点線で切り取って、筆箱や受験票のケースに

お守りカード

全部で **6枚**
裏に一言を

困ったときにやることは、先に決めてあります。試験時間中は机の上に出せないので、休み時間に見てください。

頭が真っ白になったら

1. 心の中で**「よし、体が準備を始めた」**
2. **鉛筆を置く**（10秒だけ問題から目を離す）
3. 鼻から吸い、もう一息吸い足し、口から**細く長く**吐く。2回
4. 印をつけて、**解ける問題**に移る

原田英語 haradaeigo.com

リスニングで聞き逃したら

1. 1秒目：**「これは終わった」**
2. 2秒目：一番近い選択肢を**塗る**（空欄にしない）
3. 3秒目：目を**次の問い**へ

1問の失点を、2問にしない。

原田英語 haradaeigo.com

時間が足りなくなったら

1. 空欄の設問に印。**軽い設問から**拾う
2. 第8問は 問1 → 問2 → 問5 → 問4 の順
3. **残り2分で、空欄を全部塗る**（間違えても減点は無い）
4. 最後に 3・7・13・17・23・31・37・44 でずれを見る

原田英語 haradaeigo.com

時計を見るのは3回

- **15:43**（23分）第4問が終わっているか
- **16:06**（46分）第6問が終わっているか
- **16:34**（74分）44マークが埋まっているか

2分考えて決まらなければ、仮の答えを塗って★。次へ。

原田英語 haradaeigo.com

数字で見る「大丈夫」

- 1マークは約2.3点。**1つ外しても、それだけ**
- 80点は「20点落としてよい」という意味
- 分からない問題は、**予定していた失点**
- 英語は1日目の最後。前の科目は、もう関係ない

原田英語 haradaeigo.com

自分への一言（自分で書く）

例：「ここまでやった。目の前の1問だけ」

原田英語 haradaeigo.com

時刻は令和9年度の時間割（リーディング 15:20〜16:40）、解答番号は令和8年度本試験によります。手順は原田英語の目安です。厚めの紙に印刷すると、長持ちします。