卒業生座談会

理 系

楽しい授業なのに受験に役立つＳＥＧ

山本 敏史（やまもと さとし）さん
東京大学理科Ⅱ類1年
（学習院卒）

中山 湧水（なかやま ゆうすい）さん
東京大学理科Ⅰ類1年
（駒場東邦卒）

松山 紘也（まつやま こうや）さん
東京大学理科Ⅰ類1年
（麻布卒）

河村 光莉（かわむら ひかり）さん
東京大学理科Ⅰ類1年
（浦和明の星卒）

桑原 慶太（くわはら けいた）さん
東京大学理科Ⅰ類1年
（私）武蔵卒）

永山 太一（ながやま たいち）さん
東京大学理科Ⅱ類1年
（学芸大附属卒）

［司 会］ 吉久 寛（ＳＥＧ化学講師）

詰め込みではないからSEGへ
考えさせる授業だからSEGへ

吉久　みなさんお久しぶりです。最初に、自己紹介を兼ねて、SEGに入った時期ときっかけを教えてください。

永山　東京大学理科Ⅱ類の永山太一といいます。東京学芸大学附属高校出身です。高1のとき、中学入学当初からSEGに入っている人たち5～6人と偶然仲良くなり、彼らを通してSEGの存在を知りました。そして、夏期講習から通うようになりました。

松山　麻布高校出身で、東京大学理科Ⅰ類の松山紘也です。小学生の頃から算数が大好きで、中1からSEGに入りました。受験に特化したような塾は嫌だったのですが、親からSEGの数学 Extreme という授業を勧められ、それが楽しかったため、月1で通うようになったのがきっかけです。

吉久　どのあたりが楽しかったのですか。

松山　例えば、中1生対象の授業なのに mod を扱うなど、中3くらいの範囲まで一気に行ってしまうのが特長です。しかも、単純に mod とはこういうものだと教えられるのではなく、自分たちで新しい道具を作ってみようという感じで進めていき、最終的に mod というものを作り上げていきます。中1なのに、自分たちはこんな素晴らしい数学ができるのかと誇らしい気持ちになって、ワクワクしたことを覚えています。

吉久　天から学問が降ってくるのではなくて、自分たちでそこにたどり着くというか……。

松山　そうです。能動的に知りに行くということが心から楽しいと思いました。

河村　東京大学理科Ⅰ類に通っている、浦和明の星女子高校出身の河村光莉です。高1から数学と英語多読に通っていました。母がSEGに通っており、兄も通ったことがあるため、家族の勧めで入塾しました。

桑原　東京大学理科Ⅰ類の桑原慶太です。出身は武蔵高校です。中2のとき、姉がSEGに入ったタイミングで一緒に入塾させられました。最初は英語多読から入り、高1から数学と化学、高2から物理の受講を始めました。

吉久　英語から数学に入ってくるとき、違和感はありましたか。それともSEGとして同じような雰囲気でしたか。

桑原　英語は少人数制だったため、みんなと仲良くなれる空気がありました。しかし、数学や化学、物理は大人数になるため、仲良くなる友人を作るきっかけにはあまりならなかったように記憶しています。

山本　東京大学理科Ⅱ類に在籍している学習院高校出身の山本敏史です。中1の最初からSEGに通っています。たぶんママ友からSEGのことを聞いた母親から「理系に強くて詰め込み型ではない塾があるから入ったら」と勧められました。僕には詰め込み型は向いていないことが分かっていたからだと思います。

中山　東京大学理科Ⅰ類の中山湧水です。駒場東邦高校出身です。僕も母がSEGの卒業生で、中2の終わり頃に、母に学校の数学は公式をさらうだけだと不満を漏らしたところ、「それならSEGに行ってみたら」と紹介され、中3の1学期に入塾しました。

先生と生徒が一緒になって作っていく授業に惹かれた

吉久　ＳＥＧに入ったときの印象を聞かせてください。

永山　わりと普通というか（笑）、思ったよりは塾っぽい印象でした。ただ現実感のある話をしてくれた点は興味深いと思いました。化学と現実のリンクを確認することは今では大切だと確信していますが、数学でさえも、現実的にどこに使われているのかを具体的に話してくださり、楽しそうな世界だなと感じたことを覚えています。

吉久　学問が独り歩きしているというより、現実とどう関わっているかというところに興味があったわけですね。

松山　先ほど話した通りで、数学が詰め込まれるものではなく、自分たちから能動的に見つけていくものだと分かり、ワクワクしました。中学生だと普通は塾通いが面倒くさくなるのですが、まったくそんなことはなく楽しく通えました。

吉久　一貫校だと受験はかなり先ですから、楽しくなくては塾には通いませんね。塾にまったく通わないでいるよりは、通っている方がプラスになるという感覚はあったのですか。

松山　はい。それはありました。

受験までの私の勉強法　山本 敏史さん

東京大学理科Ⅱ類 1 年（学習院卒）

質問項目
❶ 繰り返し使っていたテキスト・問題集とその活用方法は？
❷ 過去問はいつ頃から何年分くらい解いた？
❸ 共通テスト対策としてしたことは？
❹ ＳＥＧの授業の予習・復習の仕方は？

科目	得意度指数	学習方法
数学	★★★	❶クリーム本の手法を体得できるように心がけました。テストゼミなどで「抜けてるな」と思った箇所については、該当する問題の答案が作れるかを確認していました。 ❷2次の過去問は11月中旬頃からおよそ10年分解きました。 ❸模試と過去問で形式慣れ。模試では選択問題のマークを大問丸々ずらしたこともあって、いい経験になりました(笑)。 ❹予習の段階では、答案を作る気持ちで問題を解いていました。復習では、授業で扱った問題の解答を頭から書いて、模範解答と照らし合わせていました。
英語	★★	❶他塾で毎週使うテキストを音読していました。 ❷2次の過去問は11月中旬頃からおよそ10年分解きました。 ❸模試と過去問で形式慣れ。リーディングでは各大問に使えるおよその時間を把握していました。
物理	★★	❶1学期～夏期の演習テキストが一通り解けるようにしました。 ❷2次の過去問は11月中旬頃からおよそ10年分解きました。 ❹解けなかった問題は時間を測って解き直し、理解に穴があると感じた箇所は講義ノートに戻って確認していました。
化学	★★★★	❶高2までの講義ノートは何度も読み直していました。自分で内容を説明できるように心がけていました。 ❷2次の過去問は11月中旬頃からおよそ10年分解きました。 ❸吉久先生の指示通り、高２の夏に講義が終わってから、２回連続満点が取れるまで過去問を解きました。最終的に17回分解きました。 ❹講義の段階では、ひたすら授業内容を理解することに努めていました。テストゼミになってからは、間違えたところを含めてスピーディーに解けるよう復習していました。
国語	★★	❶現代文でやったのは過去問くらいです（解答は東進のものを使っていました）。漢字は諦めていました。古文・漢文は単語帳と文法を一通りやったのですが、どうにも読めるようにならず、結局フィーリングと勘に頼りました。 ❷2次の過去問は11月中旬頃からおよそ10年分解きました。 ❸古典がとにかく読めないので、共通テスト特有の「生徒の会話」から本文の意味を掴む作戦を取りました。本番では、会話問題は出題されませんでしたが……。
地理	★	❷12月初旬から、赤本を使い切ってネット上にある過去問を探す程度にはやりました。 ❸試しに過去問を解いてみたらまったく歯が立たなかったので、ひとまず『地理Bの点数が面白いほど取れる本』を読破。それでもイマイチだったので、パターン戦法に持ちこもうと過去問をやりまくりました。最終的には読破経験が活きたので、何かしら参考書を読み切る必要はあると思います。

※表中に出てくる「青本」はＳＥＧ高2冬期～高3春期の数学のテキスト、「クリーム本」はＳＥＧ高3・4-6月期の数学のテキストです。

吉久　それはありがたいですね。

河村　数学は、学校だとどうしても教科書をなぞるように教えられることが多いのですが、ＳＥＧだとテキストを見ただけでは私には何も分かりません。ですから、一つひとつ考えさせられながら進んでいく授業になり、それが自分には向いていたと思います。英語も、文法事項など細かいことを覚えることが苦手だったため、遊び感覚で、本を読みながら飽きずに続けられる多読が合っていたと思います。

桑原　物理と化学の授業が印象深かったです。特に吉久先生の授業が本当に楽しく、化学が好きになりました。物理に関しても、吉田先生は積分を使って厳密に教えてくださるため、大学に入ってからの物理の授業にも通じるところがあり、とても勉強になりました。

吉久　物理と数学が一体になった感じがしっくりきたわけですね。

桑原　はい。大学の力学でも最初は知っている話しかなくて、つまらなかった印象があります（笑）。

山本　中学受験をしていないため、塾に対するイメージはありませんでした。入塾してまず感じたのは、良い意味でゆるいなというものでした。先生も怖くはなく、自分が知っている内容なら授業中にチャレンジ問題をやっていてもいいし、中にはノートを取らずに平然と先生の話だけを聞いている人もいます。自分なりのやり方で学べるのであれば、それでいいという環境に居心地の良さを感じていました。

中山　授業中に生徒が考えるのは当たり前ですが、ＳＥＧの授業は先生も一緒に考えていこうというスタイルになっています。特に物理の授業では、普通ならまずこれが成り立つという前提から始まると思うのですが、ＳＥＧでは「今日は運動について調べてみよう」と、先生と生徒が一緒に考える感じで授業が進んでいきます。与えられるのではなく、自分たちで作っていく感じがとても好きでした。

受験までの私の勉強法　中山　湧水さん

東京大学理科Ⅰ類１年（駒場東邦卒）

質問項目
❶ 繰り返し使っていたテキスト・問題集とその活用方法は？
❷ 過去問はいつ頃から何年分くらい解いた？
❸ 共通テスト対策としてしたことは？
❹ ＳＥＧの授業の予習・復習の仕方は？

科目	得意度指数	学習方法
数学	★★★★★	❶ＳＥＧの授業を中心にしていたと思います。市販の参考書や問題集はあまりやらなかったのですが、ＳＥＧの『微積分資料集』にかなりお世話になったのと、高3の2学期のテストゼミで記述力をつけられました。 ❷高２頃から気まぐれに暇なときに解いて、合計7年分くらいやりました。 ❹できるだけ授業中に理解するようにしていました。
英語	★★★	❶単語帳は『英単語ターゲット1900』、文法は『Vintage』という参考書を使っていました。とにかく覚えました。あとはZ会の通信添削を月2でやっていました。 ❷直前期に1年分だけやりました。
物理	★★★★★	❶『高校生のための物理学読本』にお世話になりました。問題集は、一応『良問の風』だけ一通りやりましたが、実戦演習はＳＥＧのテストゼミがほとんどでした。 ❷過去問は共通テスト後から5年分くらいやりました。 ❹物理Ｈクラスの授業はとても難しかったのですが、頑張って毎回理解していました。
化学	★★★	❶普通の教科書と化学速修のノートを参考書代わりに使っていました。 ❷過去問は共通テスト後から10年分くらい解きました。 ❸センター過去問を10年分くらい解きました。 ❹化学速修の授業をその場で理解するようにしていました。
国語	★★	❶共通テスト対策問題集をたくさん解きました。 ❷2次の過去問は、古典は3年分くらいやりました。 ❸冬休みに共通テスト対策問題集を10セットくらい解きました。
地理	★★	❶面白いほどわかる……みたいなやつを使っていました。 ❷過去問は10年分くらい解きました。 ❸共通テスト対策は1月になってからやりました。

目の前で行われる実験など とにかく楽しいＳＥＧの授業

吉久　この他に印象に残っている先生や、授業などがあれば、話してください。

永山　出会ったときの衝撃でいえば、青木亮二先生と吉久先生が、自分の中で上位を占めています（笑）。どちらも非常に楽しそうに授業をされていて、自分もそれにつられて勝手に筆が進むという感じで授業を受けることができました。

吉久　今、「楽しそうに」と話してくれましたが、実際、青木先生も僕も本当に授業が楽しいのです。もちろん楽しいだけで終わるわけにはいかないため、みなさんが賢くなるための準備は必要ですが、楽しいのは事実です。

松山　一番印象に残っているのは青木先生です。とにかく癖が強くて（笑）、例えば「ぱ行」だけで話すなど変な言葉を使って「僕は今何と言ったでしょう」とか（笑）。青木先生は前に座っている生徒をよく当てるため、いつも前の方に座る自分はしょっちゅう当てられました。それが刺激的で、いつも集中して授業を受けることができました。

吉久　前の方に座るのは当たることが前提なのですか。

松山　そうです。当たりに行っています（笑）。当たるのが嫌な生徒は後ろの方に座ると思いますから、前に座る生徒は覚悟ができているはずです。

河村　高２の夏休みに受けた吉久先生の化学の編入講座がとても楽しかったことを覚えています。一番印象に残っているのが、元素記号のプリントです。「家のそこかしこに貼っておきなさい」とおっしゃるので、実際に貼りましたし、確か最後は先生がその紙を冠にしてかぶっていらっしゃったのではないかと思います。

桑原　数学に関しては、青木先生の授業を何度か受けたのですが、自分にとっては授業の進み方が早く感じました。そこで大澤先生の授業にしたのですが、非常に丁寧に教えてくださり、数学が苦手な生徒でもついていけるような授業で、理解がより深まった感じがしました。

中山　青木先生の授業は、僕も高３のときに受けました。もちろん準備はなさってくるのだと思いますが、生徒を当てて予想していなかった答が返ってきたとき、「あ、それ面白いね、その方針でやってみよう」と、その場で授業方針を変更して進めていくところが好きでした。

山本　吉久先生の化学を高１から３年間受けたのですが、一番印象に残っているのは、体を使ったパフォーマンスです。高１の説明会のときは、ズボンとシャツにお茶をかけて、水を吸うとか吸わないとかやり始めましたし、授業でも周期表を黒板で分解し始めたり、C.C. レモンとヨウ素を混ぜたりと、いろいろやってくださいます。先生自身が一番楽しそうで、化学ってこんなに楽しいんだとつられていく感覚がありました。楽しいのに、自分の知識につながる授業というのは本当にすごいと思います。

吉久　学問は、本来は苦痛ではなく、好きでやっているものなのに、やらなきゃいけないことのようになっているのが僕は嫌なのです。自分が生徒のときＳＥＧで学問は面白いと思わせてもらったため、今でも生徒に楽しいと思ってもらおうと準備しているのです。ご飯が食べられることとは切り離して、一生楽しみにできる学問がきっとどこか

にあると思います。みなさんはこれからそれを選ぶことになるわけです。

楽しい授業のおかげで進むべき方向が確定！

吉久　ＳＥＧに通って一番良かったと思えることは何ですか。

永山　東大に入れたことと言ってしまっては元も子もないのですが（笑）、まさか自分が東大に行けるとは思ってもいませんでしたから、正直な思いです。東大には、地方出身の人も多く、基本的に自分よりできる人ばかりですから、今すごく刺激を受けています。

吉久　僕は永山さんは普通に東大に行けると思っていましたが、自分ではそんな感覚はなかったのですね。

永山　幼少期から自分の周りが東大を神格化させていたため、簡単には行けないだろうと思っていました。そこをＳＥＧが切り開いてくれたわけで、本当に感謝しています。

松山　受験勉強を苦もなく乗り越えられたことです。青木先生は、「受験勉強は楽しくやるものだ」「自分が間違えたところを克服していくことに幸せを覚えながら勉強していこう」と常々おっしゃっていましたが、よくそれを実践できたなと自分でも思っています。本当に受験勉強はつらくなかったですね。

河村　受験期は不安なことも多くありましたが、ＳＥＧに通うことを嫌だと思ったことは一度もありませんでした。ストレスがかかる時期でも塾が楽しいと思えたのは、ＳＥＧの良かったところだと思います。

桑原　化学を好きになれたことが一番良かったと思っています。学校でやってきた化学は本当につまらなかったのですが、ＳＥＧでは根本的な話から始まるため、その部分がとても面白かったと思っています。

吉久　化学がつまらなかったというのは覚えなければならない部分ですか。

桑原　はい。

吉久　なるほど。僕も全然関連ないことを覚えろと言われても絶対無理ですからね。

山本　今の話と完全にかぶってしまいますが、化学がこんなに楽しい科目なのだということに気づかせてくれたことです。化学だけでなく、高２までの段階で各学問の楽しい側面というものをたくさん見せてくれたことが、とてもありがたかったです。高1まではまったく自分の進路を考えておらず、理系のどこかに行くことしか頭にありませんでしたが、ＳＥＧのおかげで化学系に進もうと決めることができました。

中山　問題を解くことが目標ではなく自分で考えることが楽しい、点数ではなく考えて発見することが楽しいという、学ぶ姿勢を身につけられたことが一番良かった点です。

進学選択制度に魅力を感じ東大を志望校に決めた

吉久　ところで理系に進路を決め、東大を志望したのは

いつ頃ですか。理由も含めて教えてください。

永山　社会が嫌いだったため、高２の文理選択のときに理系に決めたのですが、東大を目指し始めたのはかなり遅く、高３の夏から秋にかけての頃です。親からは、行けるところに行けばいいと言われていたため気楽ではありましたが、家の近くにある国立大学は東大と東工大しかないため、受験科目に国語のある東大を目指すことにしました。

松山　ずっと数学と物理と化学が大好きで、当たり前のように理系に行くと思っていました。麻布からは東大に行く人が結構多く、一番上の大学ですし、進学選択制度（以下「進振り制度」）があったこともあり、部活を引退した高２の秋に東大志望にしました。高３の段階で学科まで決めるのは厳しいと思っていたためで、今でもまだ迷っています。

河村　国語が本当にできなかったため、文理選択の時期に理系に決めました。理系を選択したとはいえ、心理学や他の文系の科目にも興味があったため、進振り制度に大きな魅力を感じ、高２の冬頃から東大を意識し始めました。

吉久　今もまだ、進路で悩んでいるのですか。

河村　前期に心理学の授業などを受けてみて面白いとは思ったのですが、建築にも興味があり、まだ検討中です。

桑原　研究職を目指しているため、何となく理系に進むものだと思っていました。東大にしたのは、家から一番近い大学であることと（笑）、高校の同期も東大志望が多いことが理由で、実はあまり深く考えずに東大理系で進路希望を出しました。

受験までの私の勉強法　松山 紘也さん

東京大学理科Ⅰ類１年（麻布卒）

質問項目
❶繰り返し使っていたテキスト・問題集とその活用方法は？
❷過去問はいつ頃から何年分くらい解いた？
❸共通テスト対策としてしたことは？
❹ＳＥＧの授業の予習・復習の仕方は？

科目	得意度指数	学習方法
数学	★★★★	❶ＳＥＧのクリーム本や基本問題集で基礎事項をマスター、夏以降のテストゼミで演習。複素数平面だけ苦手だったのでそれだけＳＥＧ以外の参考書で補填。 ❷問題を解くのが大好きだったので過去問は20年分、息抜きに他大の過去問も少し（物理、化学も同様）。 ☆間違えノート、ミスノートとしてテストを解いたら必ずまとめる。
英語	★★★★	３～４月（緊急事態宣言中）に文法、構文、英単語、整序。５～８月に和訳、英単語（続き）、熟語。秋以降は予定通りにいかなかった分、単語の復習、要約や英訳、物語を参考書で勉強（慣れない分野が多かったので全教科で最も綿密な学習計画を立てた）。英作文は他塾で対策。 ❶愛用参考書は和訳の『英文読解の透視図』、英訳の『和文英訳教本（公式運用編）』。 ❷過去問は15年分。
物理	★★★★★	❶基本ＳＥＧのテキスト、テストゼミで勉強。
化学	★★★★	❶基本ＳＥＧのテキスト、テストゼミで勉強。
国語	★★	❶春、夏は古文単語、漢文知識だけ勉強（本当になかなか覚えられなかったので）。 ❷過去問は10年分。珍しいが漢字の参考書を買い、やり込んだことで、最初の科目である国語で漢字を３完し、心を落ち着かせることができた（本番はこれが非常に役に立った）。
日本史	★★★	❶春に一周したのち、秋に暗記再開。 ❷同級生と問題を出しあって覚えにくさ、覚えるつらさを乗り越えた。

山本　小学生の頃から、算数は好きなのに国語と社会がまるでだめだったことから、自然と理系にしました。東大に行ければいいなとは思っていましたが、英語の配点は高いし、国語もあるため、東工大が現実的かなとも思っていました。しかし、高２になってやはり東大に行きたい、行けるかも……と思い始め、その段階で東大志望に変えました。

中山　僕も小学生の頃から算数好きで、国語と社会ができなかったので理系に決めたというのは、山本君と同じです。進学校だったため、東大に目が向いていたということもありますが、決定的になったのはＳＥＧの環境でした。高２くらいからＳＥＧで他校の友人ができ、全然違うコミュニティに参加することで違う価値観や、自分よりも頭が良い人たちとの出会いを経験したことで、全国から一番頭の良い人が集まってくる環境に身を置きたいと思い、東大を目指すことにしました。

吉久　今、クラスにそういう人たちとの出会いはありますか。

中山　はい。僕は数学が大好きなのですが、同じクラスにやはり数学が好きで、僕があまりできない分野を追求している人がいます。いつも話していて楽しいですね。

吉久　みなさんの中で、医学部で悩んだ人はいますか。

山本　小学生の頃から、図書館でウイルスや病気の本を借りてきては読んでいる程度には医学が好きだったため、

受験までの私の勉強法　河村　光莉さん

東京大学理科Ⅰ類１年（浦和明の星卒）

質問項目
❶ 繰り返し使っていたテキスト・問題集とその活用方法は？
❷ 過去問はいつ頃から何年分くらい解いた？
❸ 共通テスト対策としてしたことは？
❹ ＳＥＧの授業の予習・復習の仕方は？
❺ 学力が伸びたと手応えのあった時期とその勉強方法は？

科目	得意度指数	学習方法
数学	★★★	❶青本、クリーム本・テストゼミの問題……予習での自分の考え方の問題点や、復習でも間違えた原因などを問題の余白に書いていました。とにかく一度解いた問題の類題は解けるように繰り返し復習し、必要な考え方を身につけました。 ❷11月後半から年内に3年分ほど、共通テスト後から本番までに5年分ほど解きました。 ❸12月下旬から7年分ほど解きました。共通テスト直前になるほど、共通テストに割く時間が増えていくようにしました。ですが、共通テスト対策で計算力が衰えると聞いていたので、共通テスト前でも1日2～3問はクリーム本やテストゼミの問題を復習するようにしていました。 ❹予習での自分の考え方の問題点や、復習でも間違えた原因などを問題の余白に書いていました。とにかく一度解いた問題の類題は解けるように繰り返し復習し、必要な考え方を身につけました。 ❺特にこれといった手応えはありませんでしたが、復習はしっかりと行っていたことが自信になったと思います。
英語	★★★★★	❷11月後半から年内に4年分ほど、共通テスト後から本番までに20年分ほど解きました。 ❺特にこれといった手応えを感じる時期はありませんでしたが、秋に基礎問題集を解き直したことや共通テスト後に過去問を利用して苦手な英作文や要約の練習をしたことが自信になったと思います。
物理	★	❶ＳＥＧ速修のテキスト、ＳＥＧ冬期のテストゼミ、『実戦 物理重要問題集』……間違えた問題はできるまで繰り返し復習していました。その際、考え方や基礎原理の理解に努めていました。 ❷11月下旬から年末までに4年分ほど、共通テスト後から本番までに25年分ほど解きました。 ❸物理は時間が余ると思うので、必ず見直しの際に自分が選ばなかった選択肢にも目を通すことで失点を防ぐように心がけました。 ❺私は考え方や基礎原理の理解に努めていたとはいえ、速修の焦りもあり、解法を覚えがちだったのを後悔しているので、焦っていても基礎を疎かにしないべきだと思います。
化学	★	❶ＳＥＧのチェックシート、テキスト、テストゼミの問題。 チェックシートを繰り返して基礎が抜けないようにしていました。 ❷11月後半から年内に4年分ほど、共通テスト後から本番までに25年分ほど解きました。 ❺物理にも言えることですが、理科が本番うまくいかなかったのは他教科に比べ自信がなかったからだと思います。過去問はつい量をこなして満足してしまったように思えるので、もっと基礎を徹底できると良いと思います。
国語	★★	❷11月下旬から年末までに4年分ほど、共通テスト後から本番までは10年分ほど解きました。 ❸私は時間がギリギリだったので時間内に解けるよう意識して、過去問を10年分ほど解きました。
地理	★	❸共通テストの過去問は年明けから6回分解きました。共通テスト対策の時間配分については、私はそれなりに地理に時間をかけたものの本番はあまり振るいませんでした。地理に限ったことではありませんが、共通テスト対策は２次試験の準備のでき具合によってバランスを見ながら勉強するのが良いと思います。

医学に関われたらきっと楽しいだろうとは思っていました。しかし、医師はなかなかハードな職業だと思うようになり、中学生になってから早々に諦めました。

吉久　化学系に進みたいという話でしたが、医学に興味があったということは、化学系の中でも物理っぽいところよりは、生物っぽいところに行きたい気持ちはあるのですか。

山本　薬学部に進めば、医学に関わりつつ化学ができるかなと思っており、その意味では生物寄りだと思います。

新型コロナに翻弄された例年とは異なる受験生活

吉久　受験勉強についてお聞きしますが、ここから自分はガチな受験生だと思った時期があれば教えてください。

永山　学校がなくなった高３の12月頃です（笑）。高３は緊急事態宣言で休校になったりしたため、学校がある日は毎日、昼休みの約1時間は外で友人とサッカーをすることに決めていました。そうした時間を持てたうちは、心のどこかにまだまだ大丈夫だという余裕があったのですが、学校がなくなってしまってからは、本気で自己管理をして受験勉強をしようという気になりました。そこから自分の受験生としての日々が始まった感じです。

松山　高3になる前の3月末から4月頃です。その頃にちょうど最初の緊急事態宣言が出て、4月と5月の2ヶ月間は一切学校がなくなってしまい、ここでやるしかないと思うようになりました。通常なら夏が天王山と言われますが、僕らの代は、学校が休校になった4月5月の勉強量が分かれ目になったかもしれないと思っています。

吉久　なるほど。その意味では、特殊な学年といえますね。

河村　私も高３の春です。それまでは学校行事や部活を言い訳にすることができたのですが、高２の最後で部活を引退し、コロナで学校行事がなくなったため、本当に勉強しかすることがない状況になってしまいました。逃げ道もないため、そこからガチな受験生になったと思います。

桑原　勉強に一番力を入れ始めたのが高2の夏休みくらいで、かなり頑張っていました。しかし、高2の終わりに最初の外部模試を受けた頃からやる気がなくなり、コロナのせいで学校にほぼ行かなくなると、家でゲームなどをしてしまい、それ以降失速してしまいました。

吉久　高２の夏に気合が入った理由は何だったのですか。

桑原　それ以前の夏休みは運動部の活動で勉強ができなかったのですが、高2でそれがなくなったため「勉強でもするか」と始めたのですが、時期が早過ぎました。

吉久　1年半は続かなかったわけですね。

山本　僕は高2の12月です。数学のテキストとして青本が配られると、そこには「大学入試基本演習」と書かれています。「ああ、大学入試が来るんだ」と改めて感じたことが、その理由の一つです。もう一つは、青木先生のお話される内容がだんだん受験寄りになってきたことです。青本の内容を「定石として体に染み込ませるまで練習しなさい」とおっしゃり始めたことで、受験がリアルに感じられ、それまでとは違う雰囲気になりました。

中山　高２の10月頃です。高３の夏休みは1日10時間

勉強する、などと言われていますが、もともと自分は集中してやることができないタイプで、そんなことは絶対できるわけないから早めに始めようと思っていました。高２の文化祭と部活が終わったのが9月頃だったため、そこから少しずつ始めることにしました。高3のコロナ休みと夏休みも、少しは怠けたりもしましたが、以前と同じペースで続けていたため、他の受験生よりもガツンとはやっていませんが、少しずつやっていた感じです。

虫歯の治療も含めて健康管理には要注意

吉久　受験勉強中につらかったことがあれば教えてください。また、それをどう解決したのか、あるいは解決しないままにしたのかも含めて話してください。

永山　英語が大嫌いで英語を勉強する時間だけが苦痛だったため、それをいかに軽減するかを考えて毎日スケジュールを立てていました。たぶん、その分多少逃げていたのだと思います。実際、共通テストの自己採点でも、「こんなにできないんだ」と凹むくらいできませんでした。それでも２次試験までは何とかメンタルを保とうと思い、最終日の英語までは、英語のことはできるだけ考えないようにして過ごしていました。

松山　僕は健康面です。受験勉強は苦もなく乗り越えられたのですが、共通テストと２次試験の直前は結構ストレスに悩まされました。自律神経の乱れと診断されたのですが、２次試験当日は試験開始直前まで眠気がひどく、席についてこれから国語だというのに全然目が覚めず、「やばい、このままだと国語中に寝落ちする」と心配になったほどです。もっともテストが始まり、漢字問題を解いているうちに目がパキッパキに冴えてきて（笑）、そこからは本調子に戻りました。ただ、やはり健康だけはなかなか自分でコントロールできず、つらかったです。

吉久　これまでも日常的にそうした症状が出ることはあったのですか。

松山　いいえ、受験直前期だけです。東大一本だったこともあり、かなり強いストレスがかかったためだと思います。

吉久　単願ですか。その勇気はすごいですね。

河村　一番ショックを受けたのは、高3夏の数学のクラス分け試験で警告をもらったことです。ものすごく焦りました。それまでもそんなに不真面目だったわけではないのですが、どこかでゆるんでいたのかなと反省し、そこからは念入りに復習するようになりました。模試で失敗しても本番は大丈夫と思えるくらい自分でもポジティブな方なのですが、そのことだけはショックでした。

吉久　その後、何をしてショックから立ち直ったのですか。

河村　とりあえずＳＥＧの教科書に徹しようと思いました。クリーム本や青本がありますが、多くの問題に手をつけるよりもクリーム本だけをしっかりできるようにしようと取り組みました。そのため、実際に数学ができるようになったというよりも、少なくともＳＥＧのテキストだけはちゃんとやったのだという自信を持った状態で試験に臨むことはできました。たまにゆるむこともありましたが、落ちたときに後悔しないようにしようとは思っていました。

桑原　やはり僕も健康管理は大事だと思います。慶應の

入試の前日にひどい頭痛になったのですが、精神的なものから来ているのだろうと病院には行かずに、頭痛を抱えたまま慶應も東大も受験しました。後から分かったことですが、神経までえぐれるような非常に大きな虫歯があり、それが脳の方まで伝わって頭痛を引き起こしていたようで、今もまだ治療中です。受験期に毎日甘いものを食べていたことが良くなかったのだと思っています（笑）。健康管理は本当に大事だと思います。

吉久　糖分は脳の栄養ですけど、歯はしっかり診ておいた方がいいわけですね。

桑原　これを読んでいるみなさんも、歯の健康管理は絶対にやっておいた方がいいです（笑）。

山本　僕も東大の1週間前に熱が出たのですが、多分受かると自分に言い聞かせて、その1週間は勉強せずにひたすら寝ていました。変に勉強して悪化させて2次に影響させるよりはいいと思ったからです。

中山　あまりつらかった思いはありません。今思い返しても、高3のときは全体的に楽しく過ごすことができました。もちろん、落ち込んだこともありますし、数学以外はほとんど苦手科目だったのですが、物理と化学はＳＥＧでできるようになり、国語も学校の先生が言ったように、勉強していれば少しずつ伸びることが分かったため、伸びて嬉しかったという記憶の方が強く、結果的に全体として楽しかったという印象です。

クリーム本やテストゼミが受験ではかなり役に立った

吉久　大学受験という観点に絞って、ＳＥＧがこんな面で役立ったということはありますか。

永山　吉久先生の小話です（笑）。僕も受験前に軽い熱を出しましたが、先生がそんなときは勉強するなとおっしゃっていたことを思い出し、本当に何もせずに寝ていました。当日までそんな感じでしたが、いざ問題に向かうと、解き方などが頭に蘇ってくるもので、「ここでこう書いたら1点もらえるぞ」と先生がおっしゃっていたような気がして、つい途中式まで書いたりしていました。いろいろな小話が

ありましたが、最後の1年間はやはり受験対策に最適なアドバイスをいただけていたと思います。

松山　化学は、吉久先生ではなく阿部先生の授業をずっと受けており、秋頃から勧められていたのが、間違えノートやミスノートを作って成績を上げていくことでした。そこで化学だけでなく、数学と物理でも実行し、解けなかった問題や計算ミスしたところなどを、テストを受けるたびにまとめていました。その結果、例えば化学では、反応式を間違えやすいのか、単なる筆算ミスなのか、有効数字が苦手なのかなど、自分の犯しやすいミスや苦手分野が全部明らかになり、かなり強みになりました。

河村　私も高3の秋からは阿部先生のテストゼミを受講していました。先ほど数学でも似たようなことを話しましたが、テストゼミの復習などで、「少なくともこれだけはできるようになったのだと思えるようにしよう」と阿部先生がおっしゃっていたことがとても役立ちました。私は量をこなすのが得意ではないため、少ない問題でもちゃんとできるようになった実感を得られるように勉強するようにしました。その効果は化学以外の教科にも影響したため、阿部先生から心強い考え方を伝えてもらったと思っています。

桑原　一番役立ったのは、テストゼミだと思います。実戦形式の問題を解くため、時間配分に気をつけることができるようになりました。全部で12回ほどあり、それを復習するだけで全範囲を復習できたことになります。実はそう信じて、それしか復習しませんでした。また、順位ではありませんが、得点分布や最高得点が毎回公表されるため、それも勉強へのモチベーションになりました。

山本　僕はクリーム本です。青木先生から「クリーム本は解き方を理解するだけでなく、ちゃんと答案として書けるようにしなさい」とのアドバイスをいただき、本番で一つの答案として書けるように勉強していました。「等号は常には成り立たない」といった数学的に正しい簡潔な表現や定石なども取り入れながら、答案をちゃんと書けるようにするスタイルの勉強はとても役に立ちました。

中山　できなかった数学ができるようになり、入試でもちゃんと点数がとれるようになったのは、すべてSEGのおかげだと思っています。特に高3の2学期の青木先生のテストゼミで、分かりにくい表現を何度も指摘され、それを直すことができたのは大きかったと思います。丁寧なコメントや、減点はしないけれども注意点を細かく書いてくださったことなどがとても役立ちました。

吉久　みなさんは楽しく授業を受けていたにもかかわらず、ちゃんと受験に役立っていたということが分かり、SEGに勤める者としてとても嬉しく思います。

オンライン授業でも大学で友人と受講

吉久　今度は、大学生活についてお伺いします。今、どのような授業や活動に力を入れていますか。

永山　大学に入って部活をやるとは思ってもいなかったのですが、後期から運動会（一般的には体育会）のバドミントン部に入り、週3回練習しています。大学の部活はかなりしんどいと聞いていましたが、実際その通りで

した。入学当初はどこにも入らず、英語の授業がつらくて嫌だと思っていたのですが、現在は部活があるため、英語があってもいいやと思えるようになり、毎日が楽しくなりました。

吉久　運動会に入るのは勇気がいるのではないですか。

永山　周りの人からはそう言われるのですが、僕のクラスはどういうわけか半分くらいの人が運動会に入っていて(笑)、その流れで入ってしまったというか……。

松山　最近は結構ダラダラしています。通常なら授業の始まる1時間前とか2時間前に起きるのですが、今はオンライン授業が中心で5分前に起きれば間に合うため、ギリギリまでベッドの中にいます。前期の対面授業は週1回程度で、後期から実験や数学の演習などが対面授業になり、大学には週3くらいで通っていますが、それでも午後だけの日があるため、夜更かしをしがちになり、午前中のオンライン授業は直前まで寝ている状態です。

河村　私もかなりゆったり過ごしています。前期は家にずっといるのは精神的にきつくて、勉強面もゆるんでしまったため、後期からはなるべく毎日駒場に通うようにしています。ただ、大学には行っているものの、サークルが主だったりして結構ゆるく生活しています。

桑原　2週間に1回の第二外国語は出ないこともありますが、僕も週4で駒場に行っています。また月曜日は家から近い本郷の図書館で調べ物をするなど、意外と勉強

受験までの私の勉強法　桑原　慶太さん

東京大学理科Ⅰ類 1 年（私）武蔵卒）

質問項目
❶ 繰り返し使っていたテキスト・問題集とその活用方法は？
❷ 過去問はいつ頃から何年分くらい解いた？
❸ 共通テスト対策としてしたことは？
❹ SEGの授業の予習・復習の仕方は？
❺ 学力が伸びたと手応えのあった時期とその勉強方法は？

科目	得意度指数	学習方法
数学	★★★★★	❶市販の問題集等は買わずに、SEGのテキストやテストゼミの問題を復習していました。 ❷11月に3年分、共通テスト後に赤本の残りの分を解きました。 ❸2年分の試行調査があったのでそれを解いてました。 ❹予習必須の授業のときは、当日の学校などで予習してました。解けない問題は躊躇なく飛ばしていました。授業から2週間くらい後に、すべての問題を復習してました。 ❺テストゼミでいろいろな単元の確認ができて良かったです。
英語	★★	❶『鉄壁』と『キムタツの東大英語リスニング』を毎日使用していました。 ❷11月に3年分、共通テスト後に赤本の残りの分を解きました。 ❸2年分の試行調査があったのでそれを解いてました。 ❺高2の夏休み、60日間毎日欠かさず2～3時間を使って『鉄壁』を進めていました。
物理	★★★★★	❶市販の問題集等は買わずに、SEGのテキストやテストゼミの問題を復習していました。 ❷11月に3年分、共通テスト後に赤本の残りの分を解きました。 ❸2年分の試行調査があったのでそれを解いてました。 ❹予習必須の授業のときは、当日の学校などで予習してました。解けない問題は躊躇なく飛ばしていました。授業から2週間くらい後に、すべての問題を復習してました。 ❺テストゼミでいろいろな単元の確認ができて良かったです。
化学	★★★★★	❶市販の問題集等は買わずに、SEGのテキストやテストゼミの問題を復習していました。 ❷11月に3年分、共通テスト後に赤本の残りの分を解きました。 ❸高2の9月から、2週間に1年分のペースでセンター過去問を赤本1冊分解きました。復習は力を入れてました。 ❹予習必須の授業のときは、当日の学校などで予習してました。解けない問題は躊躇なく飛ばしていました。授業から2週間くらい後に、すべての問題を復習してました。 ❺テストゼミでいろいろな単元の確認ができて良かったです。
国語	★★★	❶古文の単語帳として『出る順に学ぶ 頻出古文単語400』は毎日使っていました。 ❷11月に3年分、共通テスト後に赤本の残りの分を解きました。 ❸慣れるまで、センター過去問を数年分解きました。
地理	★★★★	❶赤本は使い倒しました。 ❸共通テストの1ヶ月前から教科書を読み込み、センター過去問といろいろな塾が出していた予想問題を解きまくりました。 ❺センター過去問を解いていた時期。

を続けています。高校のときは、嫌いな科目は勉強しなくても単位だけはもらえたため、大学でも嫌いな科目をまったくやらずに好きな科目をとことん勉強するようにしていたところ、必修科目を落としました（笑）。進振りで行きたいところもそれほど高い成績がいらないし、さすがに必修で単位をくれないことはないだろうと高を括っていました。来年、１年下の学年と一緒に受けるのが楽しみです（笑）。

山本　進振りを意識しているため、受験期ほどではありませんが、かなり勉強する日々を過ごしています。ただ、家で受ける授業は虚しく、特に中国語や英語、情報の授業になると、いつの間にか布団にいたりします（笑）。そうならないように、最近では週３で大学に行き、クラスの人と教室でオンライン授業を受けるようにしています。

中山　東大は必修の他に興味のある授業をとることができるため、特に後期は自分が興味のある文系っぽい科目をとったり、１年生でもとれる全学ゼミナールという発展的な内容を学べる科目をとったりして、忙しくも楽しい毎日を過ごしています。他の人と同じように、最近はほとんど毎日大学に行って、友人と一緒にオンライン授業を受けています。駒場祭準備委員会に入っており、その準備で看板を作るなど、こちらの活動も楽しんでいます。

進路決定までの時間をギリギリまで楽しみたい

吉久　では、みなさんの将来の夢を教えてください。

永山　今のところはそれほど大きな夢はありません。高３

受験までの私の勉強法　永山　太一さん

東京大学理科Ⅱ類１年（学芸大附属卒）

質問項目
❶ 繰り返し使っていたテキスト・問題集とその活用方法は？
❷ 過去問はいつ頃から何年分くらい解いた？
❸ 共通テスト対策としてしたことは？
❹ ＳＥＧの授業の予習・復習の仕方は？
❺ 学力が伸びたと手応えのあった時期とその勉強方法は？

科目	得意度指数	学習方法
数学	★★	❶ＳＥＧの数学ⅠＡⅡＢ、Ⅲの問題集とＳＥＧの授業用テキスト。 ❷秋から少しずつ大学別の過去問を、冬は共通テスト後から２次対策。 ❸センター過去問、共通テスト対策の問題集。 ❹予習は解いて分からないところの列挙、復習は期間を空けて２回解く。 ❺部分点の取り方が分かったのは１月から２月。
英語	★	❶センターや大学別の過去問。 ❷秋から少しずつ大学別の過去問を、冬は共通テスト後から２次対策。 ❸センター過去問、共通テスト対策の問題集。
物理	★★★	❶ＳＥＧの授業用テキスト。 ❷秋から少しずつ大学別の過去問を、冬は共通テスト後から２次対策。 ❸センター過去問、共通テスト対策の問題集。 ❹予習は解いて分からないところの列挙、復習は期間を空けて２回解く。 ❺２、３年生の間くらいにすべて解き方が同じであることに気づいた。
化学	★★★★	❶ＳＥＧの授業用テキスト。 ❷秋から少しずつ大学別の過去問を、冬は共通テスト後から２次対策。 ❸センター過去問、共通テスト対策の問題集。 ❹予習は解いて分からないところの列挙、復習は１回。 ❺２年生の後半くらいにノートの復習のみでＳＥＧのクラス分け試験で高得点が取れた。
国語	★★★	❶学校の授業とセンター過去問、『講義の実況中継』。 ❷夏休みから大問ごとに分けて解いた。冬は共通テスト後から２次対策。 ❸３年生の春休み、自粛期間から。
地理	★	❶センター過去問のみ。 ❸センター過去問、共通テスト対策の問題集。

の頃は薬学部を目指しており、薬の研究をしたいと思っていましたが、いざ東大に入ってしまうと進振りまでは迷っていられるため、将来について考える気がそんなにしなくなりました。行けるところで楽しそうなところに行き、将来を楽しめればいいなと思っています。

松山　僕も明確な夢はまだありませんし、進振りもあまり考えておらず、物理と化学のどちらに進むかも決めていない状況です。ただ将来的には応用化学の系統を学び、メーカーで開発系の仕事に就きたいと思っています。また、夢ではありませんが、健康に過ごしたいとは強く思っています。体が弱い方なので、最近は運動系のサークルに入って体を鍛え始めています。

河村　子どもの頃からものを作るのが好きだったため、漠然とした思いはあるのですが、先ほども心理学と建築で迷っていると話したように、細かいことはまだまったく決めきれていません。

桑原　大学教授を目指してみたいと思っています。高2のとき、大学の教授を兼任する先生から、大学でやっているようなゼミ形式で経済を学んだことがあり、経済に強い興味を持ちました。親が金融関係の仕事をしている関係もあり、大学では金融工学を専門に学び、その分野で教授になりたいと思っています。

山本　化学に携わることはほぼ決めていますが、進む学部はまだまったく考えていません。理学部の研究室体験や工学部の全学ゼミナール、薬学部の総合科目などをとったりしながら、進振りまでには決めたいと思っています。最終的には工学部か薬学部のどちらかで悩むことになると思いますが、そうして悩む時間も楽しめたらいいなと思っています。

中山　数学が好きですから、数学科に進もうと思っています。その先は全然考えていませんが、研究するというよりは、楽しく仕事ができたらと思っています。仕事の傍ら趣味で数学をやるのも楽しそうだと考えています。具体的な職業像はまだありませんが、数学を楽しむ気持ちを忘れないようにして、楽しく生きていきたいと思っています。

SEGのテキストと先生をとにかく信じて頑張れ

吉久　最後にＳＥＧの後輩に向けて、アドバイスやメッセージなどをお願いします。

永山　少し受験寄りの話になりますが、復習だけはする癖をつけておいた方がいいと思います。復習することで自分ができることも増えますし、できるようになると勉強が楽しく思えるようになるため、受験勉強では復習が一番必要なことだと痛感しているからです。できるだけ早く、復習の習慣を染み込ませた方がいいと思います。

松山　ＳＥＧは教育方針やカリキュラムももちろん素晴らしいのですが、何よりも先生方が本当に生徒思いで、生徒に尽くしてくださいます。阿部先生などは1時間くらい授業を延長して「伸びちゃってごめん」と謝られるのですが、生徒からすれば、１時間も無償で授業を受けられるわけですから、非常にありがたいと思っています。どの先生も質問にも真剣に答えてくださるし、一人ひとりの生徒をちゃ

んと見てくださるため、みなさんもＳＥＧの先生を頼り、力を借りて頑張ってほしいと思います。

河村　まったく同感です。自分が受験生のとき、ＳＥＧを卒業された先輩方の体験記などで「先生を信じて頑張ってください」というコメントを見かけ、私もその通りに先生を信じてやってきた結果、こうして今があるのだと思っています。ＳＥＧのテキストも、問題数は少ないものの受験に必要なエッセンスがすべて詰まっています。受験期に精神的に安定していられたのは、ＳＥＧを信じられたからだと思っています。

桑原　数学や物理で顕著ですが、ＳＥＧの授業では明らかに高校の範囲を超えた内容を扱っています。受験生のときは、受験に関係ないことに時間を使われるのは本当に嫌だったのですが、大学に入ってみると、それがあったからこそ楽な気持ちで大学の勉強をスタートさせることができたのだと分かりました。後輩のみなさんも、ＳＥＧのそういう授業をちゃんと聞いてほしいと思います。

山本　ＳＥＧの授業はどれも楽しく、僕は特に化学の授業が楽しかったのですが、どうせ楽しむなら真剣に勉強を楽しんでほしいと思っています。授業を楽しむだけでなく、その授業の復習をちゃんと行い、それでも分からなければ先生に質問するなどして理解することで、勉強の楽しさは倍増すると思っています。授業は楽しいけど、受験勉強になるとなかなかできないというのでは悲しいですから。

中山　受験は楽しまなければ損だと思います。一般的に、高3になると楽しいことはなく勉強漬けになるというイメージがあると思いますが、ＳＥＧの場合、高3になっても高2までと変わらず楽しんでいられます。そうなるはずだと期待して授業を受けてほしいと思います。

吉久　ＳＥＧが昔と変わらない塾で、みなさんにとってより楽しい場所になっていたことを改めて確認でき、とても嬉しく思います。東大の“決めなくていいところ”を存分に味わって、人生を楽しんでください。