
上伊那農業	農業	業	60	50	30	20	
高遠	普通	業	60	60	30	10	
伊那北	理数	業	90	70	20	10	
赤穂	商業	業	60	50	30	20	
駒ヶ根工業	工業	業	60	45	30	25	
松川	普通	業	50	50	30	20	
飯田	理数	業	70	70	20	10	
飯田風越	国際教養	業	90	70	20	10	
飯田OIDE長	工商姫	業業	60	60	25	15	
下伊那農業	農業	業	60	50	30	20	
阿智	普通	業	40	50	30	20	
阿南	普通	業	40	50	30	20	

第4通学区

蘇南	総合	業	60	65	20	15	
木曾青峰	農工	業業	60	60	25	15	
	理数	業	75	75	15	10	
塩志学館	総合	業	60	65	20	15	
田川	普通	業	60	60	25	15	
梓川	普通	業	60	50	30	20	
松本工業	工業	業	60	60	30	10	
松ヶ丘	自然探究	国際探究	80	45	15	10	30
明科	普通	業	50	50	30	20	
南安曇農業	農業	業	60	50	30	20	
穗高商業	商業	業	60	50	30	20	
池田工業	工業	業	50	50	30	20	
大町岳陽	普通	業	40	75	15	10	
白馬	学究	業	70	75	15	10	
	普通	業	50	70	20	10	
	国際観光	業	75	50	30	20	



がんばれ受験生!!

# 前期選抜の攻略法

**攻略法****1**

# なぜ「前期選抜」を受けるのか —しっかりとした志願理由が大切—

「前期選抜」とは何かを、改めて考えてみましょう。まず、「前期選抜」の実施内容を右下の表に示しました。実施するすべての高校で課しているのが「学力検査」、そして「志願理由書」と「面接」です。6ページ以降で詳しく説明しますが、「志願理由書」では、「なぜ、自分はこの高校を志願するのか」をはっきりと書き、そして、「面接」はそれを改めて確認される場、と考えてよいでしょう。つまり、「前期選抜」では何よりも、自分がこの高校に進学したいという志願理由や入学後の抱負を持っていることが求められるわけです。

“後期選抜を受けたくない、早く楽になりたい” “今の自分の学力なら行けるだろう”などという、中途半端な気持ちではいけません。しっかりとした志願理由を持ち、十分な準備をすることが大切です。

また、前期選抜は例年、志願者数が多く、倍率が高い傾向が見られます。募集枠が限られるため、不合格になる人が多くいます。その時になって焦らなくて済むように、後期選抜に向けた勉強も続けましょう。

**■前期選抜の日程**

項目	期日または期間
志願受付期間	令和8年2月2日(月)～2月4日(水)正午
学力検査の選抜実施	令和8年2月9日(月)
面接等の選抜実施	令和8年2月9日(月)・2月10日(火)
合格者の発表	令和8年2月18日(水)午後1時以降

**■前期選抜の実施内容**

※すべての実施校において「対面による面接」および「学力検査」を実施する。

全 日 制	学科(校数)	実施校数	志願理由書	作文(小論文)	実技検査
普通科(55)	29	29	0	0	0
職業科(24)	24	24	0	0	0
特色学科(13)	13	13	2	3	
総合学科(6)	6	6	0	0	0
全学校数(77)	61	61	2	3	

定 時 制	定時制(校数)	実施校数	志願理由書	作文(小論文)
多部制除く(15)	8	8	2	
多部制(3)	3	3	0	

## —高校により異なる評価方法—

### 成績重視、実績重視、調査書重視…

次に、前期選抜の実施内容と、その評価方法について説明します。実施内容は前述の通り「志願理由書」と「面接」「学力検査」に加え、全日制では長野西(国際教養科)、松本県ヶ丘(自然探究科・国際探究科)で「作文(小論文)」が課されるほか、飯山(スポーツ科学科)、上田染谷丘(国際教養科)、小諸義塾(音楽科)ではそれぞれ「実技検査」が課されます。

高校ごとで実施内容が異なるほか、その評価方法も高校により異なります。下に示した松本県ヶ丘高校の場合を見ると、調査書45%、面接15%、学力検査10%、作文30%の比重で評価するシステムになっています。

繰り返しになりますが、選抜方法は各校により異なります。受験校での評価方法や評価項目は必ず、各高校のホームページなどで確認しておきましょう。

高校名	学科	評価方法	調査書	面接	学力検査	作文(小論文)
松本県ヶ丘	自然探究	比重	45	15	10	30
		項目等	各教科の学習の記録(特に国語、社会、数学、理科、英語を重視)を中心に、総合所見等を総合的に評価する。	志望動機 意欲・態度 自然科学、人文・社会科学などに対する興味・関心等		課題理解力 批判的思考力 創造的思考力 表現力 等
	国際探究					

**攻略法****2**

# 出願までに

## 一各校の「教育内容」を確認する—

本気でその高校へ進学したいのか、その意志や意欲をみられるのが「志願理由書」であり「面接」です。そのため、まずは、各高校のホームページなどで、その高校の教育課程や授業カリキュラム、さらには卒業後の進路状況まで確認しておきましょう。学ぶ内容と、将来就きたい職業が無関係のものであったら、充実した高校生活を送ることは難しくなるでしょう。最悪の場合、再受験のために高校を中退、ということすら起こります。

本誌でこれまで紹介していますが、職業科や特色学科では、およそ3分の1の授業が、その専門に関する内容になります。3年間、自分はその科目をしっかり学ぶことができるか、よく確認しておきましょう。「自分は将来、こういう仕事をしたい」「そのためには、何としてもこの高校のこの授業を学びたい」など、目的が明確な受験生は、面接の時にも、自己PRが上手にできるものです。



## 一各校の「募集の観点」を読み込む—

右には普通科や総合学科の代表的な例として、長野東高校普通科の募集の観点を、また、職業科や特色学科の代表的な例として、小諸義塾高校音楽科の募集の観点をそれぞれ掲載しました。

まず普通科や総合学科ですが、多くの高校で見られるものが「四年制大学などへの進学を目指し」「継続的に努力をする強い意志を持つ」等で、勉強に向かう姿勢が第一にあげられます。次が、部活動や生徒会活動での取り組み状況です。こういった面で自信がある人は、大いにアピールしたいところです。

職業科や特色学科では、小諸義塾高校の募集の観点にもあるように、「音楽(器楽・声楽等)に対する適性と優れた能力を持っている」「さらに専門的な技術を修得すべく大学等への進学を希望」等、専門性を持ち、将来はスペシャリストを目指す生徒を募集しています。また、普通科や総合学科と同様に、生徒会や部活動での実績は大きな自己PRになります。

このほか、多くの高校で取り上げられているのが「基本的な生活習慣が身につき」という文言です。遅刻が多かったり、朝、自分で起きられない等はマイナスポイントになります。試験の日に寝癖で髪の毛がボサボサになっていたり、学生服の第一ボタンがはずれていったりしないよう、今から規則正しい生活を送ることと身だしなみに気をつけましょう。

### ■募集の観点(長野東高校 普通科)

基本的生活習慣と学習習慣が身についている生徒で、本校を強く志望し、次のいずれかに該当する者

- ① 5教科(国社数理英)の成績が優れており、四年制大学などの進学を目指して継続的に努力をする強い意志を持つ者
- ② 中学時代に本校にある部活動の優れた実績を有し、入学後も学習活動はもちろんのこと、その活動を継続させる強い意志を持つ者

### ■募集の観点(小諸義塾高校 音楽科)

- ① 次の受検型Aまたは受検型Bのいずれかに該当する。

#### 〈受検型A〉

基礎学力があり、音楽(器楽・声楽等)に対する適性と優れた能力を持っている。また、高等学校卒業後はさらに専門的な技術を修得すべく大学等への進学を希望している。

#### 〈受検型B〉

十分な基礎学力があり、音楽(器楽・声楽等)に対しての意欲と適性を持っている。

- ② 音楽の専門的な学習に強い意欲を持っている。

がんばれ受験生!!

## 前期選抜の攻略法

**攻略法****3****志願理由書****一入学への熱意が伝わるように、何度も書き直してみるー**

続いて、「志願理由書」の説明をします。12月の保護者懇談会で「前期選抜」受験へのGoサインが出た皆さんにとってはもちろんのこと、「前期選抜」を志願する予定の人は、1月中旬の中学校への提出に向けてこの冬休み中に「志願理由書」を完成させましょう。8年度入試から「インターネット出願」が導入されるため、早めの準備をお勧めします。下には例として、長野南高校と小諸義塾高校の書式を示しました。

各高校のホームページには、「志願理由書」の書式と「志願理由書の書き方（記入方法）」が掲載されています。ダウンロードして、注意事項や記入例等を参考にしながら、最初は鉛筆で下書きをしてみましょう。

下書きができたら、次の点をチェックしてみましょう。

**●ていねいな字で、堂々と濃く書いてあるか。**

ていねいな字は当たり前ですが、あまりに小さい字は自信がないようにも感じられます。

**●誤字や脱字はないか。**

正しい字かどうか迷った時は、必ず辞書をひいて調べましょう。

**●読む人に、入学への熱意が伝わるか。**

これが最も大切なこと。簡潔に自分の熱意を伝えましょう。

**●具体例を盛り込んで、わかりやすい表現になっているか。**

他人の言葉で書いたものは、すぐにわかるものです。面接のことも考えて、具体的な内容をなるべ

く多く盛り込んでおきましょう。

**●個性が表れているか。**

友人と全く同じ内容では、あなたの自己PRにはなりません。自分らしさについて、考えてみましょう。

下書きが一通り書けたら、家族や担任の先生に見せて、アドバイスをもらいましょう。何度も加筆・修正して、満足できるものになったら、ボールペンで清書します。

※「面接」では必ず、「志願理由書」の内容について質問されます。コピーをとって保管し、受け答えの練習をしておきましょう。

**■長野南高校の「志願理由書」**

令和8年度 前期選抜志願理由書		※受検番号	<input type="text"/>
※受検番号は記入しないこと			
長野県長野南高等学校長 様	中学校名	立	中学校
志願者氏名	保護者氏名		
募集の観点の番号	本校の募集の観点を把握した上で、募集の観点の番号(①、②)を左の枠内にひとつ記入してください。		
1 志望動機・理由(本校を志望した動機や理由を募集の観点に沿って300字以内で記入してください。)			
2 入学後の目標(学習したいこと、興味・関心のあることなど、250字以内で記入してください。)			
3 高校卒業後の進路希望(現在考えている進路希望を記入してください。)			
4 PRしたい資格、部活動等の実績(実績の上位のものから記入してください。なければ未記入でもかまいません。)			
資格	取得年月日		
部活動名もしくは地域クラブ名	大会名	年次・月	実績
その他特記事項			

**■小諸義塾高校の「志願理由書」**

(令和8年度)		※受検番号	<input type="text"/> ※
志願理由書(全日制)			
長野県小諸義塾高等学校長 様			
フリガナ	<input type="text"/>	フリガナ	<input type="text"/>
氏名	<input type="text"/>	保護者氏名	<input type="text"/>
中学校	立	中学校	
(注) 自筆(保護者の欄は保護者が記入) 横書きのこと			
1 (普通科・ビジネス科・音楽科) を志願する理由(いずれかに○をしてください)			
2 入学後の抱負(学習・部活動の継続など)と進路希望			
3 中学校での活動			
最初に項目の番号を明記し、中学校で積極的に取り組んだことを具体的に2点書いてください。 項目の番号・①生徒会活動、②部活動(地域移行の活動を含む)、③自主活動 ※同じ項目で2つ書いててもかまいません。			
項目番号	<input type="text"/>		
項目番号	<input type="text"/>		
注意:「前期選抜 志願理由書の書き方」参考にしてください。			

**攻略法****4**

# 選抜の前日と当日

## 一万全な体調、そして平常心—

**前日****●服装と持ち物を最終確認しよう。**

天気予報を見て、天候と気温を確認したうえで、適切な服装を選択します。また、下の「持ち物チェックリスト」で忘れ物がないかを確認しましょう。

**●お風呂に入ってリラックスしよう。**

体を温めて、緊張をほぐしながら、湯船につかって“いつもどおりの自分”をアピールできるか、面接のイメージトレーニングをしてみましょう。

**●早めに就寝して頭と体を休めよう。**

前夜は気が張っているため、目がさえて、なかなか寝付けないかもしれません。それでも、体を温かくして横になっていると、疲れはとれます。

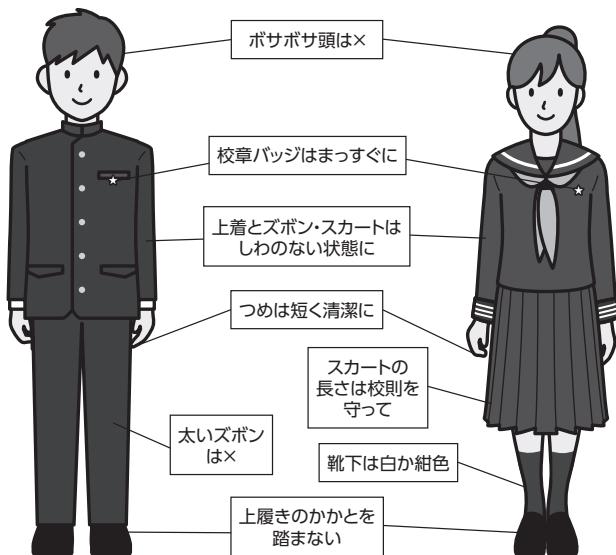
**持ち物 チェックリスト**

- |                                     |   |
|-------------------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> 受検票        | <input type="checkbox"/> 筆記用具<br>〔鉛筆(シャープペンシルも可)・消しゴム・鉛筆削り〕 |
| <input type="checkbox"/> 上履き        | <input type="checkbox"/> 袋(不要品を入れる)                         |
| <input type="checkbox"/> 昼食(必要に応じて) | <input type="checkbox"/> ポケットティッシュ                          |
| <input type="checkbox"/> お金         | <input type="checkbox"/> カイロ                                |
| <input type="checkbox"/> かさ(必要に応じて) | <input type="checkbox"/> マスク(必要に応じて)                        |

※その他、高校から指示されたものがあれば、忘れずに用意する。

**当日****●時間に余裕をもって家を出発しよう。**

集合時刻の15分前には試験会場へ到着できるように、早めに家を出発しましょう。試験会場のようすや自分の座席を確認しておけば、それだけでも落ち着きます。あらかじめトイレにも行っておきましょう。



# 入試の“大敵”風邪対策

**風邪予防の食事****ビタミンAを摂ろう**

風邪のウイルスは目や鼻、のどの粘膜から侵入します。そして、その粘膜を保護しているのがビタミンAです。ビタミンAをきちんと摂取して、粘膜を強化しておきましょう。

**●多く含まれる食品 緑黄**

色野菜や果物、海草、レバー、たまご等。

**ビタミンCを摂ろう**

ビタミンCは抵抗力を高めるビタミンです。ビタミンCが不足すると、抵抗力や抗菌作用が低下します。また、ビタミンCには血管を丈夫にする働きがあり、風邪予防には不可欠です。

**●多く含まれる食品 野菜や果物、特に柑橘類****日常的な予防 = 規則正しい生活**

風邪やインフルエンザを予防するためには、普段からウイルスに負けない丈夫な体をつくっておくことが大切です。バランスの良い食事、十分な睡眠、適度な運動を心がけ、そして何よりも規則正しい生活を送りましょう。



また、あらゆる感染症の状況にも注意し、手洗い・マスクの着用をはじめ、手指や身の回りをこまめに消毒し人混みは避けるなど、家族全員で感染防止に努めましょう。

**それでも風邪をひいてしまった…**

せきやのどの痛みなど、風邪の症状が出始めたら、早めに対処しましょう。「1分でも、1秒でも多く勉強したい」という受験生もいるかもしれません、まずはベストコンディションに戻すことが大切です。

体調の悪い時は、無理をしても能率があがりません。心身ともに休養をとり、1日も早く体調を万全に整えるようにしましょう。



がんばれ受験生!!

## 前期選抜の攻略法

攻略法

5

## 学力検査

## 一基礎的・基本的な問題で、「選択式」のみ

今春から新たに導入された「学力検査」ですが、その目的について長野県教育委員会は「基礎学力の定着を確認し、学力の3要素を多面的・総合的に評価できるようにするため」としています。

これを受け、出題範囲は「中学3年生のおおむね12月までの学習内容の基礎的・基本的な問題とし、教科書の例題程度の内容とする」としています。また、出題形式は「選択式」のみとする、としており、記述問題等は出題されません。

検査はIとIIで行われ、Iは国語・社会・英語、IIは数学と理科の出題です。

## 令和7年度 学力検査問題 I (抜粋)

- (6) 日本の標準時子午線として最も適切なものを、略地図3のア～エから1つ選び、記号を書きなさい。



- (7) 資料1は日本国憲法の、国会と内閣、地方自治に関する条文の一部である。

資料1 日本国憲法(一部)

第42条 国会は、衆議院及び参議院の両議院でこれを構成する。  
第43条 両議院は、全国民を代表する[西]された議員でこれを組織する。  
第67条 [西]は、国会議員の中から国会の議決で、これを指名する。この指名は、他のすべての条件に先だって、これを行なう。  
第93条2項 地方公共団体の長、その議会の議員及び法律の定めるその他の\*吏員は、その地方公共団体の住民が、直接これを[西]する。

\*吏員：地方公共団体の職員

(衆議院資料より作成)

① [西]に共通して当てはまる語句として最も適切なものを、次のア～エから1つ選び、記号を書きなさい。

[ア] 裁判 イ 諸議 ウ 選挙 エ 任命 ]

② [西]に当てはまる語句として最も適切なものを、次のア～エから1つ選び、記号を書きなさい。

[ア] 国務大臣 イ 最高裁判所長官 ウ 大統領 エ 内閣総理大臣 ]

- (3) ①、②のそれぞれの場面について、( )に当てはまる最も適切な英語を、下のア～エから1つ選び、記号を書きなさい。

① <友達との会話>

Ryoko : I bought a soccer uniform in Spain.

Bob : Sounds nice. Can you show it to me?

Ryoko : ( ). I'll bring it tomorrow.

[ア All right イ Me, too ウ I don't know エ Yes, I did ]

② <電話での会話>

Kana : May I speak to Tom, please?

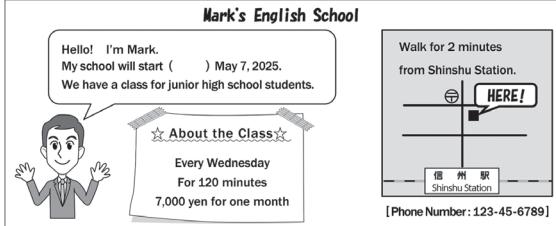
Tom's brother : Sorry, ( ).

Kana : OK. What time will he come home?

[ア I'm hungry イ he's happy ウ he's out now エ I think so ]

- (4) 次のマーク英語学校 (Mark's English School) の広告について、各間に答えなさい。

広告



- ① 広告の( )に当てはまる最も適切な英語を、次のア～エから1つ選び、記号を書きなさい。

[ア at イ on ウ to エ of ]

- ② あなたは、マーク英語学校に興味をもち、広告に書かれていないことについて、問い合わせることにした。その内容として最も適切なものを、次のア～エから1つ選び、記号を書きなさい。

[ア 授業のある曜日 イ 信州駅からの所要時間 ウ 授業の開始時刻 エ 1か月の授業料 ]

(7) 次の文脈を読んで、下の各間に答えてください。

西洋から東洋に向かうほど街が走るくなることはよくいわれることです。西洋の建築では音が響くので、一つ一つの音が響き渡ります。街の中にも必要最小限の音しかいません。そんな音に対する意識は英語にも反映され、一つ一つの音が響くことで出るように設計されています。だから和音や合奏(合奏のハーモニー)が生まれます。

A 「東洋の街」はさまざまな音が溢れ、混んで正確な音が生まれないために、一緒に奏でているだけ、ハーモニーではない。住居や防音効果のある石ではなく、紙と木という家屋の外でも中でも音が抜けない素材で作られたのです。和音はどこでも入り込みます。日本人が虫の音を愛するのも、外で内に隣組みをする自然の音や空気を簡単に家の中に入れる音を愛するからでしょう。ヨーロッパの人々がBとして嫌ったものが、日本人にとっては風情として好ましく受け入れられました。

\* (注) ピッチ=音の高さ  
和声=西洋音楽で、音理論に基づく音の連なり

(1) 総部「研」の読み方として最も適切なものを、次のア～エから一つ選び、記号を書きなさい。

ア か イ と ウ つ エ ぬ

(2) 本文中のAに当てはまる言葉として最も適切なものを、次のア～エから一つ選び、記号を書きなさい。

ア では イ なぜなら ウ 一方 エ まるで

(3) 本文中のBに当てはまる言葉として最も適切なものを、次のア～エから一つ選び、記号を書きなさい。

ア 正確な イ 風情 ウ ハーモニー エ 雜音

(4) 本文の内容として最も適切なものを、次のア～エから一つ選び、記号を書きなさい。

ア 東洋の音の意識は、溢んだ正確な音が出る楽器の設計に反映された。

イ 東洋の街にはさまざまな音が溢れ、ハーモニーのある音が響いていた。

ウ 日本の住居には、防音効果のある石が素材として伝統的に使われてきた。

エ 日本人が虫の音を愛するのは、自然の音や空気が環境に入ったことが影響している。

## 令和7年度 学力検査問題Ⅱ(抜粋)

【問1】各問い合わせなさい。

(1)  $3 - 5$  の計算結果として正しいものを、次のア～エから1つ選び、記号を書きなさい。

〔ア -8 イ -2 ウ 2 エ 8〕

(2)  $4xy \times (-2x)$  の計算結果として正しいものを、次のア～エから1つ選び、記号を書きなさい。

〔ア -8xy イ -8x^2y ウ 2x^2y エ 8xy〕

(3) 二次方程式  $x^2 - 5x + 6 = 0$  の解として正しいものを、次のア～エから1つ選び、記号を書きなさい。〔ア  $x = -3, -2$  イ  $x = -1, 6$  ウ  $x = -6, 1$  エ  $x = 2, 3$ 〕(4) 図1において、 $\ell \parallel m$  のとき、 $\angle x$  の大きさを、次の

図1



(5) 資料は、あるクラスの徒歩で通学する生徒9名の通学時間を調べ、その値を左から小さい順に並べたものである。通学時間の最頻値を、次のア～エから1つ選び、記号を書きなさい。

〔資料〕

9、18、18、18、27、36、36、45、45

(単位:分)

〔ア 18分 イ 27分 ウ 28分 エ 45分〕

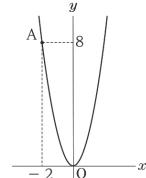
(6) 底辺が6cm、高さがx cmの三角形の面積をy cm<sup>2</sup>とする。このとき、xとyの関係について正しいものを、次のア～エから1つ選び、記号を書きなさい。

〔ア yはxに比例する。〕	〔イ yはxに反比例する。〕
〔ウ yはxの2乗に比例する。〕	〔エ yはxの関数ではない。〕

(7) 図2のように、関数  $y = ax^2$  のグラフ上に、点A(-2, 8)がある。このとき、比例定数aの値を、次のア～エから1つ選び、記号を書きなさい。

〔ア -4 イ -2 ウ 2 エ 4〕

図2



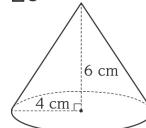
(8) 異なる2枚の硬貨を同時に投げるとき、1枚は表で1枚は裏となる確率を、次のア～エから1つ選び、記号を書きなさい。ただし、この2枚の硬貨の表と裏の出方は、同様に確からしいものとする。

〔ア  $\frac{1}{4}$  イ  $\frac{1}{3}$  ウ  $\frac{1}{2}$  エ 1〕

(9) 図3は、底面の半径が4cmで高さが6cmの円錐である。この円錐の体積を、次のア～エから1つ選び、記号を書きなさい。ただし、円周率をπとする。

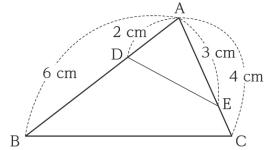
〔ア  $16\pi\text{cm}^3$  イ  $32\pi\text{cm}^3$   
ウ  $48\pi\text{cm}^3$  エ  $96\pi\text{cm}^3$ 〕

図3

(10) 図4において、 $\triangle ABC \sim \triangle AED$  である。このとき、 $\triangle ABC \sim \triangle AED$  の根拠となることがらとして、最も適切なものを、次のア～エから1つ選び、記号を書きなさい。

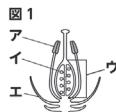
〔ア $\angle BAC = \angle EDA, \angle ABC = \angle ADE$ 〕	〔イ $AD : DB = AE : EC = DE : BC$ 〕
〔ウ $\angle BAC = \angle EAD, AB : AE = AC : AD$ 〕	

図4



【問2】各問い合わせなさい。

(1) 図1の被子植物が受粉して、果実に成長する部分はどれか。最も適切なものを、図1のア～エから1つ選び、記号を書きなさい。



(2) 図2の状態からうでをのばすとき、筋肉X、Yはそれぞれどうなるか。最も適切なものを、次のア～エから1つ選び、記号を書きなさい。



(3) 亜鉛にうすい塩酸を加えたとき、発生する気体として最も適切なものを、次のア～エから1つ選び、記号を書きなさい。

〔ア 水素 イ 窒素 ウ 酸素 エ 二酸化炭素〕

(4) 銀イオンの説明として最も適切なものを、次のア～エから1つ選び、記号を書きなさい。

〔ア 原子が電子を受けとって、一の電気を帯びたもの。〕	〔イ 原子が電子を失って、一の電気を帯びたもの。〕
〔ウ 原子が電子を受けとって、+の電気を帯びたもの。〕	〔エ 原子が電子を失って、+の電気を帯びたもの。〕

(5) 図3は、ある地点における、2024年

図3

6月17日～19日の気温、湿度、天気の変化をグラフに示したものである。6月18日12時の気温として最も適切なものを、次のア～エから1つ選び、記号を書きなさい。

〔ア 約13℃ イ 約16℃ ウ 約26℃ エ 約29℃〕

(6) 図4は、北緯35度のある地点で、太陽の1日の動きを観測し、透明半球に示したものである。観測を行った時期として最も適切なものを、次のア～エから1つ選び、記号を書きなさい。

〔ア 3月下旬 イ 6月下旬 ウ 9月下旬 エ 12月下旬〕

図4



(7) 図5のような装置で、容器内の空気を真空ポンプでねいていくと、容器の外に聞こえていた電子ブザーの音の大きさはどうなるか。最も適切なものを、次のア～エから1つ選び、記号を書きなさい。

〔ア だんだん小さくなる。〕	〔イ だんだん大きくなる。〕
〔ウ 大きくなったあと、小さくなる。〕	〔エ 変わらない。〕

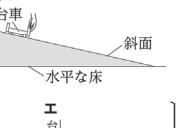
図5



(8) 図6のように、なめらかな斜面上の上に台車を置いた。静かに手をはなし、台車が動き始めてから斜面上を運動している間の、時間と台車の速さの関係を表したグラフとして最も適切なものを、次のア～エから1つ選び、記号を書きなさい。

〔ア 台車の速さ	〔イ 台車の速さ	〔ウ 台車の速さ	〔エ 台車の速さ
0 0	0 0	0 0	0 0
時間	時間	時間	時間

図6



がんばれ受験生!!

# 前期選抜の攻略法

攻略法

6

# 小論文

## 一時間配分に気をつけ、できるところから確実に一

作文（小論文）は全日制2校で課されます。

小論文では、かなり難しい課題が与えられることがあります。平均点が低くなることも考えられるので、無理だとあきらめずに、わかったところまで書きましょう。

また、時間配分に気をつけ、問題の全体量を把握した上で、できる問題から確実に解答欄を埋めていくと、次第に気持ちが落ち着いてきます。

### ■長野西高校の令和7年度【小論文問題】

次の会話を読み、質問に答えなさい。

Thomas and Haruka are classmates and they are talking in a classroom.

Thomas: I learned about fast fashion in my English class. Have you ever heard of it?

Haruka: Yes, I have. It's about a business style or \*brands selling a large \*amount of \*fashionable clothes quickly and at \*low prices \*worldwide. I usually buy from those brands. What did you learn about fast fashion?

Thomas: The \*apparel industry is one of the major causes of environmental \*pollution. Making one piece of clothing uses about 25.5 kg of CO<sub>2</sub> and about 2,300 \*liters of water. This can \*pollute rivers and lead to water \*shortages and air pollution.

Haruka: I've never thought about how the apparel industry \*affects the environment.

Thomas: There's another serious problem with fast fashion.

Haruka: Can you tell me more about that?

Thomas: Many workers who support this industry \*earn low \*wages in poor \*conditions. Most of these workers are young women in their \*late teens to thirties. Although they often sit on hard chairs and \*are forced to work at least 10 hours a day, six days a week, they earn at most about 13,000 yen a month. Many \*workplaces also \*lack safety \*facilities. The Rana Plaza tragedy in Bangladesh is a \*well-known example.

Haruka: I remember that news. Rana Plaza was a \*shopping complex with many apparel \*factories, banks, and shops. It was an \*illegal \*construction, and it \*caused the disaster. The building \*collapsed, and over 1,000 people died in that accident. Many of the dead people worked there. I feel sad to know that such accidents happened just to get cheap \*labor.

Thomas: But now, many companies are trying to solve these problems.

Haruka: Really? Then let's find out what they are doing.

Thomas: Sounds good. We can \*research their \*efforts and see how we can help them.

Haruka: I want to think about how we can \*protect the environment and the workers.

Thomas: That's a great idea. I want to think more about things I buy as a first step.

注: brands ブランド amount 量 fashionable 流行の low 低い  
worldwide 世界中で apparel industry 衣料産業 pollution 汚染 liters リットル  
pollute を汚す shortages 不足 affects に影響する earn をかせぐ  
wages 賃金 conditions 状況 late teens to thirties 十代後半から三十代  
are forced to ~ ～することを強いられる workplaces 仕事場 lack を欠いている  
facilities 設備 Bangladesh バングラデシュー well-known よく知られた  
shopping complex 商業施設 factories 工場 illegal 違法な construction 建築物  
caused を引き起こした collapsed 崩壊した labor 労働者  
research の情報収集をする efforts 努力 protect を守る

問1 fast fashion とは何のことか、本文中から読み取って45字以内の日本語で説明しなさい。

問2 fast fashion の問題を2つ本文中から読み取って、それぞれ20字以内の日本語で説明しなさい。

問3 下線部の The Rana Plaza tragedy とはどのようなものか、本文中から読み取って50字以内の日本語で説明しなさい。

問4 この会話を提示されている問題はSDGsの「目標8 働きがいも経済成長も」「目標9 産業と技術革新の基盤をつくろう」「目標12 つくる責任つかう責任」の3つに該当します。これらの問題を解決するために、あなたができそうな活動とその理由を4文以上6文以下 英語で書きなさい。内容的にまとまりのある英文でも、箇条書きの英文でも構いません。

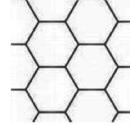


### ■松本県ヶ丘高校の令和7年度【小論文問題】(抜粋)

1 次の文章を読み、続く問い合わせに答えなさい。

こしさんは、オリンピックを見ながら、短距離走で今よりも速く走るためにどうすればよいか疑問に思い、ある陸上選手が走っているショーズに着目した。そのショーズの底面の一部には正六角形が規則的に並んでいることが分かった。

平面を何種類かの图形を使って隙間も重なりもなく敷き詰めるこことをセレーションという。こしさんはこのことに興味を持ち、1種類の合同な正多角形によるセレーションについて調べることにした。なお、正多角形の頂点どうしはぴったり重なるものとする。



問1 表は正多角形の1つの内角の大きさ

についてまとめたものである。あに  
に当てはまる適切な数を書きなさい。

表

正多角形	1つの内角の大きさ
正三角形	60°
正四角形（正方形）	90°
正五角形	108°
正六角形	あ。

問2 (略)

問3 ノートの下線部は、次のように証明することができる。う～きに当てはまる適切な数や式を書き、証明を完成させなさい。ただし、ノートのいと証明のいには共通な数が入る。

〔証明〕

n角形の内角の和はうとなるから、正n角形の1つの内角の大きさはえである。正n角形によるセレーションで、1点のまわりに正n角形がp個集まっているとすると、次の等式が成り立つ。

$$\text{お} = \text{い}$$

整理すると、 $np - 2n - 2p = 0$  よって、 $(n-2)(p-2) = 4 \cdots ①$

①を成立させる自然数nとpの組(n, p)は、

(3, 6), (か, き), (6, 3)の3組のみである。

したがって、正三角形、正方形、正六角形の3種類でセレーションができる。

問4 こしさんは、これまでに分かったことをもとに、うのさんと話した。

会話文

こしさん：正三角形、正方形、正六角形の3種類でセレーションができることが分かったよ。でも、ショーズの底面にはなぜ正三角形や正方形ではなく正六角形が使われているのだろう？

うのさん：そう言えば、正三角形、正方形、正六角形の周の長さと面積の間には次の事実が成り立つ先生が言っていたよ。

〔事実〕

同じ周の長さをもつ正三角形、正方形、正六角形のうち、面積がもっとも大きくなるのは正六角形である。

こしさん：つまり、面積の等しい正三角形、正方形、正六角形のうち、周の長さがもっとも小さくなるのは正六角形だということかな？

うのさん：そういうことだよね。正六角形を使うと、ショーズの底面を作るのに必要な材料を少なくできるから経済的で、ショーズの軽量化などにもつながりそうだね。

こしさん：なるほどね。ところで、事実が成り立つのはなぜかな？

うのさん：このような問題を先生が考へてくれたよ。

〔問題〕

周の長さが1cmの正三角形、正方形、正六角形の面積をそれぞれ求め、正六角形の面積がもっとも大きくなることを説明しなさい。

よし、さっそく解いてみよう。

まず面積の計算からだね。正方形の面積を求めるに  $\frac{1}{16}\text{cm}^2$  になったよ。

(1) 周の長さが1cmの正三角形、正六角形の面積をそれぞれ求めなさい。

(2) 会話文中の問題において、正六角形の面積がもっとも大きくなることを説明しなさい。

**攻略法**  
**7**

**面接**

# 一相手の目を見て 明るくはきはきと 自分の現在、過去、未来を きちんと語れるようにしておく—

「前期選抜」を実施するすべての高校で、「面接」が課されます。面接官は、皆さんの何に一番注目しているのでしょうか。自分が面接官になったつもりで考えてみましょう。まず見られるのは、その態度です。何かはっきりしていない人より、堂々と自分の考えを話せる人に好印象を持ちますよね。また、立ち居振る舞い等もしっかりとしている方がいいですね。

質問されたら、あわてずに少し考えを整理してから、落ちついで答えましょう。一般的な流れや、面接でよく聞かれる質問は下にまとめた通りですが、同時に次のことも十分注意してください。

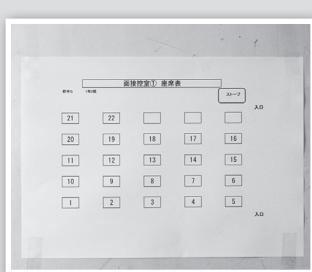
- 正しい敬語を使いましょう。
- 立ち居振る舞い(ドアの開け閉め、おじぎ、起立、礼、着席)はしっかり身についていますか。これらのこととは、社会に出てからも大切な事柄です。この機会に、しっかりとマスターしましょう。

- 身だしなみは清潔感のあるものにしましょう。(髪は整っているか、靴のかかとは踏んでいないか等)
- 明るく、はきはきと返答しましょう。
- 人の話をしっかりと聞きましょう。
- 相手の目を見て話しましょう。

以上のことば、すべて日常的にできるようにしておきましょう。

## 一般的な面接の流れ

- ① 呼ばれたら、「はい」と返事をする。
- ② ドアを3回ノックする。
- ③ 「失礼します」と言って、ドアを静かに開けて入室する。
- ④ 面接官に向かって一礼する。
- ⑤ 受検番号と氏名をはっきり言う。
- ⑥ 指示に従ってイスに座る。
- ⑦ 面接官の目を見て話す。複数の面接官がいる場合は、質問者の方に体を向けて話す。
- ⑧ 「終わります」と言わされたら、静かに起立する。
- ⑨ 「ありがとうございました」と言って一礼する。
- ⑩ ドアを静かに開け、もう一度、面接官の方に向きながらドアを閉める。



## 面接でよく聞かれる質問

「面接」は一般的に現在、過去、未来の順に聞かれます。つまり、「現在」では「志望理由」等、「過去」では「中学時代に力を入れてやったこと」。そして、「未来」では「この高校に入って何をやりたいか」等です。いずれも、「志願理由書」をもとに聞かれることが多いようです。



### ■質問の例

面接官の質問	受験生の答えの例
現在	今日は、どのような交通手段で来ましたか。
	自宅近くの○○駅から△△駅まで電車に乗り、あとは徒歩できました。
	本校を志望した理由を教えてください。
	体験入学に参加したり、貴校の教育カリキュラム等を見て、自分の将来の夢をかなえるのに、最適な高校だと感じたからです。
	本校への進学について、ご家族はどのように言っていますか。
過去	あなたの長所・短所はどんなところですか。
	友人からは根気強いと言われます。また、少し引っ込み思案なところがあるので、こちらは直していきたいと思います。
	中学校時代の一番の思い出は何ですか。
未来	文化祭に向けて、クラスのみんなで力を合わせて準備をしたことです。
	大会前、チームの気持ちがバラバラになってしまった時に、気持ちをもう一度そろえるように努力しました。
	この高校に入学したら、どんなことに力を入れたいですか。
未	部活動は中学校時代にやっていた○○クラブで頑張りたいと思います。また、勉強では、△△の研究をしたいと思います。
	もしも、前期選抜で不合格だったら、どうしますか。
今	後期選抜で、この高校に合格できるように頑張ります。

## 小学生のページ

## 県立・市立の中高一貫校で入学者選抜を実施①

県立中学校2校(屋代高校附属中学校・諏訪清陵高校附属中学校)と長野市立長野中学校の入学者選抜が12月6日(土)に実施され、16日(火)に合格者が発表されました。受験者数は左下の表の通りで、受験生から聞き取ったところ、集団面接での質問は、右下のような内容でした。特に③の質問は、その場で考えて答えるのはなかなか難しかったのではないかと思われます。

## 1. 令和8年度 入学者選抜の結果 ※( )は前年度

学校名	募集定員	受検者数	倍率
屋代高校 附属中学校	80 (80)	206 (229)	2.58 (2.86)
諏訪清陵高校 附属中学校	80 (80)	171 (192)	2.14 (2.40)
長野市立 長野中学校	70 (70)	131 (118)	1.87 (1.69)

今号では県立中学校の適性検査Iの問題について、次号では適性検査IIの問題について解説します。

## 2. 集団面接での質問の内容

## &lt;屋代高校附属中学校&gt;

- ① 屋代高校附属中学校の魅力と、入学したら頑張りたいこと。
- ② 小学校の自由研究で調べたことと、それをやった理由。
- ③ 小学校で身の回りの人と快く過ごすために心がけていたこと。

## &lt;諏訪清陵高校附属中学校&gt;

- ① 諏訪清陵高校附属中学校を志願した理由。
- ② 小学校で力を入れたこと。
- ③ 友達に助けられたこと。

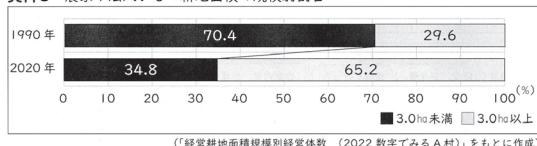
## 県立中学校 適性検査I【問2】

(2) 下線部aについて、南さんたちはA村の役場の方のお話を聞き、資料3やノートをもとに話しています。

## 役場の方のお話

A村が有数の産地として、おいしいレタスを多くの人に届けるためには、農家数の減少は大きな課題です。レタスは、傷つきやすいため、苗植えや収穫は手作業で行います。これまでには、生産方法を学ぶために外国から来た実習生に、機械ではできない、人手が必要な多くの作業を助けてもらっていました。これからは、自分たちの力でも、生産を続けられるようにしていく必要があります。しかし、レタス生産は手間がかかり、生産方法も難しいため、個人の努力では限界があります。そこで、新たなチャレンジとして生産者が集まって会社などの組織をつくる「法人化」などが進んでいます。また、生産者、村、大学、企業が協力し合い、インターネットで生産に関する情報を収集し、分析することで、様々な効率を高める方法を研究しています。

## 資料3 農家や法人がもつ耕地面積の規模別割合



## ノート

## 【法人の取り組み】

- ・生産から販売まで、役割を決めて協力して行う。
- ・肥料や畑の管理に使うものを、生産者に提供する。
- ・畑の整備や農薬を散布するための大型機械を所有し、生産者が共同で使えるようにする。
- ・新鮮さを保ったまま出荷できる設備を整える。
- ・取引先を確保し、必要としている量を把握した上で販売する。

花: 役場の方のお話から、農家数が減っているA村のレタス生産を、外国から来た実習生が、あをして支えていたね。

清: 資料3から、いという変化が見られるのは、法人化の影響なのかな。

南: ノートをもとに考えると、うことで大量に生産できるようになったから、法人化の影響だと見えそうだよ。

花: 生産者一人一人の力ではできなかったことだね。それなら、役場の方が言っていたbインターネットを活用することで、どんなことができるようになったんだろう。

① aに当てはまる適切な言葉を、役場の方のお話の中から20字以内でぬき出して書きなさい。

② iに当てはまる適切な言葉を、3.0haに着目して書きなさい。

③ uに当てはまるものを、次のア～エからすべて選び、記号を書きなさい。

- |                            |
|----------------------------|
| ア 生産から販売まで組織的に管理する         |
| イ 個人では用意できなかった機械や設備を整える    |
| ウ 生産者個人で判断できることが増え、自由に生産する |
| エ 生産者が協力して、すべての作業を全員で行う    |

## 適性検査I

人や社会にかかわる事象について、資料、会話文、文章などの内容を読み取り、必要な情報を関連付けて思考・判断・表現する学習の状況をみる問題。

## 長野県の特色や現代社会の課題などを出題

## &lt;令和8年度 適性検査Iの出題内容&gt;

大問	主な出題内容	小問数配点
問1	タブレット端末を使った投票のよい点と注意点	6問 20点
問2	長野県のレタス生産地の課題と新たな取り組み	9問 28点
問3	長野県の松くい虫被害の現状と対策や切った松の活用法	8問 30点
問4	状況・行動・変化の流れを描くストーリーについての説明文の読み解きと作文(120~140字)	6問 22点

※【問2】(2)①~③の配点は9点

## &lt;左の問題の考え方&gt;

(2)① aの直前に「外国から来た実習生が」とあるので、役場の方のお話の4~5行目に注目して、抜き出します。

② iの直後に「変化が見られる」とあり、役場の方のお話の8行目に「生産者が集まって会社などの組織をつくる『法人化』」とあるので、3.0ha以上の耕地を持つ割合が30年間で2倍以上に増えたことを書きます。

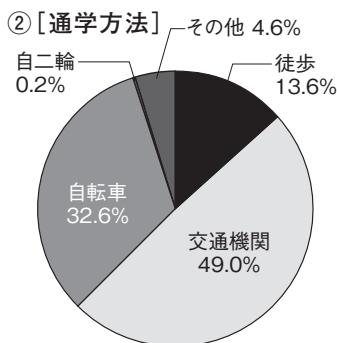
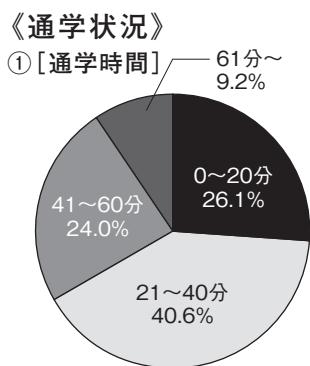
③ uの後に「法人化の影響だ」とあることから、ノートに注目します。選択肢アは【法人の取り組み】の1項目目と一致しています。また、イは同じく3項目目・4項目目と合っています。

(2)① 機械ではできない、人手が必要な多くの作業(20字)

② (例) 耕地面積が、3.0ha未満は減り、3.0ha以上は増えてきている

③ ア、イ

## 正 答 例



高校への通学時間は片道30分前後  
JR等の「交通機関」が約半数  
「自転車」33%、「徒歩」1割強

全日本高等学校に通う生徒の通学状況をグラフで示しました。

①の通学時間ですが、最も多いのは「21~40分」で、全体の40・6%を占めています。次が「0~20分」の26・1%、そして「41~60分」の24・0%が続いています。

一方で、通学時間が「1時間を超える」人も9・2%います。ほぼ11人に1人の高校生は毎日、1時間以上かけて高校に通っています。総じて、高校生は毎日、約30分ほどかけて、登校していると言つてよいでしょう。

多様化する高校生のために、全日制の高校では普通科・工業科といった学科の下に、さらに「コース」を設け対応していますが、その数は全77校中35校に及びます。各高校のホームページ等で、研究しておきましょう。

少人数学級を設定して、きめ細やかな指導をしている学校もあります。中学校の1学級は最大でも35人で編成されていますが(生徒数が35人なら1学級、36人なら2学級になる形)、高校の1学級は、基本的に40人編成になっています。中学校時代に30人ほどで学んでいたものが、いきなり40人になると圧迫感

長野県教育委員会からこのほど、長野県の高校の様々な状況を調査した『長野県高等学校要覧』が公表されました。同要覧とともに、最近の高校の状況を紹介します。

# 「高校要覧」にみる高校事情

## ガクシンニュース

編集・発行  
ガクシン編集部

います。

左上の②のグラフは通学方法を示したもので、なお、「自転車と交通機関」のように、2種類以上の交通機関を利用している人については、所要時間の長

い方に区分しています。  
高校ですから、自宅からそれなりの距離がある人が多く、このほか、「徒歩」は、JRやしなの鉄道・アルピコ交通といった鉄道やバス等の「交通機関」を利用しています。次に多いのが32・6%の人を利用している「自転車」。そして13・6%の「徒歩」が続きます。このほか、0・2%の人は「自動二輪(原付自転車含む)」で

を感じるかもしれません。

このような状況から、高校によつては、自校の努力で学級数を多くして対応しているところが6校あります。たとえば屋代南高校。同校は3学級・120人募集ですが、これを4学級に分けて指導しています。この結果、1学級の平均生徒数は24・9人になっています。

高校では普通科・工業科といった学科の下に、さらに「コース」を設け対応していますが、その数は全77校中35校に及びます。各高校のホームページ等で、研究しておきましょう。

少人数学級を設定して、きめ細やかな指導をしている学校もあります。中学校の1学級は最大でも35人で編成されていますが(生徒数が35人なら1学級、36人なら2学級になる形)、高校の1学級は、基本的に40人編成になっています。中学校時代に30人ほどで学んでいたものが、いきなり40人になると圧迫感

生徒は、年々減少傾向にあります。夜間定時制と公立通信制に通う生徒は、年々減少傾向にあります。夜間定時制の生徒数は、10年前の平成27年度には750人いました

が、今年度は568人と約4分の3の生徒数に減少しています。また、以前ですと、定時制=働く人のための課程、という印象が持たれていましたが、現在は、働く人の割合は減少しています。今年度の就業率は45・6%で、半数以下の状況が10年以上続いています。学年別の状況を見れば、1年生の就業率は14・0%と非常に低いですが、学年を追うごとに上昇。4年生は58・4%の人が就業。徐々に自立していく状況です。

公立通信制に在籍する生徒数も減少しています。10年前には2119人いましたが、今春は1648人まで減少。一方で増加しているのが私立の通信制高校生。10年前の平成27年度は1886人、今年度は8377人で、4倍以上の人数になっています。

通っていますが、バイクは学校の許可が必要ですので気を付けましょう。「その他」には「家人の送迎」等があります。  
このほか、「宿所の状況」も調査しています。定時制も合わせて、99・0%の高校生は「自宅から通学していますが、「下宿・借問」それぞれ、「寮宿舎」の生徒が0・4%います。長野県の公立高校では、飯山と白馬・木曽青峰に寮があります。

ちょっとひと息  
最近のニュースから

# 面白コラム

OMOSHIRO

## 福島県で6~7世紀の壁画を発見 ~帰還困難区域の一部避難解除により 再開された発掘調査で!~

福島県双葉町教育委員会は、12月12日に「清戸迫横穴墓群」で、古墳時代の彩色壁画を発見したと発表しました。壁画が見つかった83号横穴墓は、棺を納める部屋である玄室の奥行が3.7m、幅が3.6m、高さが2.5mと大規模な家形だそうです。右上のイラストのような、帽子をかぶったり馬に乗ったりした人物のほか、シカやイノシシのような動物、船、大刀・盾などの武器が、赤色の顔料で描かれていました。

清戸迫横穴墓群は東京電力の福島第一原子力発電所の事故にともなう帰還困難区域に指定されていましたが、2022年に一部の避難指示が解除されたことを受け、1年前から発掘調査が再開されて今回の発見につながりました。半世紀以上も前の1967年に76号横穴墓でも彩色壁画が見つかっており、2基目の発見となるため、希少価値が高いとのことです。

### 用語解説

(注)本文中に太字の語句は、教科書で太字の重要語句です。

#### ①「横穴墓」とは?

一般に、台地や丘陵の斜面に高さ2m前後、奥行数mの洞窟=横穴を掘り、その中に人間を埋葬した墓です。

構造は古墳の横穴式石室に似ていて、斜面の岩盤をくり貫いて造られ、入口から羨道と呼ばれる通路を経て、死者を安置する玄室に至ります。古墳のような墳丘をもたないのが通例で、天井の形態は、家形とドーム形やアーチ形があります。

複数の横穴墓群を形成することが多く、埼玉県の吉見百穴などが有名です。清戸迫横穴墓群は、現在までに304基の横穴墓が確認されており、東日本最大です。

#### ▼ 吉見百穴 (埼玉県)



(Wikipediaより)

#### ②「彩色壁画」とは?

古代の壁画や墓の壁画で、鮮やかな色合いと繊細な表現が特徴です。例えば、キトラ古墳や高松塚古墳の壁画は、漆喰の上に顔料で描かれ、極彩色で知られています。これらの壁画は、朝鮮半島や中国大陆からの影響を受けていて、古代の文化や社会のようすを知る貴重な資料となっています。

右の高松塚古墳の壁画は色彩鮮やかで、さまざまな場所でカラー写真で紹介されており、「飛鳥美人」のニックネームで知られています。

#### ▼ 高松塚古墳の女子群像



(日本遺産 ポータルサイトより)

#### ◇ 1967年に発見された壁画には、何が描かれていたの?

双葉町で小学校の新築工事に伴って行われた発掘調査で、敷地内に存在していた横穴墓から玄室の奥壁に赤色の顔料で描かれた、右のイラストのような彩色壁画が発見されました。正面中央には七重の右回りの渦巻文が描かれていますが、何を象徴しているのかはわかっています。その右側には兜をかぶって手をかざす人物と、馬に乗った人物がいます。その他に、弓矢を射ている人物や、イノシシとシカや犬と見られる動物が描かれていました。当時の人々の暮らししづらが伝わってきますね。1968年には、国の史跡に指定されました。

#### ▼ 76号横穴墓の壁画のイメージ



(双葉町のホームページより)

\*これまでに発見された壁画について、保存の課題や修復方法などを調べてみましょう。



## 英語



### 日本と外国の雪だるま

2025年も残りわずかとなりました。2026年も、みなさん一人ひとりにとって良い年になるといいですね。さて今回は雪にまつわるお話を。みなさんきっと一度は雪だるまを作ったことがあるでしょう。雪だるまは英語でsnowmanです。ちなみに複数形はsnowmenでmanと同じ不規則変化になります。そのまま訳すと「雪男」ですが、日本では別の生き物(グループ?)を想像する人が多いのではないでしょうか。

ではなぜ英語でsnowmanなのかというと、形にヒントがあります。雪だるまを想像してみてください。みなさん雪玉を2段に重ねたものを思い浮かべたと思います。しかし、外国では3段重ねが一般的という所もあるのです。つまり上から頭、胴、足となり、人間の体をイメージして作っているのです。(「アナと雪の女王」という映画に登場する雪だるまのオラフも3段ですね!) それに登場する雪だるまのオラフも3段ですね! そのため、英語ではsnowmanと人間のように呼んでいるのです。

寒さが厳しくなってきましたが、風邪を引かないように注意しながら、今年の冬はぜひ3段のsnowman作りに挑戦してみてはどうでしょうか。

(寺島 雅理奈・ゼミナール松本駅前校)

## 理科

### 人工衛星を肉眼で見てみよう!

みなさん! 自分の目で人工衛星を見たことはありますか? これまでに世界中で打ち上げられた人工衛星は、およそ8000個ほどだそうです。その中には地球の周りの軌道から外れてしまったものもありますが、今でも4000個程度の人工衛星が地球の周りを回っています。

これらの人工衛星は、地球から肉眼で見ることができるのを知っていますか? 打ち上げられた人工衛星の目的や用途によって、周回する軌道の高度は異なりますが、高度1000km以下の軌道を周回している人工衛星ならば、肉眼で見ることができます。ただし、人工衛星は太陽光を反射することで私たちの目に映ることになるため、太陽が沈んでいる夜には見ることができません。当然、昼間は空が明るすぎて人工衛星が反射した光が見えません。そのため、空が少し暗くなる明け方か夕方が、人工衛星を見るチャンスになるのです。

もしも夕方に空を見上げて、移動している星のような物が見えたならそれが人工衛星です。でも、移動している星のような物が見つかっても、光を点滅しながら移動している場合は人工衛星ではなく飛行機ですので、改めて探してくださいね。

(竹内 友一・ゼミナール屋代駅前校)

## Q がくしんクイズ

### 「規則性を見つけられるかな?」

問題 次の(①)と(②)に当てはまる数字は何でしょうか。

- ・  $15+14+5 = 1$
- ・  $20+23+15 = 2$
- ・  $6+9+22+5 = (①)$
- ・  $19+9+24 = 6$
- ・  $20+5+14 = (②)$

$$5+2=?$$



ヒント こう見えて、英語の問題だよ。

(小金澤 真一・長聖ゼミ)

# 2026年 高校入試 チェック&ゴール

入試直前対策として重要な分野を“チェック(Check)”し、合格という“ゴール(Goal)”を目指す受験生の応援プログラムです。「入試対策テキスト」と「解説動画(信学会ホームページ)」、「テレビ番組(SBC信越放送)」を活用して、合格を引き寄せよう!

## チェック&ゴール担当 信学会 精銳の講師陣

国語

佐藤 絵里香 先生  
長聖ゼミ

数学

青山 広樹 先生  
穂高校

社会

山寄 圭介 先生  
小諸校

理科

堀内 岳 先生  
上田駅前校

英語

川浦 真智恵 先生  
上田駅前校

## テキスト

中学校から配付済み

- テキストは、中学校を通して12月に配付！
- 各教科50分で時間を計って、取り組もう！
- 解答例は、信学会のホームページで確認しよう！

こちらからどうぞ→



## 解説動画

信学会  
ホームページで  
配信中です！

- 答え合わせをしたら、信学会のホームページから解説動画を見て、理解を深めよう！動画は、上のQRコードから見られます。
- 信学会の精銳講師陣が、テキストの重要問題を解説！
- 動画なら何度も視聴が可能で、じっくり理解できる！

## テレビ番組



1月25日(日)  
午後3時00分~3時30分

- SBC信越放送(6チャンネル)で放送！
- テレビゼミナーで、高校入試対策のポイントをつかもう！
- 入試に向けて、直前期に押さえたい「学習ポイント」をわかりやすく伝授！
- 入試に臨む心構えもアドバイスします！
- 見直せるように録画もしておくと安心です。

## 長野県高校入試学力テスト 残りあと2回！

※「令和8年度 入学志願者第2回予定数調査」の結果が、1月6日(火)に発表されます。

### 第7回

1/11(日)

■1月22日15時から  
成績表が見られます！

### ■受験料■

1回券 4,700円(税込)

回数券 8,800円(税込)  
(割引対象者は8,700円)

### ■第7回の申し込み〆切■

インターネットのみ

クレジットカード決済で 1/7(水)まで

志望校内順位を  
確かめよう

### 第8回

2/8(日)

■後期選抜のリハーサルに。

2月20日(金)15時…信学会模試の個人成績表が閲覧できます。

3月2日(月)~5日(木)…後期選抜の志望変更期間。

この間に、1度だけ受検校を変更することができます。



信学会 0120-29-5588

テストの詳細は、  
信学会のホームページへ！

