

ガチ（真剣）式勉強法  
東大博士によるヒント

夏木康志



# 目次

はじめに . . . . .	1
勉強法の3つの基本原則 . . . . .	2
科目別役立つ勉強法 . . . . .	3
役立つ参考書 . . . . .	6
朝型人間のすすめ . . . . .	9
定期テストよりも実力試験が重要 . . . . .	10
奥の手受験術 . . . . .	11
秒単位で勉強する . . . . .	12
成績を効率的に上げる方法 . . . . .	13
文系か理系で迷ったら... . . . . .	14
試験前日の必勝対策法 . . . . .	15
合格した後は... . . . . .	16
ヒント . . . . .	17
TIPS . . . . .	18
あとがき . . . . .	20
奥付	
奥付 . . . . .	23



## はじめに

この本では元東大生、東大の博士課程で情報学を研究していた（執筆当時、今は博士取得済み）筆者が、受験生時代をふりかえり、役に立った勉強法や科目別対策法を伝授します。これから東大を受けようと考えている受験生の皆様にお役にたてれば幸いです。

## 勉強法の3つの基本原則

勉強法の3つの基本原則についてご紹介したいと思います。それは徹夜はしないことと、暗記は極力しないこと、教科書をまず理解することを上げたいと思います。

東大に現役合格するのに必要なのは実力で、運やその場しのぎの勉強法は通用しません。徹夜して一夜漬けでテストの点数が上がっても、すぐに下がります。暗記は極力せずに、まず教科書の内容を理解することを心がける。それが、オーソドックスな勉強法です。最良の参考書は教科書です。

また受験は長期戦なので、体調管理にも十分心がけてください。だいたい夜12時までには寝た方が、寝ている間に記憶も定着するため、健康にはいいはずですよ。くれぐれも徹夜はしないことです。

## 科目別役立つ勉強法

まず英語、国語、数学の順に東大受験に役立つ勉強法を教えます。

英語はジャパンタイムズなどの英字新聞を毎日読み、NHK のラジオ英会話を毎日リスニング対策に聞きます。普段使う辞書はロングマンかオックスフォードの英英辞典を使います。

英字新聞の中で毎日気に入った記事を切り抜き、わからない単語を英語辞典で調べ、ノートにメモします。英和辞典ではなく、英英辞典を使います。難しい単語を、よく使う単語を使って英語で説明しているタイプの辞書です。

NHK のラジオ英会話だけでリスニング対策になりますが、ディクテーションといって、テキストを見ずに放送された内容を聞き取ってノートに書いて、後でテキストと参照するという方法が、よりよいでしょう。自信がある人は NHK のビジネス英語講座も聞いてください。

英作文は大きめの和英辞典を使って、出来れば高校の英語の先生に添削を受けるといいでしょう。

英文を読むとき、日本語に訳しながら読むことはおすすめ出来ません。英語は英語のまま訳さず理解する。そのためには英英辞典を使うことです。

単語帳を端から端まで覚えるより、役に立つ勉強法です。

国語は勉強法が難しいです。現代文と古文と漢文ですが、まずはしっかりした国語辞典

と古語辞典、漢和辞典を手元において、高校の授業中心に勉強してゆけばよいと思います。現代文は実は予習が非常に大切な科目で、毎回教科書を読み込んで、教師に質問をするという姿勢が重要です。古典文法は活用を何度も口で言って身に着けることが重要です。漢文は白文を訓点なしで読み込めるくらいになることが重要です。

4年に一回、私が受験した際は、源氏物語が出題されていました。今はどうかわかりませんが、過去問の研究もかなり重要な要素です。

英語と国語に共通する勉強法ですが、薄い問題集を買ってきて、2回以上問題を全て解くという方法があります。英語の長文読解や国語の現代文の問題文など、一度内容を把握すると簡単に解けるようになります。そのために、薄い問題集を二回以上解くという勉強法がおすすめです。

数学は教科書の問題を全て端から端まで解くことが重要です。章末問題もです。難しい問題集を極めるより、まず教科書の問題を全て解いてみてください。きっと実力がつきます。

実際の二次試験は、だいたい半分以上とれれば合格とされています。つまり問題をただ解くだけでなく、その解く過程も評価されています。もちろん過去問研究もかなり重要です。

その他の科目についてもヒントを書いておきましょう。

まず化学では暗記は絶対に止め、理解中心の勉強法をすることをおすすめします。といっても周期表のカルシウムくらいまでは、普段の勉強でいえるようになりましょう。有機化学は絶対に暗記せず、その背景にある法則性を理解することを心がけましょう。原子のプラモデルなどもあるので、試してみてください。まずは教科書の内容を理解することです。



日本史は山川出版の教科書を理解していれば十分です。後は過去問演習と、論理的思考力を身に着けることを重視してください。参考書はいりませんが、資料集（図説）や用語集で調べる姿勢が重要です。

世界史も日本史の勉強法に準拠しますが、日本史よりも知識の量が重視されるという印象です。

地理は、教科書の理解と地図帳、さらに統計資料集（例：データブックオブザワールド）や用語集を使い、教科書と地図帳ベースに理解を深める方法がおすすめです。

倫理・政経は教科書を中心に勉強し、ひたすらセンター試験の過去問を解いていけば、いいはずですが。もちろんわからない用語は用語集で調べる習慣をつけましょう。倫理は数研出版のチャート式がおすすめの参考書ですが、記述が古いのが難点です。

地歴・公民は穴埋め式の教科書に準拠したノートが書店で販売されているので、基礎知識の確認に利用されることをおすすめします。

物理と生物は筆者は選択しなかったのですが、大きなことは書けませんが、物理は微分・積分を使った理解の仕方があり、生物はただ暗記するだけでなく、化学ベースに理論立てて理解してゆく方法があります。

## 役立つ参考書

全般

赤本

ひたすら過去問を解いて傾向と対策をつかむこと。

最良の参考書は教科書です。

英語英語は教科書に頼らず、NHK ラジオ英会話のテキストや英字新聞、英英辞書などを活用して勉強した方がいいのでは、と思います。

必須：NHK ラジオ英会話テキスト、英英辞典（ロングマンかオックスフォード）

あればよし：ジャパントイムズ（英字新聞）

上級：東大駒場英語テキスト（東大の生協、全国の大きめの書店で売ってます）

英語が得意な人は、駒場で使っているテキストで長文読解に挑戦するのもいいでしょう。  
予習をかねて

国語

一番の参考書は教科書

問題演習中心に。読書の習慣を身につけること

数学

一番の参考書は教科書

全ての問題を解くこと。

重要：大学への数学

月一くらいで出ている雑誌、日々の演習などを活用する

重要参考書：解法のテクニック

数学 I,II,III 全部解けば、かなりの力がつきます。

上級：解析入門、線形代数の大学生用のテキスト（理系でやる気があれば）

日本史

一番の参考書は教科書（山川出版）、ひたすら通読し理解すること

重要：資料集、用語集、年表

上級：詳説日本史研究（持ってなくても可）

＊世界史

筆者は選択していませんが、日本史に準拠すると思います。日本史よりも知識の量が要求されます。世界史を選択する場合は、詳説世界史研究は必須のようです。

地理

一番の参考書は教科書、教科書の内容で情報量が不足していると感じるならば、資料集などで情報を補うこと

重要：地図帳、資料集、用語集

重要：データブックオブザワールドなどの統計資料

\*（センターで9割、二次試験で半分以上取ることを目指しましょう。この記述は古くなってしまいました。）科類別合格者最低点が公開されているはずです。大手予備校などが実施する東大模試も出来るだけ多くの機会に受験するようにしましょう。

## 朝型人間のすすめ

試験はだいたい午前中からはじまるものなので、朝型人間になることをおすすめします。勉強も出来れば、朝の5時か6時からはじめたいものです。もちろん、高校への通学も朝一に行って、学校の図書館の自習室で勉強します。たとえば、大学への数学の日々の演習を毎朝一問解くという勉強法がおすすめです。この勉強法は遅刻もしなくなるので、便利です。

## 定期テストよりも実力試験が重要

逆説的な言い方ですが、定期テストよりも実力試験が重要です。

もしあなたが、学年の半分が東大に進学するような学校の生徒であれば、定期試験でいい成績を挙げ続けることも意味があるでしょう。

しかし、もしそうでないならば、定期テストよりも実力試験が重要です。特に、定期テストがクラスビリや、学年半ばの成績だとしても、実力試験の成績がよかったり、東大模試の成績が、上位リストに名前が載るくらいであれば、その方が合格する実力は高いです。

定期テストは高校2年以降は捨て、東大に合格する実力をつけることに特化した勉強をするという戦略も有効ではないでしょうか。

少なくとも高校3年の最後の定期試験で学年一位を取るより、本番で一位を取る方が合格する可能性は高いでしょう。

## 奥の手受験術

現役生にのみおすすめする奥の手の受験術があります。だいたい高校2年生までの段階で第一志望校を決めておき、そこしか受験しないという方法です。

これはある京都大学出身の有名芸能人の著書に書いてあった受験術です。  
(俳優の辰巳琢郎先生の『青春のヒント』(絶版?)です。』

私も実はこの方法で東大に入学しました。

結局何個大学に受かっても、入学出来るのは一つだけです。併願をしても、複数校合格したら、自分が入学しない大学からも入学金の一部をとられます。

一つの大学しか受けない代わりに、赤本などで過去問研究を十分に行い、万全の対策を立てます。模試もきちんと受けてから受験します。受験に使える時間、体力、エネルギーは限られているので、あらかじめ一つの志望校を決めておき、万全の対策を立てて受験します。

この第一志望だけ受験する方法は大学受験には通用しますが、就職の時などには絶対に行ってはいけない方法です。就職の時は、できるだけたくさんの企業を受けた方が良い、と言われます。大学受験は最悪浪人ができますが、就職は外すと痛いです。

## 秒単位で勉強する

受験勉強のやり方の一つに、秒単位で勉強するというものがあります。これは休み時間も、昼休みも、学校の行き帰りの電車の中でも教科書や問題集を開き、勉強をするというものです。やや、過酷なやり方かもしれませんが、受験に使える時間・期間は限られているので仕方ないです。同級生と上手く折り合いを付けて、この勉強法を実行すれば、成績は上がるはずですよ。

もちろん、ケータイやゲーム、パソコンは厳禁です。時間の無駄です。テレビも自分の部屋から撤去するくらいの姿勢で、24時間を秒単位で勉強する、というやり方をおすすめします。もちろん一日8時間寝て、3食きちんとって規則正しい生活を送ることは重要です。しかし、起きている間は、勉強です。ラジオに関してはNHKのラジオ英会話ややさしいビジネス英語、高校講座（国語、公民）などを利用されることをお勧めいたします。NHKの高校講座は有名私立高校の先生や大学教授が講師をされており、大変参考になります。レベルもそれなりに高いですよ。



## 成績を効率的に上げる方法

友達と模試の点数を賭け、買った方にジュースを奢るという風に受験や模試を友達とのゲームするといいでしょ。東大模試の英語の点数を賭け、買った方に好きな飲み物をおごる。この方法であれば、文系・理系を問わず友達と共に模試を楽しみ、お互いの実力を上げることができます。

受験勉強を孤独な作業にしないためのアイデアです。

東大模試を受ける際に、自分の名前にミドルネームを付けて、高得点者リストに名前を載せるという作戦もおすすめです。模試の高得点者リストに何度も名前が載るようになれば、合格の日も近いと思います。もちろん模試と本番は違うし、予備校の講師と東大の先生の作る問題は違いますが、受験生の得点の分布はほとんど本番と模試で変わらないはずなので、東大模試でも上位を目指しましょう。

## 文系か理系で迷ったら...

もしあなたが高校1年生や2年生で、クラス選択の際に文系か理系で迷ったら、以下の情報を参照されることをおすすめします。

理系・文系は高校生の時点で、理科や数学が得意、英語や国語や社会が得意といった観点よりも、将来進みたい分野によって決めることをおすすめします。言い方を変えると今の得意科目よりも、将来専攻したい学問や研究分野をもとに決めることです。

もし理系か文系の選択で迷ったら、興味のある学問分野や研究分野の先生の本を一度参照したり、入りたい研究室がわかれば、自然と選択出来るはずです。

一般論を言えば、理系から文系に移ること（文転）は、とても簡単ですが、その逆は制度上も難しいです。

あくまで文系か理系で迷った時の話で、最初から文系で行こう、理系で行こうと決めている人には無関係な話題です。進路を選択する際には、大学生になった高校の先輩の話ぜひ聞いてみることもおすすめします。

## 試験前日の必勝対策法

試験前日の必勝対策法は、よく眠ることです。試験当日には朝ご飯をきちんと食べ、万全の体制で受験にのぞみましょう。

試験当日に会場に参考書を持ち込んで、試験開始ぎりぎりまで勉強する。そんな必要は一切ありません！

試験に合格する実力がある人だったら、今までの蓄積した力を発揮すれば、必ず合格します。

ただ試験当日は季節上雪が降ったりすることもあるので、余裕をもって早めに会場入りすることを心がけましょう。

合格した後は...

入学式の前にクラス別オリエンテーション合宿があります。サークルも数えきれない程あります。勉強だけではなく、コミュニケーション能力、体力もあるタフな東大生になってください！ 知徳合一を目指しましょう。

## ヒント

ちなみに私は高校生の時、辰巳琢郎先生の『青春のヒント』という本を参考に受験勉強して、無事現役で東大に合格しました。東大の大学院に行ってから、同級生の自宅で俳優の辰巳琢郎先生に会って、お礼を申し上げました。

確かに現代でもスマホ、ゲーム、テレビ、PC断ちをすれば、予備校に行かなくても、現役合格は可能かもしれません。予備校に通う必要はないですが、東大模試は予備校等で受験する必要があります。またここまで情報化社会が推進している中、スマホ、PC断ちをするという極端な方法がどこまで使えるかは、わかりません。

でも、現代社会において、スマホをいじっている時間と集中力を全て受験勉強に投資すれば、莫大なリターンがあがることは請け合いです。

くれぐれも本書で書いてある受験勉強法で現役合格を果たされた後は、ストレス解消に努め、スポーツや趣味で、リラックスすることに努めてください。

大学に入学した後は、生涯の友人を得るよう、またできるだけ後悔のない大学生活を送ってください。

## TIPS

ここでは勉強法 TIPS として、役立つ勉強法をアラカルト式にまとめます。

### NHK ラジオ講座の活用

NHK ラジオ講座は一流の講師陣を集め、決まった時間に放送されるため勉強のスケジュールや習慣づけを行いやすく、オススメです。特にラジオ英会話、ビジネス英語、それに高校講座（国語、社会⇒主に倫理）はオススメです。

### ジャパントイムズの活用

予備校に通うくらいだったら、親と相談して、毎日英字新聞のジャパントイムズを購読して、1 日一回切り抜き（＝社説等を切り抜き記事にして、わからない単語を英英辞典で調べる）を行うことをオススメします。

### 数学を得意科目にする

大学への数学という月刊誌を愛読する。さらに高校の教科書の問題を全て解く。これだけでも十分力がつきます。最良の参考書は教科書です。

### 学校の勉強は学校で完結させる

授業時間内に質問等して、学校にいる時間内で、学校の勉強は必ず完結させて、家では東大受験に向けた勉強、過去問の検討や、東大模試の復習にあてます。もし灘筑駒武蔵開成レベルの学校にあなたが通っているなら、なんとなく周りに合わせているだけで、二人に一人くらいは東大に合格するでしょう。私が通っていた高校は、中堅の進学校で、年に一人東大に受かるかどうかの年もありました。そういう訳で、周囲と同じことをやっていたら、浪人になってしまうので、私は学校の勉強は授業時間内で単位が取れる程度に理解して、ひたすら東大模試で高得点、上位一割グループに入ることに専念しました。

### 予備校に行かなくても、受験はできる

私の高校のクラスでは 40 人中、39 人が塾に通っていました。私は中学受験で塾が大嫌いになっていたのも、ひたすら自分で赤本で東大に入るための勉強法を研究し、現役で東

大に入りました。東大に受かった同級生の中でも、センター試験（当時）はトップクラスでした。本来2次試験は、東大模試の過去の成績で確実に突破できる自信がありましたが、センター試験本番も学年トップの結果だったので、確実に現役で合格することができました。

#### 朝型人間のススメ

重要な試験は朝から行われることが多いので、朝型人間になることをお勧めします。高校も早めに行って、30分くらい図書館で勉強する姿勢が重要です。

#### 地理受験のススメ

東大は文科は社会（地理歴史）を日本史、世界史、地理から2択ですが、日本史ないし世界史と地理の組み合わせがオススメです。地理は教科書も薄く、データサイエンスとしての側面もあり、将来社会に出てからや、大学で専門に進んでからも役立つ学問です。もし一流高校で、マニアックな暗記力と知識欲に自信があれば、日本史と世界史の組み合わせも考えられるでしょう。

#### 暗記は絶対ダメ

東大入試は理解力、思考力を問う試験で、暗記は絶対ダメです。最低限の知識の習得は必要不可欠ですが、理解して覚えること、ロジックのチェーンを構築することが重要です。

## あとがき

この作品は「東大受験に必要な勉強法」について書いたものです。もう筆者が入学して大分時間が経ったので、受験の制度やシステムは変わってきているはずですが、しかし、現役合格に必要な勉強法のコツは変わらないはずですよ。

だんだん偏差値重視の価値観は変わってゆき、その内東大も多様な人材の確保を名目にスポーツ推薦を導入したりするかもしれません。でも、この本で述べた勉強法は自分で考える力を鍛えることに重点を置いているため、多くの人に役立つと信じます。

受験生の方にアドバイスを贈るとすれば、「柔軟であれ」ということです。タフな東大生になるためには、まず柔軟な発想が出来、自分でものを考えることが出来る人間で、なおかつ健康であることが必要だと思います。

皆様の御健勝をお祈りいたします。

夏木康志



奥付



## 奥付

ガチ（真剣）式勉強法：東大合格のヒント

../../../../book/39575

著者：夏木康志

著者プロフィール：../../../../users/ynatsuki/profile

感想はこちらのコメントへ

../../../../book/39575

ブックログのpapier本棚へ入れる

<http://booklog.jp/puboo/book/39575>

電子書籍プラットフォーム：ブックログのpapier（<https://puboo.jp/>）

運営会社：株式会社 paperboy&co.

---

ガチ（真剣）式勉強法：東大博士によるヒント

---

著 夏木康志

制作 Puboo  
発行所 デザインエッグ株式会社

---