

保存版

大学入試合格カレンダー

石浦神社
合格祈願済

12
2010

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
			1 出願先で最終決定。 がんばろう!!	2	3	4
5	6 帰ったら手洗いうがいをして 風邪をひかないように 気をつけよう。	7	8	9	10	11
12	13	14	15 センター試験まで、 のんびり月!	16	17	18
19	20	21	22	23 天皇誕生日	24 クリスマス・イヴ クリスマスケーキを食べて もうひと踏ん張り!	25 クリスマス
26 試験勉強の追い込み期間! 気持ちをも締めあげよう!!	27	28	29	30	31 大晦日 今年ももう終わり。 来年はいい年になりますように!	

メモ

センター試験の過去問題
を今月中にやってみよう!

1
2011

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
						1 元日 合格祈願に 初詣にいこう!
2	3	4 お正月気分も 今日で"おしまい" 気持ちも切り替えよう!	5	6 金沢工大一般試験前期 とセンター試験利用前期の 願書受付開始! 待望生になろう!	7	8 センター試験まで あと1週間 ラストスパート!
9	10 成人の日	11	12 金沢工大前期試験の 願書も忘れずに出そう。	13	14 いよいよ明日はセンター試験! ゆっくり寝て試験に備えよう!	15 金沢工大 前期試験 願書郵送締切 大学入試 センター試験 1日
16 大学入試 センター試験 2日目	17 金沢工大前期試験 願書窓口受付締切	18	19	20	21	22 金沢工大試験前日。 ゆっくり寝て明日に備えよう!
23 金沢工大 一般試験前期 1日目	24 金沢工大 一般試験前期 2日目	25 金沢工大 一般試験前期 最終日	26	27	28	29 金沢工大 一般試験前期 合格発表
30 友達と おつかひパーティー!	31					

メモ

センター試験当日の
持ち物チェック!

- ・えんぴつ 10本
- ・消しゴム 2個
- ・受験票
- ・写真票
- ・時計
- ・お守り

勉強に疲れたら、簡単な体操でリラックスしよう!

筋弛緩法 監修: 堀谷 亨 (金沢工業大学心理学研究所)



① 背筋を正して座り、リラックスする。 ② 腕を前方に伸ばす。指先も伸ばす。 ③ 拳を握る。 ④ 肩のほうへ引き寄せる。 ⑤ 肩を上げる。 ⑥ 両脇を開かず⑤の姿勢のまま肩を開いていく。同時に、両目の目玉だけを上に移動させ額にヨコ皺が出るようにする。また、口を大きく「いー」と言うつもりで横に開く。 ⑦ ⑤の姿勢から両脇を閉じたまま肩を閉じていく。両目を力を入れて閉じ、額にタテ皺が出るようにする。口は「ひょっとこ」のように鼻先より前に出るようにする。 ⑧ 今まで入れていた力を抜き、使用した筋肉が弛緩していく「感じ」を「味わう」。

開くのが好みの人は①→②→③→④→⑤→⑥を2回繰り返し、その後、①→②→③→④→⑤→⑥を2回繰り返す。閉じるのが好みの人は最初に閉じるのを2回、その後、開くのを2回行う。これを1セッションとし、1日3セッションを目標に頑張りましょう。



国立大学標準額との差額を給付

金沢工業大学の特別奨学生制度
スカラシップフェロー、スカラシップメンバーは「一般試験前期とセンター試験利用前期に同時出願」を対象に選抜します。

※平成22年度は、入学者1,749名のうち、スカラシップフェローは46名、スカラシップメンバーは99名でした。
※特別奨学生制度の詳細は、平成23年度学生募集要項(願書)にてご確認ください。

スカラシップメンバー	スカラシップフェロー	国立大学標準額との差額が給付されます。
年額250,000円が 給付されます。	1年次 年額725,200円を給付	2年次以降 年額979,200円を給付

※「スカラシップフェロー」の給付金額には「スカラシップメンバー」の給付金額(250,000円)が含まれます。※特別奨学生制度は最長で4年間継続して給付を受けることが可能です。原則として2年間の継続が保証されます。申請にもとづき3年次以降時点で、成績等を審査の上入継続が決定されます。※奨学金は授業料の一部として取り扱う給付方法となります。