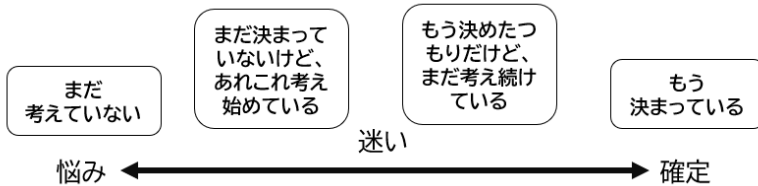


## ◆自分の進路、どう選択する？

4月も残り1週間となりました。明日から個人面談が始まります。自分が希望する進路について、しっかり考えて決めましたか？ なかにはどのように進路選択をすればよいのか悩んだり迷ったりしている人もいないでしょうか。今回は山本尚毅・山口大輔著『どうする進路選択』(Gakken、2026年)を参考に進路選択について改めて考えていきます。筆者らによると、「悩む」と「迷う」の違いは次のようなものです。

- ・悩む：どう決めればいいのかかわからず、解決の糸口も見えないまま、心が重くなっている状態
- ・迷う：進むべき道や選択肢はいくつか見えているが、その中でどれを選ぶか決めきれずにいる状態



まだあなたが上の図の「悩み」の状態に近いなら、自分が何を判断基準(自分のこだわり)にしたいのか、考えてみましょう。大学選びの判断基準では、例えば次のような項目が考えられます。

- やりたいこと、好きなことが学べる
- 自分の学力レベルに合っている
- 入りたい部活動・サークルがある
- 留学制度が充実している
- ゼミ・研究室が少人数で手厚い指導を受けられる
- 立地が良い・気に入っている
- 学費が安い
- 資格の取得や国家試験、就職に強い など

これらをもとに、選択肢を並べ、判断基準を複数用意し検討してみましょう。

**迷っている大学** : A大学の●●学部、B大学の■■学部、C大学の★★学部、D大学の▲▲学部  
**判断基準** : やりたいことが学べるか、立地が良いか、留学制度が充実しているか、就職に強いかなど

それぞれの大学を判断基準ごとに1~5点で点数を付けてみます。その後、やりたいことを重視するなら×5、立地の良さは重視しないのなら×1のように、先ほどの点数に数字をかけて判断基準に重み付けしていきます。すると下のよう表ができます。もちろんこの表の通りに進路を決めなければならない、というものではありません。あくまで「悩み」の状態から先に進むための1つの方法です。担任の先生との面談や家族・友人との会話を通じて自分が作成した表に違和感を覚えたなら、重み付けを修正してみるといいかもしれません。

	やりたいこと	立地	留学制度	就職	合計点
重み付け	5	4	2	3	
A大学●●学部	5(25)	4(16)	5(10)	5(15)	56
B大学■■学部	3(15)	5(20)	1(2)	5(15)	52
C大学★★学部	4(20)	3(12)	4(8)	2(6)	46
D大学▲▲学部	4(20)	3(12)	3(6)	3(9)	47

★そもそもやりたいことが思い浮かばない人へ

次のような方法を試してはどうでしょうか。きっと、新たな気づきがあるはずです。

手順① 「興味のある対象」から考える→デザイン、環境問題、食など…気になる対象、分野をピックアップする。

手順② それぞれの学問が「その対象にどうアプローチするのか」の手法から考える

例:「環境問題」に興味がある →低燃費なエンジンやエネルギーの開発(工学)、環境を守るための法律や条例の制定(法学)、環境保護の費用対効果の考察(経済学)

★★立地が地方というだけで選択肢から外すのはもったいない★★

皆さんが学びたいことは、首都圏の大学でしか学べないのでしょうか？ 確かに、自宅から通える都市部には、魅力ある大学が数多く集まっています。一方で、自宅からの通学のみこだわると、自身の進路選択の幅を狭めることにもなります。大学の研究力が高く評価され、国際卓越研究大学に最初に認定されたのは、**東北大学**です。首都圏にのみ目を向けると、こうした優れた研究環境、教育環境にある大学を進路の選択肢から外すこととなります。

富山大学が制作したリーフレット「地方の国立大の魅力 ファクト版」では、学び・研究面や生活面・進路面のデータが紹介されています。下の表で4年間の学費と生活費の合計金額を見てみましょう。国立大学であれば、学費が私立大学より安く、また地方では都市部よりも住居費用が安くすむので、**合計費用は自宅から私立大学に通うのと同等、理系の場合はむしろ安く済みます**。金銭面のハードルは、思ったよりも超えやすいかもしれません。

国立/私立 自宅/下宿	国立大学			私立大学			
	自宅から	下宿で		自宅から		下宿で	
種別	通える国立大学	地方国立大学 (家賃3万円想定)	大都市国立大学 (家賃8万円想定)	通える私立大学 文系	通える私立大学 理系	大都市私立大学 文系 (家賃8万円想定)	大都市私立大学 理系 (家賃8万円想定)
学費	¥2,425,200	¥2,425,200	¥2,425,200	¥4,189,087	¥5,672,126	¥4,189,087	¥5,672,126
生活費	¥3,336,480	¥5,070,240	¥7,470,240	¥3,336,480	¥3,336,480	¥7,470,240	¥7,470,240
学費と生活費 合計	¥5,761,680	¥7,495,440	¥9,895,440	¥7,525,567	¥9,008,606	¥11,659,327	¥13,142,366

「地方の国立大の魅力」p.16 より引用



Point1

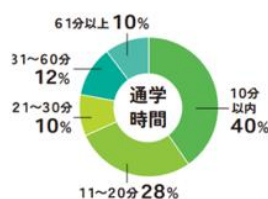


手厚い教育環境

教員1人あたりの学生比率（ST比）が低く、ゼミナールや研究室で少人数での指導を受けることができる

Point2

図表18 富山大学生の生活状況 (住居形態・通学方法・通学時間)



大学周辺に住みやすい

都心の高騰した家賃相場と異なり、安い家賃で大学近くに住むことが可能  
→満員電車で1~2時間通学することなく、その分学習やアルバイトにあてられる

Point3

時間管理能力

起床・就寝の睡眠時間、勉強・サークル・アルバイト・家事等の時間の配分と活用。

金銭管理能力

仕送り・奨学金・アルバイト給与等の「収入面」と、家賃・食費・買物・遊び代等の「支出面」の調整。

一人暮らしで成長できる

日々の家事や家計の管理を自分ですることで、社会人として求められる自己管理能力が身に付く

「地方の国立大の魅力」を元に作成

地方国立大学に進学することのメリットは様々ですが、費用以外の面で3つあげられます。詳しくは右の図をみてください。

地方の国立大学に進学することだけが優れた選択で、首都圏の私立大学に進学することは劣った選択肢、ということはもちろんありません。大切なことは、自分がしっかり考えて進路選択するための情報を手に入れることです。そのうえで、先入観を抜きに、自分がどのように自身の進路を実現していきたいか、判断していきましょう。



皆さんは、進路選択に向けた情報をどこで集めていますか？ スマホ1つで様々な情報が入手できる時代ですが、冊子や書籍といった形で整理して出されている情報はやはり見やすく活用しやすいです。進路閲覧室には、大学進学に向けた様々な情報が集まっています。今回はそのなかでも、特に活用してほしい4つを紹介します。

- ① 赤本
- ② 受験報告書
- ③ コピー機
- ④ 情報誌

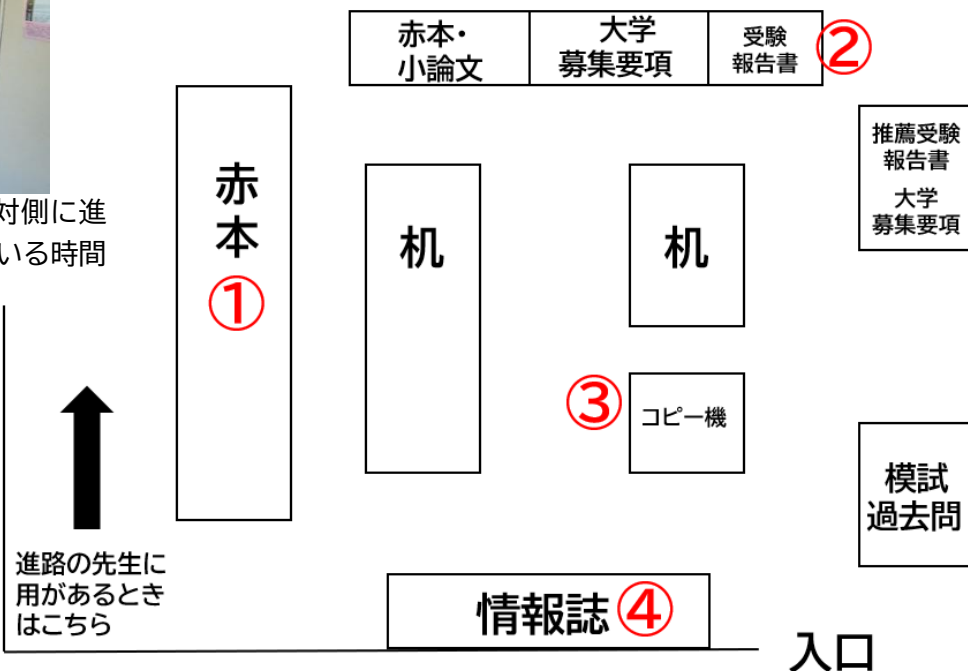
もちろん、ほかにも小論文や推薦入試について、大学募集要項や模試過去問など様々なものがあります。ぜひ積極的に活用してください。



進路閲覧室は、職員室と同じ廊下を反対側に進んだ右手側にあります。放課後の空いている時間に利用可能。



進路の先生に用事があるときはこのスペースから声をかけてください





### ①赤本

正式名称は「大学受験過去問題集」。各大学の過去問が掲載されている。ただ過去の問題を見るだけでなく、合格体験記や科目別攻略アドバイス、傾向と対策など参考となる情報がたくさんあるので、しっかり読もう。貸出可能なものがほとんどだが、最新年度のみは閲覧のみ。鍵がかかっているため利用するときは進路室の先生に声をかけよう。

### ②受験報告書

実際に先輩たちが受験した感想や後輩へのアドバイスなどが記載されている。大学別に並んでいるので、自分が気になっている大学を探してみよう。



### ③コピー機

ここで過去問等のコピーができる。あくまでコピーは私的な利用の範囲で。コピー用紙がなくなったり、お釣りがなくなったりしたら、進路室の先生に声をかけよう。

### ④情報誌

受験情報に関する雑誌を読むことができる。医学部や難関大の勉強法についてのもも。おすすめは『蛍雪時代』。進路選択で必要なトピックが数多く特集されている。気になるものから読んでみよう。

