

あなたの夢はなんですか？

日本福祉大学 松本オフィス 第13号  
松本オフィス通信

AO入試のススメ

長野県出身在学生のAO入試体験記！

社会福祉学部 社会福祉学科  
3年 赤羽 奈津恵

私の高校時代の夢は保育士になることでした。理由は子ども好き、そして人と関わることが好きだったからです。



そのため、高校では保育の講義を履修しボランティアに参加するなど、子どもについての学びを深めました。学んでいくうちに児童養護施設で働く児童指導員という職種を知り、なりたと思うようになり、これがこの大学に入学するきっかけとなる第一歩でした。

児童の施設で働きたい

児童養護施設に入所している子どもは虐待などを理由に親と一緒に生活することができない子どもたちです。そこから、子どもの周辺環境だけでなく虐待をしてしまう親の周りの社会環境についても学びたい、社会福祉全体から学びたいと考えるようになりました。その時、日

経済学部 経済学科  
2年 竹内 那美

私は大学進学を考えていた高校最後の一年間(定時制高校だったので4年生でした)、オープンキャンパスなど機会がある度に何度か日本福祉大学を訪れています。兄が日本福祉大学の卒業生だったので、最初の大学見学の時はその程度の意識しかありませんでした。

その後、経済学部が自分たちで農作物を育て、商品化や販売などを行う「農業プロジェクト」というものがあると知り、農業に興味があったことも手伝って、「ぜひ日本福祉大学に入つてそのプロジェクトをやりたい」と思うようになりました。私は自分が置かれた状況を考え、学力ではなくやる気や熱意をアピールできるAO入試で受験することを決めました。

トマトやキュウリも待っている！

自己アピール文は大学に入つてやりたいこと、こんな学びがしたいということ、高校時代頑張ってきた

社会福祉士 + 保育士  
W取得を目指し、夢も広がる！

本福祉大学では社会福祉学部のカリキュラムが変わり、社会福祉士と保育士の資格をダブル取得できると記載されており、私の希望に沿っているため志望を決意しました。

私は、比較的自己アピールが得意なためAO入試にチャレンジしようという気持ちで最初から大きく、やりたいことや目指すものが明確だったため、夏休み前からAO入試の準備を始めました。とくに、自分のやりたいことを伝えるだけでなく、そのために今までの自分がどのようなことに取り組んできたか、またこれからのようなことが自分や



社会にとって必要なかを伝えなければならぬので制度やサービスを学習しておくことが必要だと感じました。  
入学してからは社会福祉の分野でさまざまなことを学び、児童分野以外の分野にも興味を持つようになりました。

重度訪問介護従事者、ヘルパー2級の取得から身体障害、知的障害をもつ方の在宅支援や移動支援を行っており、高齢者分野でもこれから施設へボランティアに参加する予定です。

少し迷いも

正直今よりも入学前の方が将来に対して明確なものがあり、現在では将来に迷いも感じる時があります。しかし、それは大学で学ぶ機会、自分から行動する機会があったからこそ視野が広がったので決してマイナスなことではないと思っています。

この経験や思いを活かして「人と関わることが好き」という気持ちをなくさず福祉の道に進んでいきたいと思っています。

〈塩尻志学館高校出身〉

ことなどを中心に具体的な内容を織り込みつつまとめました。やはり自分の体験を自分の言葉でアピールすることがポイントだと思います。自己アピールが苦手な人も、改めて今までの自分を振り返ることで「こんなに頑張ってきたんだ」と自分の良さに気付くきっかけにもなります。



今私がこうしてこのメッセージを書いているということは、もちろん無事に受かって、充実した学生生活を送っています。AO入試でアピールポイントにした「農業プロジェクト」も2年次から正課授業の一環として始まり、今は夏野菜の時期ですので、暇を見つけてはプロジェクトで管理している畑に出かけ、トマトやキュウリなどを収穫しています。秋には春に田植えをした田んぼの稲刈りを行う予定です。

自分のがんばりを見つける機会に



AOは自分を発見するチャンス！  
また、私の所属する経済学部は2015年に新しくできる東海キャンパスに移転します。新キャンパスでは学生と地域の人とが協同して様々な活動を行っていきたくて考えているので、地域で活動するグループが出演するコンサートを観に行ったりもしています。

「大学ではこんなことを学んでみたい」「将来こんな仕事が見たい」など、大学へ行くはつきりした目的を持つている方、ぜひAO入試で自分をアピールしましょう。

「やりたいことはあるけど、自己アピールは苦手」という方、AO入試を新たな自分の一面を発見する場に見ませんか？

〈飯田長姫高校出身〉

## 保育士 + 障害児教育 障害を持つ子ども達のために、何ができるのか?!

**自由な時間**  
大学生は自由に使える時間がたくさんあります。この時間をどう使うかということとです。自分なりに目標を立て、自分がやりたいことを行動に移し実行することがとても大切です。卒業後にどんな自分になつていきたいか、そのためには何をすればよいかを具体的にすれば、大きく成長できると思います。がんばってくださいー!



〈松商学園高校出身〉

**私も二刀流**  
現在は、ダウン症の子どもたちと関わる「たんぽぽ」とバスケットボールサークル「NO DUNKS」の2つのサークルに所属しています。日福には福祉大ならではのボランティアサークルが数多くあります。活動内容も様々です。例えば私の所属する「たんぽぽ」は月に2回ある実践でリーダーを中心にとりまわれば楽しく過ごしてもらえらるかを考え、活動を行います。実践が終わるごとに反省会を開き、関わり方や活動内容について課題や改善点を話し合うこととで次の実践につなげています。保護者の方とも直接話ができ、生の声が聞けるのも魅力のひとつです。また、障害を持つ子どもたちを預かる放課後等デイサービスでアルバイトし、様々な子どもへの対応を学んでいます。

私は自閉症を持った弟の影響を受け、高校時代から障害児教育に関心を持っていました。高校生のときには自閉症の子どもたちが集まるデイキャンプや障害を持つ子どもたちのための放課後デイサービスにボランティアとして参加をしたり、障害児教育に関する本を読んだり自分なりに理解を深めていきました。その結果、幼児期での適切な支援が大切だということを知り、保育士の資格を取りながら障害についての勉強ができる日福に進学しようと決めました。AO入試は、自分のやりたいことへの強い思いをそのまま評価してくれるだけでなく、AO入試の準備や事後学習を通じて具体的な目標ができモチベーションにもつながるので、大学生生活をより充実させることができます。



子ども発達学部 子ども発達学科 保育専修  
2年 南澤 梨奈

## AO入試は自分の力だめし

社会福祉学部 社会福祉学科  
1年 佐々木 智美

私がAO入試で受験をしようと決めたキッカケは、多くの友だちが推薦や指定校推薦で進学しようとしていた中で、一人だけ違うことに挑戦してみたい!と思ったからです。

初めは私も指定校推薦で受験しようとしていました。なぜなら、それが一番簡単で勉強しなくていいし、リスクが少ないと考えていたからです。

### AOはカッコイイ

ある時、高校に大学の先生が来てその大学について説明してくれる、という機会がありました。その中で受験の種類について学ぶ時間がありました。その時、初めて「AO入試」という受験の方法があることを知りました。AO入試というのは難しく思われがちかもしれませんが、簡単に言うと「自分の力試し」の場です。そう大学の先生に説明された時、「あれ?これカッコイイんじゃないか?」と思い、私はすぐに担任の元へ行き「AOで入ったらカッコイイですか?」と聞きました。「もちろん!カッコイイよ!」と言われ、私は受験方法をAO入試に変更しました。

受験方法を変更してから課題レポートに取り組み始め、国語の先生や日福の松本オフィスに添削をしていただき、書いては直し、書いては直し…。



特に苦戦したのは自己アピール書です。何をアピールすればいいのかわからなかったので周囲の人に私のいいところを聞いて回るところから始めました。また、私は福祉科だったので自身のボランティア経験もアピールしました。アピールするところがない!と思う人は学部理念や建学の精神を読んでみて、「こういうところに共感した」、「私はこれらを読んでこう考え、こう活かしていきたい」などをアピールすると良いのではないかと思います。

また、面接も重要です。私が面接で気をつけていたこと、また大事だと思ったことがあります。1つは「笑顔」です。無愛想なまより好感が持てるし、何よりも自分のモチベーションも上がるからです。2つ目は「理由を明確にする」ということです。実際に面接を受けた際、「具体的に」という言葉を何度も聞きました。試験官によって違いはあると思いますが、少なくとも本人のやる気を見ていることに変わりはないので、志望理由や何を頑張ってきたかなど自分の思いを明確にすることが大切だと思います。

### 伝えたいこと

AO入試本番、いっぱい練習をしてきましたが正直なところ思うようにいきませんでした。吃ってしまうし、ドアを閉め忘れてしまったり、緊張して何を言うか忘れてしまったり…。ですが、後悔はしませんでした。なんだかんだ言っても、「AO入試カッコイイ!」と思って挑戦してからここに来るまで「よく頑張った、自分!」と思えたからです。

「自分の力試し」というと、私にはちょっと…と思う人もいるかもしれませんが、私のように「AOってカッコイイかも?」と思って挑戦してみるのもいいかもしれません。現に私は終わった後とても達成感を感じられたし、挑戦してみても楽しかったです。

現在、AO入試を受ける人が少なくなってきたという話を聞いて、私はもったいないなあと感じました。楽な道を選べば自分が成長する機会が減ってしまうからです。特に伝えたいことは、私自身もそうでしたがAO入試を通して志望理由や、これからこの大学でどのように成長していきたいかを明確なものにすることができるいいキッカケになるということです。

### 大学生活について

大学生活は勉強、サークル、一人暮らしと充実しています。さすが日福!というくらい日福には優しい人たちが多くて、車椅子や視覚障害などいろいろな障害を持つ人たちが集まっていますが、みんな支えあっている姿が日常的に見られます。そんな優しい人たちに私はいつも助けられています。

<エクセラン高校出身>



社会福祉学部

社会福祉学科  
1年 小林 周平

小学校2年のときに祖母が脳梗塞で倒れ寝たきりの状態になり、介護の手伝いをすることが多くなったこと、もつと福祉を学びたいと思っていたことから、日本福祉大学の受験を決めました。

AO入試は一般入試と違って「自己アピール書・課題レポート・面接」があります。自己アピール書とは「自分自身のことを相手によく知ってもらうためにするもの」です。



自分自身を売り込むことが目的です。なので、今まで自分が何をできて、自分がどんな人物なのかを伝えればいいのかと思います。その特徴を裏付ける



# 親と暮らせない子どもや子どもと暮らせない親を幸せにしたい！

社会福祉学部 社会福祉学科  
2年 黒田 葉月

私は日本福祉大学に、AO入試を受けて入学しました。私が日本福祉大学を受けたいと思ったのは、ある新聞記事で児童養護施設のことを知り、親と暮らせない子どもや子どもと暮らせない親の存在を知り、こうした家族を幸せにしたいと思ったからです。

日本福祉大学の社会福祉学科は、社会福祉の広い分野を学びながら保育士の資格を取ることができるというのが魅力的で、私は受けることを決めました。また、私は高校3年生の夏休みに障がいをもつ子どもや大人の日常生活をお手伝いするアルバイトをしていたので、そこでの経験を活かすためにAO入試を受けることに決めました。自己アピールの文章はアルバイトでの体験や大学ではこう



いう勉強をしたいといったことをまとめました。

### 動けば体験できる！

大学に入ってから、Ⅱ部バドミントンサークルに入って高校からやっていたバドミントンを続けています。また、運動サークルにも入って

スポーツをしたりみんなで生協杯に出場したりしています。夏休みには、施設の子どもたちとキャンプへ行くボランティアに参加しました。そこで実際に施設の子どもたちや職員の皆さんと関わることができ、私にとってとても大きな体験でした。



大学は自分から動けばたくさんの方が体験でき、そこからたくさんの方のことを学ぶことができます。

その学びは、講義を聞いているだけではわからないような将来に活かすことのできる学びだと思います。大学に入ったからにはそういった貴重な体験をたくさんしなければもったいないと思います。私はこれからも積極的にボランティアに参加したり講演会を聞きに行くなどしていきたいと思います。

### あなたの熱意を活かす

AO入試は学力ではなく「この大学でどうしても勉強したい」という熱意をしっかりと持っていることが大切だと思います。その熱意をしっかりと持っている人、自分の経験を活かしたいと思っている人はぜひAO入試を受けてみてはどうでしょうか？

大学は想像以上に楽しいこと、ワクワクすることがたくさんあります。

<豊科高校出身>

私が、AO入試で受験しようと思った大きな理由は、やはり福祉の仕事に就きたいという想いからです。今から考えると、最初は福祉の仕事もいいなという軽い気持ちからスタートしましたが、祖母がデイサービスの利用を始め、福祉が私の身近なものになり、そこから福祉系の大学に進学しようと決めました。最初は日本福祉大学以外の大学も視野に入っていました。しかし、最終的には福祉の歴史もあつて他大学より深い学びができ、参加したオープンキャンパスも楽しかった日本福祉大学を選びました。



AO入試は自己アピールが重要になってくる入試だと思います。私は、部活動の事や、日本福祉大学の学部ごとの教育理念にすごいと思った、共感した、など具体的に示して自己アピールを書きました。もちろん志望動機の事も触れました。今は、勉強とバイトと遊びを両立させ充実した日々を送っています。バイトは福祉大の縁もあつて社会福祉法人とNPO法人でバイトさせていただいています。両方とも学べることが多いです。

勉強は、高校と違って大きな教室で行うので最初は違和感があるかもしれませんが、小さい教室で行う授業もあります。また、大学は曜日によって授業時間が全然違います。なので、授業後にバイトをしたり、授業前にバイトしたりすることも可能です。もちろん勉強だけでなく友達と遊ぶ時間も大切にしています。

私が、AO入試で受験しようと思った大きな理由は、やはり福祉の仕事に就きたいという想いからです。今から考えると、最初は福祉の仕事もいいなという軽い気持ちからスタートしましたが、祖母がデイサービスの利用を始め、福祉が私の身近なものになり、そこから福祉系の大学に進学しようと決めました。最初は日本福祉大学以外の大学も視野に入っていました。しかし、最終的には福祉の歴史もあつて他大学より深い学びができ、参加したオープンキャンパスも楽しかった日本福祉大学を選びました。



社会福祉学部 社会福祉学科 3年 松本 奈弓

## 福祉大学だからこそ、バイトが勉強に直結する！

## 高校生と大学生の違いは… 自分の判断で行動すること!!

「大学生になる」ということは、自分の生活が大きく変わるといえることです。しっかりと判断し行動できる力を身につけておく必要があると思います。これから受験が始まって大変だと思いますが、がんばってください。

嫌だった高校は楽だった。高校と大学の違いは「判断」です。何を判断するにも自分で判断しなければいけません。授業に出るかどうかでも自分の意思、何かをやるにしても自分の意思、すべて自分の判断です。今思うと嫌だった高校は楽だったと思います。言われたことをやればよかったからです。

「大学生活は時間通りで、毎日早く感じます。友達もたくさんできて、毎日充実しています。1人暮らしをしています。家事を1人で全部やるのはとても大変なことで、両親のすごさを身染みて感じています。私はまだアルバイトをしていませんが、多くの友達がもうアルバイトや、サークル活動をしています。多くのサークルや部活があります。私は、一部サッカー部に所属して毎日朝練があつて、真剣にサッカーに打ち込んでいます。時間を有意義に使って充実した学校生活を送ることができています。



<長野市立長野高校出身>

<長野日本大学高校出身>

あなたの個性や目的意識などを総合的に評価します!! - AO入学試験 -

●AO入学試験では、学力だけでは測れない個性豊かな人材を求めることを目的として、熱意・意欲を重視した入学試験を行います。あなたの活動実績や興味、関心のある取り組みなどから自分をアピールしてください。  
 ※出願までに、前期～後期を通じて最低1回本学の教職員との個別面談が必要です。※入学試験要項は個別面談時にお渡します。

将来なりたい自分になるために、今何をする？

「知る」POINT

- ・日本福祉大学の学びや学部について
- ・そもそもAO入試ってどんな入試？
- ・奨学金制度について など



Step1 ⇒ AO入学試験について知る

◎AOガイダンスや進学相談会、オープンキャンパスなどの各種イベントへ参加しよう。  
 出願するために必要な本学教職員との面談を受けることができます。

「考える」POINT

- ・どうして日本福祉大学で学びたいのか？
- ・今までの活動を振り返り、これからの目標を整理する
- ・「ふくし」を学ぶってどういうこと？

Step2 ⇒ アピールする内容を考える

◎自己アピール書、課題レポートの出願書類の作成、その他必要書類を準備しよう。

Step3 ⇒ 各日程の出願期間中に出願する

◎選考方法は、出願書類・面接による総合評価 ⇒ 合格

Step4 ⇒ 入学に向けて準備

◎入学手続きを行い、12月以降「入学前学習プログラム」に取り組み、4月より日福生に!!

受験生サポート企画  
出願書類の添削指導を行います!

日本福祉大学松本オフィスでは、受験生のサポート企画して、出願書類(自己アピール書や課題レポート)の添削指導を行っています。  
 ・小論文を書くのは苦手…  
 ・どんな事を書いていいのかわからない…  
 ・レポートを書いてみたけど、不安…  
 そんな方はぜひ一度ご相談ください。

添削指導の流れ

1. 松本オフィスにTel、Mailで氏名等を連絡
2. レポートを松本オフィスへFax、Mailで送付
3. 松本オフィスで添削  
 オフィスで直接指導、または遠方の方はTelや各高校で指導
4. 添削した文章を返送 2・3・4くりかえし
5. 最終確認 ⇒ 期間中に書類を郵送

AO入試は出願書類と面接による総合評価です。出願を検討されている方は、ぜひご相談ください。

日本福祉大学 松本オフィスは、あなたの熱意・やる気を応援します!

●AOガイダンスの日程

まだ日本福祉大学のことをよく知らないという方も、お気軽にご参加いただけます。

下記の日程でAOガイダンス・相談会を開催します。  
 (日本福祉大学 松本オフィス独自相談会)

◆期日:8月9日(金)・24日(土)・31日(土)  
 9月7日(土)

◆会場:日本福祉大学松本オフィス

◆時間:14:00~16:00

上記の日程で都合の悪い方は、個別に対応しますのでご相談ください。



※JR松本駅 お城口より徒歩7分

●AO入試スケジュール

	出願期間(消印有効)	試験日	合格発表
前期	9月11日(水)~18日(水)	9月28日(土)・29日(日) ※どちらか1日	10月4日(金)
中期	10月2日(水)~9日(水)	10月20日(日)	10月25日(金)
後期	12月2日(月)~9日(月)	12月15日(日)	12月20日(金)

※募集定員、入学試験の内容については再度「入学試験要項」で必ずご確認ください。  
 ※健康科学部リハビリテーション学科理学療法専攻については、AO入試は実施いたしませんので、ご注意ください。

松本オフィスでは、各入試に関して、入学後の大学生活について、奨学金制度等、一人ひとりのニーズにあった相談に対応いたします。出願要項や過去問題等もありますので、お気軽にお問い合わせ下さい。

日本福祉大学 北信越センター松本オフィス  
 〒390-0815 長野県松本市深志1-1-24 八紘堂ビル3階  
 TEL (0263)31-9011 / FAX (0263)32-8018  
 E-mail e-matsumoto@ml.n-fukushi.ac.jp  
 OPEN 月~金 10:00~18:00 CLOSE 土・日・祝  
 夏季休業期間 8月10日(土)~8月18日(日)

松本オフィスBlog  
<http://blog.n-fukushi.ac.jp/bc-matsumoto/>  
 ブログでは、入試情報や在学生の活動情報を掲載しています。  
 日本福祉大学HP  
<http://www.n-fukushi.ac.jp/>

