

令和7年度 2年生から1年生へ

先輩アドバイス Time 新聞

Tomiokahigashi High School Hanoura

2025.6.5.Thu 15:40~16:20

2年生に聞きました

1. どのようなアドバイスを1年生にしましたか？

テスト勉強のやり方 19名

普段の勉強の仕方 15名

時間の使い方・スケジュール管理 11名

ノートやまとめの工夫 11名

モチベーションの保ち方 7名



2. どんな話をしたか、具体的に記述してください。

💡 話題の中心は「勉強法」

ノートのまとめ方（例：色を使いすぎない、見返しやすくする工夫）

テスト勉強のタイミング（例：何日前から始めるか、2日前作戦など）

暗記方法やモチベーションの保ち方

実技テストのコツや出題傾向の共有

3. 1年生の様子について 表情・反応・態度からどんな印象を持ちましたか？

😊 全体的にポジティブな印象が多い

1年生に対して「明るい」「笑顔」「話しやすい」「積極的」といったポジティブな回答が多い：

笑顔で話を聞いてくれた

メモをしっかり取っていた

頷きながら聞いてくれた

積極的に質問してくれた

💡 学ぶ姿勢が強く見られる

1年生は、「真剣に話を聞いていた」「熱心にメモを取って

いた」など、学びに対する前向きな態度だった様子。

1年生は、「知らないことが多いと感じた」という声もあり、まだ知識は浅いものの、吸収しようとする意欲が伝わる。

😊 最初は緊張、でも徐々に打ち解ける様子

「初めは緊張していたが、だんだん話してくれた」「テストの話で不安そうだったが、安心した表情に変わった」このように、最初は緊張していたものの、時間が経つにつれてリラックスし、積極的になっていった。

💡 先輩側の気づきや学びも

「自分も1年生みたいにコミュ力上げてこうと思った」など、1年生の姿勢から先輩自身が刺激を受け、良い相互作用が生まれている。

4.1 1年生の様子 どこで関心が高そうでしたか？

「看護科目の勉強の仕方」や「テスト勉強の仕方」に関心が集中している。

「ノートのまとめ方」「解剖」「基礎看護」など、具体的な科目や学習方法にも関心が高い。

「バイトとの両立」や「リラックス方法」など、学習以外の生活面にも一部関心がある。

「赤点」や「全部」といった回答からは、不安や全体的な興味も感じられる。

5.1 1年生の様子 どこで困っていましたか？

「解剖」と「基礎看護」に関する困りごとが特に多く、専門的な内容に対する不安が強いことがわかります。

「テスト勉強」や「勉強のやり方」も多く、学習の進め方そのものに悩んでいる様子が見られます。

「モチベーション」の維持に関する困りごともあり、精神的な面でのサポートも必要とされていることがうかがえます。

「その他」には「授業プリントの重要な箇所が分からぬ」など、細かい実務的な困りごとが含まれています。

💡 ここから考えられる支援の方向性

解剖・基礎看護の学習サポート（例：図解、まとめノート、クイズ形式の復習）

勉強の進め方のガイドライン（例：1週間前からのスケジュール例）

モチベーション維持の工夫（例：先輩の体験談、勉強会の開催）

6.自分のふりかえり うまく伝えられたこと

「勉強方法」に関する説明が最も多く、先輩たちは自分の学習スタイルや工夫

「ノートのまとめ方」や「解剖の勉強法」も多く、具体的な学習テクニックの共有

「暗記方法」や「付箋の使い方」など、細かい工夫も伝えられており、実践的なアドバイス

「実技テスト」についても触れられており、学科だけでなく実技面のサポート

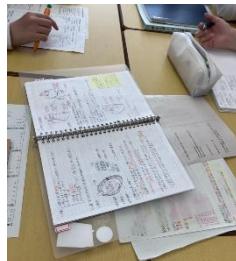
7.自分のふりかえり うまくいかなかつたこと

「伝え方」に関する課題が最も多く、どう説明すれば伝わるかに悩んだ。

「勉強方法」や「ノートのまとめ方」についても、自分のやり方をうまく言語化できなかつた。

「解剖」や「基礎看護」など、専門的な内容に関しては、的確なアドバイスが難しかつた。

「テスト勉強」についても、出題傾向や対策の説明に苦労した。



8.自分のふりかえり 次回に活かしたいこと

「ノートの活用」：次回はまとめノートや授業ファイルを持参して、視覚的に伝えたい。

「説明の改善」や「事前準備」：より分かりやすく伝えるための工夫や準備の必要性。

「人間関係」：1年生の気持ちに寄り添う姿勢を大切にしたい。

9.この活動を通じて、自分自身が得たこと・気づいたこと（学習面）

「勉強法の改善」や「自分に合ったやり方」：活動を通じて自分の学習スタイルを見直すきっかけになつた。

「1年生の学び」や「不安の共有」：後輩の姿から自分の過去を振り返る機会にもなつてゐる。

「他の先輩やペアの子からの学び」：仲間同士の学び合いが生まれてゐる。



「テスト勉強の重要性」や「色の使い方」：具体的な学習テクニックに関する再認識

10.この活動を通じて、自分自身が得たこと・気づいたこと（人との関わり）

「コミュニケーションの取り方」：自分から話しかけることの大切さや、会話の広げ方に対する学び

「質問の仕方」や「雰囲気作り」：相手が話しやすい環境を作る工夫を意識

「笑顔・表情」や「相手の気持ちの理解」：非言語的なコミュニケーションの重要性。

「人脉の広がり」：学年を超えたつながりが生まれたこともこの活動の成果の一つ。



1年生に聞きました

1. 今日は先輩からどんな話を聞きましたか？

テスト勉強のやり方 16人

普段の勉強の仕方 10人

時間の使い方・スケジュール管理 7人

ノートやまとめの工夫 9人

モチベーションの保ち方 10人

2.聞いた内容で、「これはマネしてみたい」と思ったことは？

1年生が特に関心を持ち、実践してみたいと感じたのは

◆看護科の勉強方法

→ 解剖や看護情報など、専門科目の学び方に強い関心がありました。

◆ノートのまとめ方・赤シートの活用

→ 見やすく整理されたノートや、赤シートを使った暗記法など、視覚的な工夫が人気でした。

◆モチベーションの保ち方や勉強習慣

→ 「やる気が出ないときの工夫」「スマホを遠ざける」など、日常の中でできる工夫も注目されていました。

◆テスト勉強のやり方

→ テスト前の勉強スケジュールや、友達と教え合う方法など、実践的なアドバイスが響いています。

3. これからどんなふうに勉強していこうと思いましたか？

◆ 予習・復習の習慣化（最多）

→ 「その日のうちに復習する」「予習と復習を繰り返す」など、日々の積み重ねを大切にしようとする姿勢

◆ 自分なりの勉強法の確立

→ 先輩の話を参考にしながら、自分に合った方法を見つけたいという前向きな意欲

◆ 毎日コツコツ型の学習

→ 「毎日少しでも勉強する」「毎日コツコツと」など、継続的な努力を意識

◆ テスト対策・計画的な学習

→ 「2週間前から復習」「目標点数を決める」など、計画的に取り組もうとする意識

◆ 休息・リフレッシュの大切さ

→ 「眠たい時は寝る」「こんつめない」など、無理せず続ける工夫

4. 先輩の話を聞いて、気持ちの変化はありましたか？

前よりやる気が出た 52%

少し不安が減った 22%

自分にもできそうと思った 26%

特に変わらなかった 0%

5. 次回、もしまた先輩と話せるならどんなことを聞いてみたいですか？

◆ 勉強法・ノートのまとめ方（最多）

→ 「もっと詳しく聞きたい」「楽しく勉強する方法」など、学び方の工夫や実践的なテクニックに引き続き関心が高い。

◆ 生活習慣や過ごし方

→ 「1日の過ごし方」「長期休みや休日の過ごし方」など、時間の使い方や生活リズムについても知りたい人が多い。

◆ 部活・バイトとの両立

→ 「バイトを始めたい」「両立の仕方を知りたい」など、学業と他の活動のバランスに関する悩みも目立つ。

◆ テストや実習の具体的な情報

→ 「どこが出るか」「実習で大事なこと」など、より実践的なアドバイスを求めている様子。

◆ 恋愛や楽しみ方などのプライベートな話題

→ 「恋愛」「勉強以外の楽しみ方」など、学校生活全体を楽しむヒントも求められている。



次回は「勉強+生活+心の余裕」をテーマにしたバランスの取れたアドバイス Time にしましょう！

6. 1年生からのメッセージコーナー

～先輩へ感謝の気持ちを込めて～

「大好きです ❤️ 🍀」

「勉強の仕方を教えて貰えて凄く良かったです」

「これからも頑張ろうと思いました。ありがとうございました。」

「基礎看護の勉強の仕方を丁寧に教えてくれてありがとうございました！苦手なのでアドバイスをもとに頑張ります。」

「レポート頑張ってください！」

「丁寧に優しく話してくれてありがとうございました。大好きです！」

「どのアドバイスも分かりやすくて自分もやってみよう思います！また話したいです。」

「先輩からのアドバイスを聞いてやる気が出ました！期末考査も頑張ります！」

「勉強の仕方やテストの点数を上げる方法など、いろいろなことを聞けてよかったです！」

「初めて話す先輩方と仲良くなれてとても嬉しかったです。」

「先輩が普段使っているノートを見せてくださって、わかりやすかったです。」

「沢山のことを知れて、嬉しかったです！」

「放課後も親身になってアドバイスしていただき、とても嬉しく参考になりました。」

「またこのような機会が欲しいです！」

■ 編集後記

～先輩と後輩のつながりが生んだ、
学びと成長の時間～

今回の「先輩アドバイス Time」は、2年生と1年生が学び合い、支え合うとても温かい時間となりました。

2年生は、自分の経験をもとに勉強法や生活の工夫を丁寧に伝え、1年生はその言葉に真剣に耳を傾けていました。

1年生からは「やる気が出た」「また話したい」「先輩が大好き！」という声がたくさん届き、

2年生からも「伝えることで自分も学べた」「後輩の姿勢に刺激を受けた」というふりかえりがありました。

この活動を通して見えたのは、学年を超えた信頼と尊敬の気持ち、そしてお互いに成長しようとする前向きな姿勢です。

これからも、こうしたつながりを大切にしながら、みんなで支え合い、学び合っていけたら素敵ですね。

最後に、忙しい中時間をつくってくれた2年生の皆さん、そして真剣に向き合ってくれた1年生の皆さん、本当にありがとうございました！