令和5年3月10日
東京都立新宿高等学校　進路指導部

―進路部通信―

新宿通信　NO.83

○ 大学入学共通テスト・国公立大　出願速報
○ キャリアガイダンス(1年)
○ 〈０学期〉です！

自分と向き合う

国語科　細谷 敦仁

今年もまた、この季節が近づいてきた。高校の教師になって、毎年多くの卒業生を見送ってきた。高校生としての自分の生活にピリオドが打たれ、新たな環境へと移っていくけじめの日。例年のようにあの頃の自分と向き合う時間を私は持つ。

高校生の私は、すべてにおいて中途半端だった。勉強も部活動も、行事も遊びも、毎日が中途半端の繰り返しだった。楽しくなかったというのではない。学校がつまらなくて行きたくないと思ったこともない。学業成績はろくなものではなかったが、部活やクラス、生徒会の仲間もいたし、学校外では中学の同窓生とも変わらぬ付き合いがあった。でも、何事においても中途半端だった。そしてその思いは、実は当時の自分自身も何となく感じていた。教師という立場で高校という世界で過ごす中で、自身のあの頃の中途半端の原因をこれまでいろいろと探ってみた。思春期という年代のせいだったのか、通っていた高校との相性が一因だったのか。未だに答えはまとまっていないが、おそらく少し力が足りなかったのだろう。もう一歩を踏み出す勇気が、行動力が足りなかったのだろう。そう思っている。

それに気付けたのは、大学生になってからだ。到底真似できないようなすごい先輩が何人もいた。まだ学生の先輩達も、既に社会人として働いている先輩達も、私よりよほど多忙な生活をしていた。にもかかわらず、彼らは皆、私より多くの本を読み、映画や演劇を見、美術館に行き、広く世界に目を向けていた。「教養」を実感した体験だった。自身の教養のなさを痛感し、この人達に近づきたいと思った。

そう思ってからかなりの時間を過ごしてきたが、まだまだ追いつくことはできず、以前と同様に背中を追いかけている。でも、わかってきたこともある。教養を生み出す元は好奇心だ。知らないことを知りたいと思い、見たことのないものを見てみたいと思う。しかし、思うだけでは教養は身につかない。思った時に自分を動かす力がなければならない。未知と触れ合う勇気が、行動力が必要だ。

高校生の私に足りなかったこの力を、少しは自分のものにできたと思っている。それでもまだ十分と言えるほどではない。可能性の塊である高校生諸君と過ごしていると、自分もまだできることが沢山あり、気付いていない伸び代が残されているように思えてくる。

実は私は高校の卒業式に出ていない。父の仕事の関係で、高校３年の夏から独りで下宿生活をしていた私は、年明けに授業がなくなったところで下宿を引き払って親元へ転居し、卒業式当日は受験のために親戚の家にいた。その日に受験はなかったが、わざわざ卒業式のためだけに時間と交通費を費やす気は起こらなかった。卒業証書は、後日受験のために移動途中の同級生から、新幹線のホームで受け取った。当時はそのことを何とも思っていなかった。しかし今思えば、それを実感していながら結局そのまま過ごした高校生活の中途半端さを象徴している出来事なのだろう。もう少し早く自分の不足に気付いていたら、もっと違った時間を作れたのではないかという思いがある。だからこそ、今、自分はこうやって高校生と時間を共有する日々を送っているのかもしれない。

私は毎年、高校生だった自分と向き合う時間を持っている。生徒諸君には、「今の自分」と向き合う「将来の自分」がこの先にいるであろうことを、少し想像してみてもらいたい。

○大学入学共通テスト・国公立大　出願速報

受　験　年	2018 年	2019 年	2020 年	2021 年	2022 年	2023 年
	70 回生	71 回生	72 回生	73 回生	74 回生	75 回生
５教科７(８)科目受験者	１７９	１９０	１９２	２０５	１８５	１９１
国公立大学出願者(前期)	１９５	２１６	２１６	２１７	２０８	２１０
国公立大学合格者	１０４	１２０	１１１	１２３	１０９	★

大学入学共通テストの結果を受けて、今年度の国公立大学（前期）への出願状況は表に示したようになっています。私立大学の合格発表や国公立大学の前期試験も終わり、合格発表の結果も多く報告されています。しかし、受験は前期試験で終わりというわけではありません。国公立大学の後期試験に挑んだ３年生もいます。積み上げてきたものを出し尽くして、受験という貴重な経験を全うし、頑張りに相応しい結果を手にすることができるよう祈っています。

○キャリアガイダンス（１年）

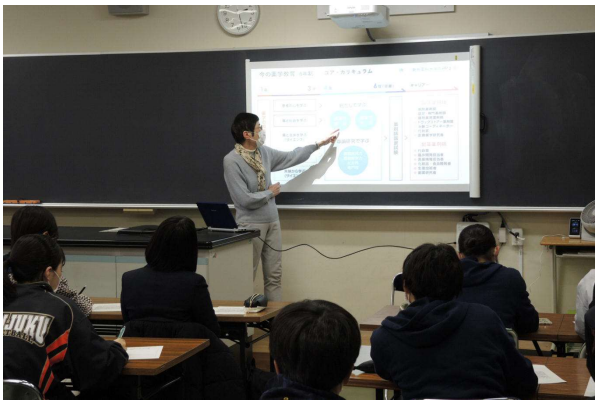
２月８日（水）の６・７限に、１年生対象のキャリアガイダンスを実施しました。今年度も同窓会の全面的なご協力を得て、様々な分野で活躍されている諸先輩方をお招きしました。社会においてそれぞれの立場で活躍されている先輩方の貴重な体験談を伺い、生徒ひとりひとりが自分の将来の夢や進学へのイメージをより確かなものとし、これからのあり方について考えていくきっかけとするために、例年実施している行事です。

昨年度に続き今年度も１２名の先輩方が講師として来校し、お話しくださいました。あらゆる分野において、第一線で活躍されている卒業生が沢山いらして、このような機会に後輩のために積極的に協力くださる「繋がり」も、新宿高校の強みです。話を聞いている７７回生が、将来は講師として後輩達と向き合う時が来るはずです。

今年度の講師を務めてくださった先輩方をご紹介します。

博物館研究員　馬場　悠男　先生（15 回生）
国際機関　津川　清一　先生（21 回生）
新聞記者　小池　洋次　先生（21 回生）
弁護士　酒井　邦彦　先生（24 回生）
経営学・商社　佐野　良雄　先生（24 回生）
薬学・健康科学　篠原　厚子　先生（25 回生）
外国語　新田　恵子　先生（27 回生）
公認会計士　中越　一統　先生（31 回生）
ＡＩ研究者　関根　聡　先生（35 回生）
広告　須田　健太郎　先生（48 回生）
建築　原田　将史　先生（48 回生）
サッカー審判員　西村　雄一　先生（43 回生）

当日は６限と７限にそれぞれ異なった講座を受講しました。それぞれの会場では、熱心にメモを取ったり、積極的に質問をしたりする姿が見られました。今後の自分の進路に思いを馳せることに止まらず、今の自分の生活が将来へと繋がっていくのだということを実感する機会となってくれれば嬉しいです。



○〈０学期〉です！

年度末を迎え、１・２年生はそれぞれ次年度に向けての最終準備を行う段階に入りました。前号においても少し触れましたが、１年生にとっては２年０学期、２年生にとっては３年０学期が既にスタートしていて、その時期ももう終盤になっています。特に２年生にとっては、自明のことですが来年の共通テストまでもう１年ありません。あと１０ヶ月あるので焦る必要はありませんが、「受験はまだ先のことだ」と先送りする余裕もありません。今がまさに３年０学期＝受験学年の本格的なスタート時期であることをしっかり自覚して、日々を過ごしましょう。

［３年０学期＝２年生へ］

＊　**目標を定める**

目標を定め、その実現のための計画を立て、それを日々実行することが大切です。予定通りに進まない時は、立ち止まっても構いません。計画を修正する柔軟さも必要です。まずは、目標実現のための「計画」と「実行」を始めてください。

＊　**受験勉強は貴重な経験**

受験勉強というと、何か暗くて辛いというイメージがつきまといますが、それは違います。皆さんも学ぶことの楽しさはこれまでに経験していることでしょう。分からないことが分かる喜び、問題が解けた時のスッキリ感！　大学受験のように勉強に没頭できる機会は、人生にそうはありません。楽しみながら、思いっきり勉強して今後の人生の土台となる経験を積んでいきましょう。

＊　**バランスのとれた力を**

受験勉強という特別な勉強があるのではありません。受験では高校の授業で学ぶすべてのことが試されます。教科や科目という仕切りはありますが、例えば「現代文」や「英語の長文読解」の入試問題にはあらゆる教科・科目の内容が取り上げられています。また、学力だけでは不十分です。２日がかりで行われる共通テストでは、体力と集中力がないと話になりません。体育や部活動で鍛えた体力や精神力が役立ちます。

［２年０学期＝１年生へ］

この１年間を振り返って、自分の成長を確かめてみましょう。理解が不十分な科目や分野を客観的に捉え、集中的に今年度の不足を補いましょう。この時期にやっておくべきことについて、先輩達に具体的な助言を求めてみるのもよいでしょう。

【今後の予定】

○卒業式　3/14（火）
○合格速報会　3/17（金）
○修了式　3/24（金）

先輩からの言葉

日々自分を update することの大切さ

泌尿器科医
53回生　八木澤 隆史

2001 年に新宿高校を卒業し、気付いたら 20 年が過ぎていました。現在は母校から程近い大学病院で泌尿器科医として働いています。今回、進路部通信への寄稿の機会を頂き、高校生の頃になぜ医師を目指すことにしたのか、現在のライフワークと日々心がけていることをお伝えしたいと思います。

高校時代の進路面接の際、迷うことなく医師を目指すことを担任の先生にお伝えしました。医療の現場を実際に見たこともなく、身内が闘病している姿も見たことはありませんでしたが、漠然と「色々な病気を知りたい」、「人の命を救う仕事をしたい」、「外科医になって手術で患者さんを救いたい」と言ったありふれた理由を口にしていたと思います。大学受験は楽なものではありませんでしたが、

受験を経験したからこそ医学部の卒業試験や国家試験を乗り越える“基礎体力”が自然に身についていたのかなと思っています。ここで言う“基礎体力”と言うのは肉体的なものより、「もっと知りたい」と言う欲求を満たすために目の前の学習にじっくりと取り組む姿勢を継続することです。

楽しく充実した医学部６年間を過ごし、卒業後は２年間の研修医生活が始まりました。日本では医学部卒業後は「初期研修医」としてプライマリ・ケア（病気の初期診療）の基本的な診察能力（態度・技能・知識）を身につけるために２年間以上、様々な診療科をローテートすることになっています。つまり、外科系および内科系診療科、救命救急、産婦人科、小児科などひと通り研修を経験する必要があります。働き方や労働時間に対する管理が現在とは異なっていたため、あの時を振り返るとなかなかハードな日々を過ごしていたなぁと思います。

初期研修医としての期間を経て、いよいよ専門科を選択するのですが、私は泌尿器科を専攻しました。泌尿器科という科はその文字から「おしっこの科」といったイメージを持たれがちのようです。しかしながら泌尿器科は扱う臓器や疾患が多岐に渡っており、これまた非常に興味深い学問です。腎臓、尿管、膀胱、前立腺、尿道、陰茎、精巣、副腎などといった数多くの臓器を守備範囲としています。これらにまつわる病気にも悪性疾患（いわゆる“がん”）、良性疾患など色々あります。その中でも特に私が専門としているのは腎臓移植と尿路結石です。腎臓は尿を産生する臓器で、体の老廃物は尿として体外に排出されます。しかしながら何らかの原因で腎機能が低下していき、いよいよ末期腎不全という状態となると、腎代替療法といって「透析」か「腎移植」を行わないと生きていくことができなくなります。腎移植には親族のドナーからの臓器提供を受ける生体腎移植と、亡くなられたドナーから臓器提供を受ける献腎移植があります。提供して頂く臓器を摘出するために、生体腎移植では健常な方にメスを入れ、献腎移植では亡くなられた方にメスを入れなければなりません。命をつなぐために極めて特殊で崇高な移植医療の現場に興味を持ったこと、なぜ他人の臓器が体の中で機能するのだろうという疑問が腎移植をライフワークとした理由になります。これまでの日々の臨床経験と米国での移植免疫学の研究留学の経験を活かし、今後も腎移植の発展のために頑張っていきたいと思っています。

求められる医療を患者さんに責任を持って提供し、結果を残すことが医師に求められるわけですが、その背景には患者さんとの信頼関係の構築、知識や技術、経験が必要不可欠です。どのようなことでも「ショートカット」して一瞬の成功や喜びを得ることはあると思います。けれども、社会人として成長するためには常に広い視野でアンテナを張り、知らないことに触れてみることが大切だと思います。確かな知識や技術とそれらのアップデートを逐一行っていかないと、患者さんに適切な医療を提供し、信頼を得ることは難しいと考えます。それ相応の下積みが必要です。近道はないので、目の前のタスクを地道に行っていくことが将来プラスになっていくと思います。

最近 40 歳になりましたが、自分自身もまだまだ成長していかなければならないと思う毎日です。

（同窓会のご協力を得て「先輩からの言葉」を掲載しています。）