



進路だより

令和7年度

第10号

令和8年1月16日発行

渋川青翠高等学校 進路指導部

●● 進路体験記 ●●

今回は公務員試験を突破し、警察官と自衛官に合格した2名の進路体験記を掲載いたします。今後の進路実現に向けて参考にしてください。

⑪ 就職 群馬県警察官 男子

私が警察官を目指したきっかけは、幼い頃から困っている人に寄り添える職業に憧れを持っていましたからです。さらに、警察官の方々が実際に働いているのを目にする事により、私自身の手で困っている人を助けたいという気持ちがより一層強くなりました。数ある警察組織の中で群馬県警を選んだ理由は生まれ育った土地で、地域住民が安心・安全に生活を送れるよう力になりましたからです。消防士や自衛隊など、警察官以外にも人を助けられる職業があり迷っていましたが、警察官一本で合格を指そうと思ったのは高校2年生の夏頃です。

進路実現に向けて取り組んだことは、勉強と筋力トレーニングです。試験では一次試験、二次試験、三次試験があります。一次試験では、50問のマーク式で政治、経済、歴史、地理、生物、化学、物理、国語、数学などが出題されます。それに加えて作文試験、学校の授業では学習しない数的推理、判断推理、文章理解というものが出題されます。試験対策をするにあたって意識したのは、これだけ科目数が出題されるので苦手分野以上に得意分野に力を注ぎました。数的推理、判断推理、文章理解は配点が高く、苦手意識がありましたので多くの時間を費やしました。

高校3年生の夏までは部活があり、部活を引退するまでは部活と勉強を両立させました。両立の為に、学校では休み時間などの空き時間を利用して勉強をしてきました。引退してからは試験まで2ヶ月ほどの期間しかなく、やる気が出ないとしても毎日勉強しました。

二次試験では、体力テスト、集団面接がありました。体力テストは、部活の経験から体力には自信があり、あまり不安を感じていませんでした。ですが、部活を引退してからは体を動かす機会が減ってしまうので、筋力トレーニングやランニングなどで体力維持を心掛けました。集団面接では、内容よりとにかくハキハキ明るく話すことを意識しました。

最終の三次試験では個人面接がありました。二次試験でも面接がありましたが、個人面接では更に深堀りされ、色々質問されました。事前に回答内容を考え、ハキハキ明るく話す練習をしておけば全く心配はないと思います。

採用試験を受けたのが1年目ということもあり、不安の気持ちでいっぱいだったのですが、合格発表のWEBページに私の受験番号を見つけたときはとても嬉しかった気持ちとともに、努力は裏切らないと思いました。そして、警察官になりたい気持ちを一番身近で応援してくれた家族に感謝の気持ちをこめて合格の報告をしました。また、私の背中を後押ししてくれた人や、様々な場面で協力してくださった方々にも合格の報告をしました。

自分の進路について、周りに否定されても自分の意志を曲げず、諦めない気持ちを持ち続けていられは、希望する進路を実現できると思います。ですが、気持ちだけでは合格できません。その気持ちを大切にし、試験に向けての勉強などに取り組んでください。

これから警察官になろうと少しでも思ってる人にアドバイスをするとしたら勉強が苦手だった私も群馬県警と警視庁の両方にかかることができました。とにかく面接が重要だと思います。ハキハキ明るくなりたい気持ちを全力で伝えることができれば大丈夫です。勉強も参考書を何

周もすれば、自信が付くので後は、自分を信じて頑張ってください。

2・3年次 履修科目	
2年	文学国語 地理総合 歴史総合 化学基礎 地学基礎 体育 保健 英語コミュニケーションⅡ 栄養 基礎体力講座 社会体育概論 探究セミナー
3年	文学国語 政治・経済 数学セミナー 体育 工芸一般 保育基礎 マーケティング ネットワーク活用 基礎体力講座 社会体育概論 スポーツセミナー 総合研究

⑫ 就職 自衛官 一般曹候補生（陸上要員） 女子

私が自衛官を目指した理由は、国防に貢献したいと思ったからです。自分の命をかけてでも国や国民を守る姿に心惹かれました。今まででは守られる側でしたが、これからは守る側として生きていきたいと強く思いました。

進路実現に向け、過去問題をこれでもかというほど解きました。私は数学が苦手なので、部活前や部活後など先生に解き方を教わり、基礎を一から頭にインプットしました。「時間が少しだらあれば、勉強する」これに限ります。また、面接練習も本番を想定して自衛官の方に指導していただきました。的確なアドバイスをしていただくことができ、面接練習をした分だけ良くなりました。

一次試験は学校でスマートフォンを使用し、適性検査・学科試験・作文を行いました。学科試験は、国語・数学・英語の3科目を120分間で解答し、作文は、出題されたテーマに沿って700文字以内を30分間で入力しました。

一次試験に合格すると、二次試験は榛東村にある相馬原駐屯地で身体検査・面接を行いました。適性検査は心理検査のようなものを20分間で行いました。身体検査は、学校で行う身体検査とほとんど変わらず、特に異常がなければ問題ありません。面接は、自衛官3名が事前に記入した面接カードに沿って進行していく感じでした。志望動機や自衛隊に入隊し何をしたいかなど明確にしておくといいと思います。

私は、一般曹候補生という曹を目指す長期キャリア志向（定年まで）の制度で入隊しますが、自衛官候補生という任期制（任期満了後で継続・退職）が基本の制度も受験しました。2つとも合格が決まったときは嬉しく、安心しました。ですがそれと同時に、今まで以上に自分の言動に責任を持たなければならないと、改めて実感しました。

1・2年生はこれから進路に向けてたくさん悩むと思いますが、自分のやりたいことが全力でできる進路を選択することが良いと思います。悔いが残らないよう勉強や部活も含め様々なことに挑戦し、自分自身と向き合ってください。進路実現に向けて、今からできることを地道に取り組んでいってほしいです。

2・3年次 履修科目	
2年	文学国語 地理総合 歴史総合 物理基礎 化学基礎 体育 保健 英語コミュニケーションⅡ 栄養 基礎体力講座 社会体育概論 社会体育実践 探究セミナー
3年	文学国語 政治・経済 数学セミナー 生物 体育 保育基礎 ビジネス・コミュニケーション 基礎体力講座 社会体育概論 スポーツセミナー 総合研究