

今より2時間早く帰ろう！

～英語教員のための業務効率化 Multi Tips～

2026/1/30

兵庫県立宝塚西高等学校

英語科教諭 上本 善之

yoshiyuki.u07@gmail.com

① 自己紹介

<https://kknavi.jp/professional/10958/>



② 学校について

兵庫県立宝塚西高等学校（全日制普通科 普通クラス×5 国際教養コース×1）

- ・偏差値帯45～50 関関同立産近甲龍など私立大学への進学が主
- ・ICT先進校 R6 BYOD 端末使用率県下1位（生徒用端末ネットワーク同時接続台数1位）
全HR教室にAppleTV完備 ロイロノートで校内情報共有をオンライン化

③ 業務効率化を推し進める理由

- ・教職のブラックさが世間に認知されるとともに、民間企業が働き方改革でホワイト化
- ・優秀な人材が教員を目指す道から遠ざかり、人材不足&採用試験の倍率低下
- ・国の未来の根幹を担う「子ども達」への質の高い教育サービスが提供できなくなる
- ・教職の「ホワイト化」こそが、日本の未来を創ることにつながる（かもしれないたぶん）

④ 業務効率化「3つ」のアプローチ

- ・「生徒を自律させる」・・・生徒が自分で考えて自分で改善するようになる
- ・「自分を効率化する」・・・作業を可能な限り効率化し、可処分時間を増やす
- ・「環境をととのえる」・・・周囲やシステムに働きかけて、自分が働きやすい環境をつくる

⑤ A)-① AI自己添削活動のプロセス

1. テストの課題を発表
2. 課題に対する作文を自分で準備⇒AIを使って英文を準備しても良い（※当日は持ち込み不可）
3. 覚える⇒正しい英文を記憶して英語力向上を狙う
4. 授業で15分でテスト
5. 教師がループリックで評価
6. 返却されたものをAIで添削
7. AIのアドバイスを読んで反省をロイロノートで提出

ライティングテストの用紙と評価基準ルーブリック

もし日本語と同じように英語が自由に話せるとしたら、何に挑戦したいですか？ その理由とその挑戦がどのように自分を変えるのかについて40語以上の英語で述べなさい。

※記入上の注意点
 ① 空欄には、1マスにつき必ず1語のみを記入すること。
 ② ピリオドやカンマなどの記号は、単語と一緒に1つの空欄にまとめて記入すること。
 (指示に従っていない場合は、合計点から2点減点する)

Writing Test 解答用紙

記入例: I said "Are you all right?" However, she

8					
16					
24					
32					
40					
48					
56					
64					
72					
80					
88					
96					
104					
112					
120					
128					
136					
144					
152					
160					

文章量	内容	文法・スペルなど	表現
5 120語以上	5	5	5
3 80語以上	3	3	3
1 40語以上	1	1	1
0 39語以下	0	0	0
合計			/20

1年()組()番 氏名()

今回のテーマ
高1の3学期で、仮定法の使用を意図した出題

文章量が把握しやすいよう、1マスに1語ずつ書くように指示

4つの観点で評価
フィードバックはAIが行うので、教員は4項目のチェックのみ

★文章量

- 0点 40語未満 (※40語未満の場合は、評価項目②と③も0点、④は1点)
 1点 40語以上 3点 80語以上 5点 120語以上

★内容

- 0点 言いたいことが読み取れない
 1点 「理由」も「どう自分を変えるか」も不明瞭
 3点 「理由」と「どう自分を変えるか」のうち、どちらかが不明瞭
 5点 「理由」と「どう自分を変えるか」の両方がしっかり書けている

★文法・スペルなど

- 0点 言いたいことが読み取れない 1点 ミスが多く、読解に難がある
 3点 ミスはあるが何とか読むことができる 5点 ほとんどミスが無く、とても読みやすい

★表現

- 1点 稚拙な表現にとどまっている 3点 習った文法・表現を使おうとする努力が見える
 5点 様々な文法・用語を使用しており、表現に多様性がある

生徒の作品と評価基準の参考例その①

8	If	I	can	speaking	I	would	like	To
16	enjoy	reading	English	books,	watching	English	movies	and
24	singing	English	songs.	I	will	be	able	to
32	understand	different	culture	for	them.	It	also	I
40	can	learn	more	English	words	so,	I	speaking
48	English	better.	Speaking	English	better	is	good	for
56	me	because	I	can	choose	a	lot	of
64	jobs	future	and	I	can	go	to	travel
72	for	some	countries.					
80								
88								
96								
104								
112								
120								
128								
136								
144								
152								
160								

文章量	内容	文法・スペルなど	表現
5 120語以上	5	5	5
3 80語以上	3	3	3
1 40語以上	1	1	1
0 39語以下	0	0	0
合計			
8 /20			

- 40 語以上 80 語未満
- 理由とどのように変えるかは一応書けているがしっかりととは言いがたい
- 文法・スペルミスが散見されるが読解に難があるというほどではない
- 仮定法が使えておらず、表現も基本的なものにとどまっている

生徒の作品と評価基準の参考例その②

8	If	I	could	speaking	English	fluently,	I	would
16	like	to	work	in	a	foreign	country	and
24	make	new	friends	with	people	around	the	world.
32	I	have	two	reasons	First,	working	abroad	would
40	give	me	new	experiences	and	opportunities.	I	could
48	learn	different	ways	of	thinking	and	improve	my
56	communication	skills.	Second,	making	friends	from	other	countries
64	could	help	me	discover	a	new	identity.	I
72	would	like	to	learn	about	other	countries' culture	
80	and	share	Japanese	culture	In	addition,	I	think
88	I	could	connect	with	people	around	the	world,
96	such	as	through	Instagram	or	direct	conversation.	Therefore,
104	if	I	could	speaking	English	as	fluently	as
112	native	speaker,	I	would	like	to	work	in
120	a	foreign	country	and	make	new	friends	with
128	people	around	the	world.				
136								
144								
152								
160								

文章量	内容	文法・スペルなど	表現
5 120語以上	5	5	5
3 80語以上	3	3	3
1 40語以上	1	1	1
0 39語以下	0	0	0
合計			
20 /20			

- 120 語以上
- 理由とどのように変えるか(と読みとれるもの)がしっかりと書けている
- 文法・スペルミスがほぼ無く読みやすい
- 仮定法が使えていて、In addition や Therefore などのディスプレイスコースマーカーも効果的に使えている

生成 AI に入力するプロンプト（生徒に配布しているロイロノートのカード）

1. 以下の指示文をChat GPTにコピーして、「以下英文：」のコロン以降にパフォーマンステストで書いた英文を打ち込む。
2. 出力された回答に目を通し、自分のミスの特長やフィードバックを確認する。
3. 出力された回答画面を全てスクリーンショットで撮影し、このカードの2枚目の「ふりかえりシート」を記入して、「ふりかえりシート」⇒「スクリーンショット」の順番でカードを連結してロイロで提出する。
4. 提出期限：2月19日（水）8：30 （※論表の課題提出点に入ります）

あなたは高校の英語教師です。「もし日本語と同じように英語が自由に話せるとしたら何に挑戦したいですか？その理由、及びその挑戦がどのように自分を変えるのかについて英語で述べなさい」というテーマで高校生が作成した英文エッセイを添削します。以下のポイントに留意して、英文の添削を行ってください。

- ①元の原稿を極力活かした状態で文法やスペル等の誤りを修正する
- ②修正した箇所をリストアップして、なぜその部分を修正したのか一つずつ解説する
- ③エッセイ全体を通したその生徒の文法的な誤りにどのような特徴があるか分析し、今後の学習時に何に留意すればよいか解説する
- ④英文の内容や構成そのものに対するジェネラルなフィードバックを行う

以下英文：

★プロンプト作成時のポイント

1. 役割を与える

⇒「高校の英語教師」のように役割を与えることで、生成 AI がその職業になったつもりでフィードバックをくれるので、より教育的な回答が期待できる。

2. 状況を説明する

⇒「～というテーマで高校生が作成した英文エッセイを添削します」のように、「どういうシチュエーションなのか」、「対象は誰なのか」、などを明記することで回答の精度が上がる

3. 手順を細かく記載する

⇒「添削してください」のようなざっくりした指示だと、元の英文からかけ離れた完璧なものが出力されてしまい、生徒のレベルに合わず参考になりにくい。「元の原稿を極力活かした状態で～」と指示することで文法やスペルの誤りに修正を限定し、②③④の指示でより生徒が参考にしやすいフォーマットの回答が出力される可能性を高める。

あなたは高校の英語教師です。「もし日本語と同じように英語が自由に話せるとしたら何に挑戦したいですか？その理由、及びその挑戦がどのように自分を変えるのかについて英語で述べなさい」というテーマで高校生が作成した英文エッセイを添削します。以下のポイントに留意して、英文の添削を行ってください。

- ① 元 の 原 稿 を 極 力 活 か し た 状 態 で 文 法 や ス ペ ル 等 の 誤 り を 修 正 す る
- ② 修 正 し た 箇 所 を リ ス ト ア ッ プ し て 、 な ぜ そ の 部 分 を 修 正 し た の か 一 つ づ つ 解 説 す る
- ③ エ ッ セ イ 全 体 を 通 し た そ の 生 徒 の 文 法 的 な 誤 り に ど の よ う な 特 徴 が あ る か 分 析 し 、 今 後 の 学 習 時 に 何 に 留 意 す れ ば よ い か 解 説 す る
- ④ 英 文 の 内 容 や 構 成 そ の も の に 対 す る ジ ェ ネ ラ ル な フ ィ ー ド バ ッ ク を 行 う

以下英文： If I can speak, I would like to enjoy reading English books, watching English movies and singing English songs. I will be able to understand different culture for them. It also I can learn more English words so , I speak English better. Speaking English better is good for me because I can choose a lot of jods future and I can go to travel for some countrys.

① 修正後の英文 (原文を極力活かした形での修正)

If I could speak English as freely as Japanese, I would like to enjoy reading English books, watching English movies, and singing English songs. I would be able to understand different cultures through them. Also, I could learn more English words, so I would be able to speak English better. Speaking English better would be good for me because I could choose from a lot of jobs in the future, and I could travel to some countries.

8	If	I	can	speak,	I	would	like	To
16	enjoy	reading	English	books,	watching	English	movies	and
24	singing	English	songs.	I	will	be	able	to
32	understand	different	culture	for	them.	It	also	I
40	can	learn	more	English	words	so,	I	speak
48	English	better.	Speaking	English	better	is	good	for
56	me	because	I	can	choose	a	lot	of
64	jobs	future	and	I	can	go	to	travel
72	for	some	countries.					
80								
88								

※元の英文画像

② 修正箇所と解説

1. "If I can speak" → "If I could speak"

- ・ 仮定法過去を使うべき文脈です。「もし英語を自由に話せたら」という現実にはまだない仮定を表しています。仮定法では、現在の非現実的な状況を表すために過去形を使います。

2. "I will be able to" → "I would be able to"

- ・ 仮定法過去の条件に続く文なので、助動詞も仮定法の形に合わせて「would」を使います。

3. "understand different culture" → "understand different cultures"

- ・ 「culture」は数えられる名詞であり、「さまざまな文化」という意味では複数形 "cultures" が適切です。

4. "It also I can learn" → "Also, I could learn"

- ・ 「It」は文脈上不要です。また、仮定法過去の条件に合わせて「could」に統一しました。さらに、「Also」は文頭に置くことでつながりがスムーズになります。

5. "so , I speak English better" → "so I would be able to speak English better"

- ・ 仮定法の流れを維持するために「would be able to」を使用。カンマの位置も修正しました。

6. "Speaking English better is good for me" → "Speaking English better would be good for me"

- ・ 仮定法の話なので、ここも「would」を使って仮定の状況を示します。

7. "choose a lot of jods future" → "choose from a lot of jobs in the future"

- ・ "jods" はスペルミスで、正しくは "jobs"。"choose from" は「たくさんの選択肢から選ぶ」という意味で自然な表現です。"in the future" も正しい形です。

8. "go to travel for some counturies" → "travel to some countries"

- ・ "go to travel" は冗長なので、"travel" のみで十分です。"for" ではなく "to" を使い、目的地を示します。"counturies" はスペルミスで、正しくは "countries"。

③ 文法的な誤りの特徴と学習時の留意点

・ 仮定法の使い方の理解不足

現在の事実と異なる仮定を述べる際には「仮定法過去 (If + 過去形, 主語 + would/could/might + 動詞の原形)」を使います。仮定法を正確に使えるように、特に "would" や "could" の使い方を意識しましょう。

・ 数えられる名詞と数えられない名詞の使い分け

"culture" や "job" など、数えられるものは複数形を使う必要があります。数えられる名詞・数えられない名詞の区別を練習しましょう。

・ スペルミス

"jobs"、"countries" などの基本単語のスペルミスが見られました。単語の正確な綴りを確認し、書くときにも気をつける習慣をつけましょう。

・ 前置詞の使い方

"travel to" や "choose from" のように、動詞と一緒に使われる前置詞を正しく覚えましょう。よく使われる動詞と前置詞の組み合わせをリストアップして練習するのも効果的です。

④ 内容・構成に対するフィードバック

・ 内容について

自分が英語を話せるようになったときの夢や希望がしっかり書かれていて、とても良いと思います。英語の本や映画、歌に親しむことで文化を理解し、語彙力をつけるという視点も具体的で説得力があります。さらに、将来の仕事や海外旅行についても触れているため、自分の未来の可能性を広げたいという気持ちがよく伝わります。

・ 構成について

「英語を話せるようになったらやりたいこと」→「その理由」→「その挑戦が自分に与える影響」という流れがしっかりしていて読みやすいです。ただ、もう少し具体例を加えるとさらに良くなります。例えば、「どんな英語の本を読みたいか」「どんな国を旅行したいか」など、具体的なイメージを入れると、より豊かな内容になります。

・ 提案

最後の部分を少し膨らませて、「英語を話せることで、自分の世界がどのように広がるか」をもう少し深く考えて書くと、さらに印象的なエッセイになると思います。例えば、「海外の友達を作る」「留学する」「国際的な仕事をする」といった具体的な夢を加えてみてはどうでしょうか？

全体的に、英語を使った夢や希望がしっかり伝わる素晴らしいエッセイでした。文法や語彙にもう少し注意を払えば、さらに正確で自然な英語が書けるようになると思います。これからもたくさん英語に触れて、自分の考えをどんどん表現していきましょう！

エッセイライティングふりかえりシート

① ChatGPTのフィードバックを読んで気づいた自分の「クセ」

単語の誤りや前置詞の誤りなどの覚えるところを覚えられていないことが分かりました。他にはEnglish、canといった簡単な単語を何度も使っていることも文を読み直して分かりました。文法的な誤りについては仮定法を理解できていませんでした。特に仮定法過去をもう一度勉強し直す必要があると思います。

② 今後に向けての「意気込み」

今回は前のライティングテストの時よりも対策をせずに行ってしまったので点数が大幅に落ちてしまいました。部活の朝練とかぶっていて朝に勉強することができないので家でする時間を増やそうと思います。論表の課題も簡単な文法ばかりを使っているなかなか難しいことは定着できていないので2年生からは意識して文章を書こうと思います。

○教師から何の指摘をされることもなく、AIでの添削のみを通して、「仮定法過去をもう一度勉強し直す必要がある」という今回の最重要ポイントに気付いていることは大きい。

○「簡単な文法ばかりを使っている」という自信のクセを見直し、今後は改善していくという意気込みが見られる。(若干言い訳がましい部分も見受けられるが、、笑)

ChatGPT の画像認識を使ったテキストの置きかえ処理

画像処理用の プロンプト

①パフォーマンステスト用紙をカメラで撮影する。
(ほぼ真上から、なるべく影などが入らないように綺麗に撮影してください)

②画像の余計な部分を編集で取り払い、ChatGPTのチャットボックスの「+」マークを押して画像を選択する。

③画像とともに、以下のプロンプトをはりつけて送信する。

④出力されたテキストと自分の元の原稿を見比べて、オリジナルと異なっている部分があれば修正する。

⑤1枚目の添削プロンプトを貼り付けて、最後にテキストを貼り付けて送信する。(あとはいつもと同じ)

この画像の「枠で囲まれた部分の文字」だけを、左上→右→下の順に読み取り、1つの段落にまとめて出力してください。

厳守ルール：

- ・スペルや文法の誤り、句読点の有無・位置、大文字小文字、記号の形 (, . ? ! ' - など) を一切直さず、そのまま写す。
- ・枠外 (説明文・採点・氏名・注意書きなど) は完全に無視する。
- ・改行は段落化のために空白1つへ置換するが、**記号の前後の空白の有無は原文どおり**に保つ。
- ・画像内の「.」ピリオドや「,」カンマの記号に見落としがないかよく確認する。

・読み取りに自信がない文字があっても推測で補わない。読めない場合はその箇所だけ「[[unclear]]」と書く (他は絶対に直さない) 。

・出力は段落1つのみ (余計な記号・「」・行番号・解説は一切付けない) 。

・全てを出力した後、元の画像と照らし合わせ、再度原文と異なっている部分がないか確認する。

原文

8	I	think	the	most	important	for	leader	is
16	communication.	A	good	leader	speaks	their	thoughts	carefully
24	to	listen.	And	they	can	understand	everyone's	opinions.
32	A	leader	should	not	be	one-side.	They	
40	must	listen	many	opinions.	When	I	was	culture
48	committee,	I	hard	speak	about	my	thought	in
56	front	of	everyone.	When	I	did	good	job
64	with	a	member	of	culture	committee.	And	we
72	won	school	festival.	We	got	gold	prize.	We
80	so	happy	then	I	remember	school	festival	then
88	leader	is	very	important	but	everyone	help	for
96	leader.	Because	I	think	the	most	important	for
104	leader	is	communication.					
112								

I think the most important for leader is communication. A good leader speaks their thoughts carefully to listen. And they can understand everyone opinions. A leader should not be one-side. They must listen many opinions. When I was culture committee I had speak about my thought in front of everyone. I did good job with a member of culture committee. And We won school festival. We got gold prize. We so happy then I remember school festival then leader is very important but everyone help for leader. Because I think the most important for leader is communication.

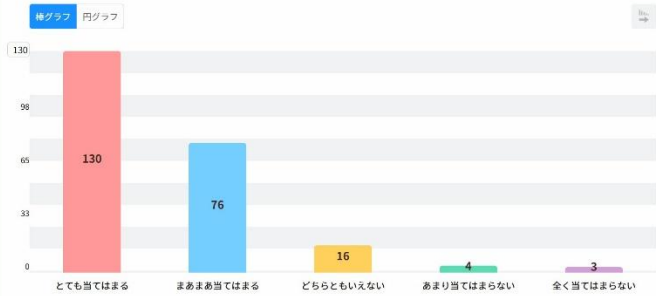
📄 🔊 📌 🔄 📌

AIによる 置きかえ

- 「ChatGPT に自分の書いた英文を打ち込むのが面倒」という生徒の声(わがまま)に答えてプロンプトを作成。
- かなり読解に難がある文字でもほぼ正確にテキスト変換できているのが分かる。また、文法的に不自然な箇所やエラーについてもそのまま修正せずに再現できているが、スペルミスについてはどうしても修正がかかってしまう。(存在しない単語のスペルに ChatGPT が抵抗感がある?)

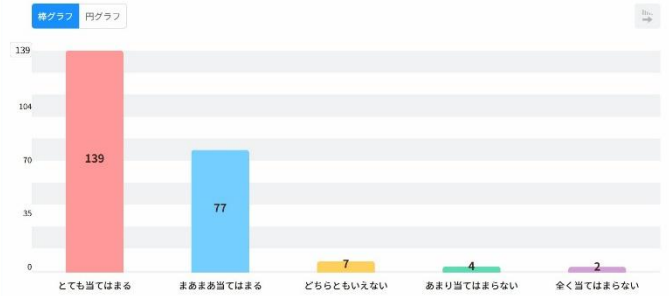
生徒アンケート

Q1 ChatGPTを使った英文添削は役に立ちましたか？



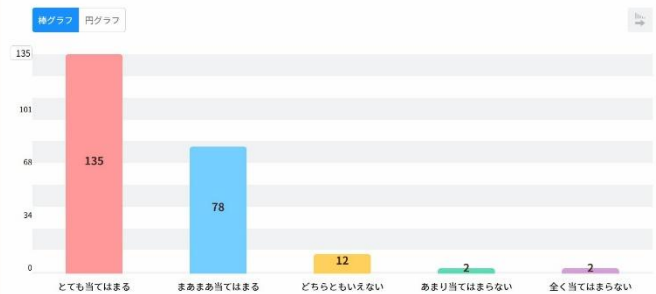
回答者数 229

Q2 ChatGPTのフィードバックは分かりやすかったですか？



回答者数 229

Q3 ChatGPTを使用することで、自分のエラー（間違い）の傾向を把握できましたか？



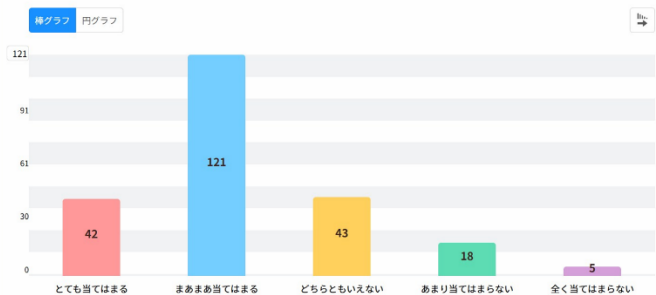
回答者数 229

Q4 ChatGPTのアドバイスは英語学習のモチベーションを上げてくれましたか？



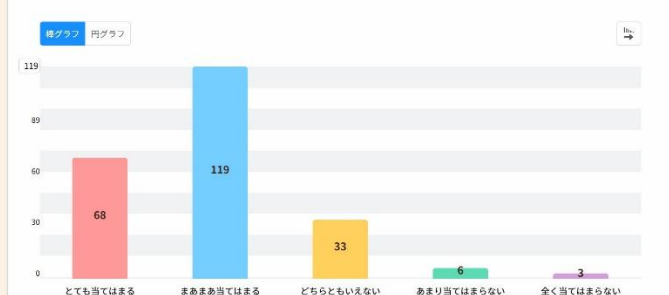
回答者数 229

Q5 この課題を通じて英文エッセイを書く力が向上したと感じますか？



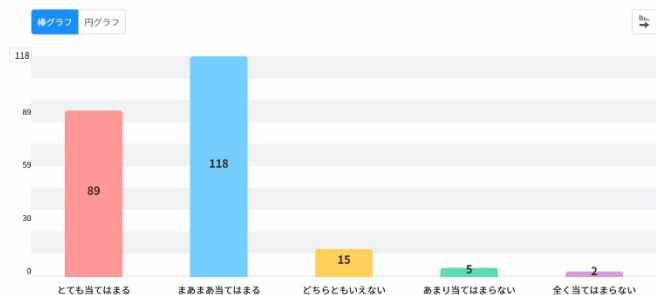
回答者数 229

Q6 今後この課題を継続していくことで、英文エッセイを書く力が向上していくと思いますか？



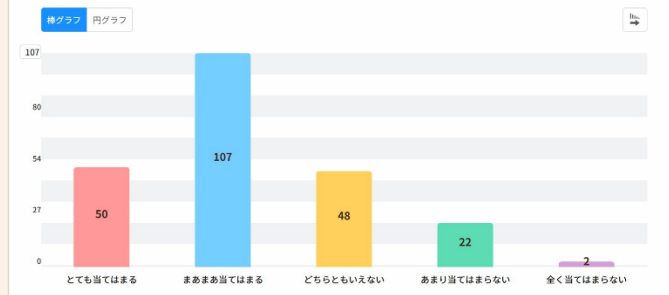
回答者数 229

Q7 この課題を通じて文法やスペルミスに対する理解が深まりましたか？

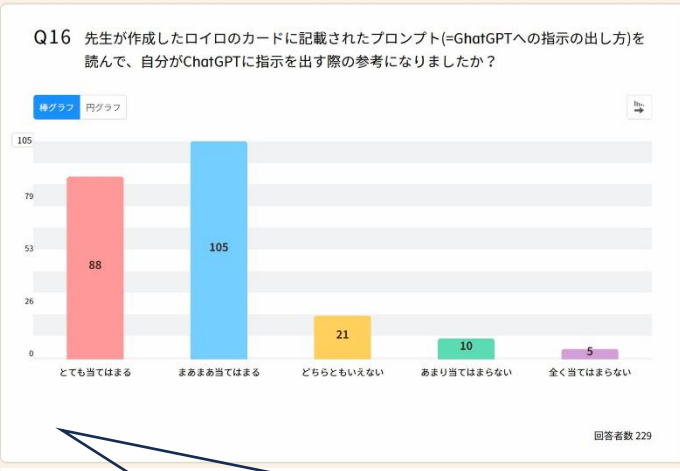
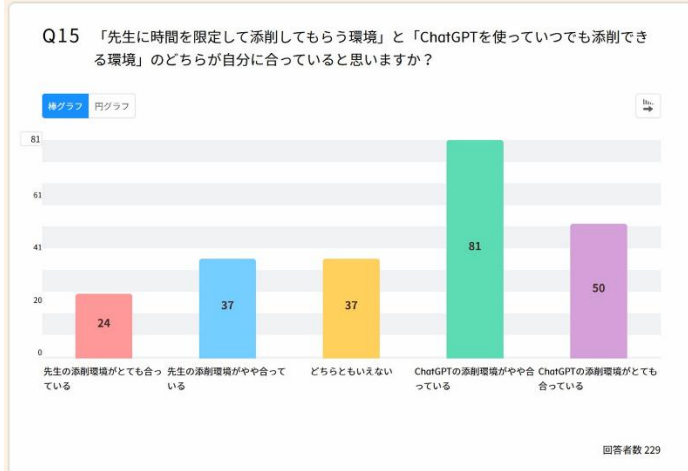
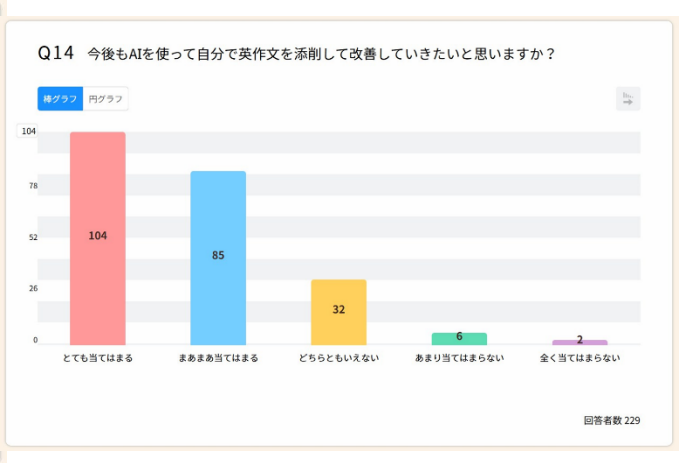
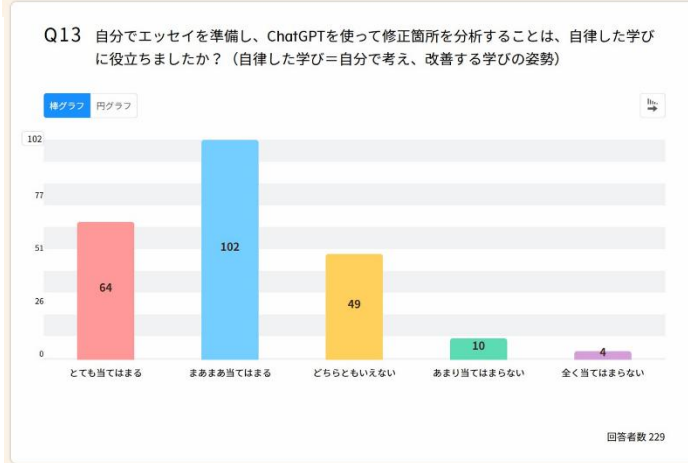
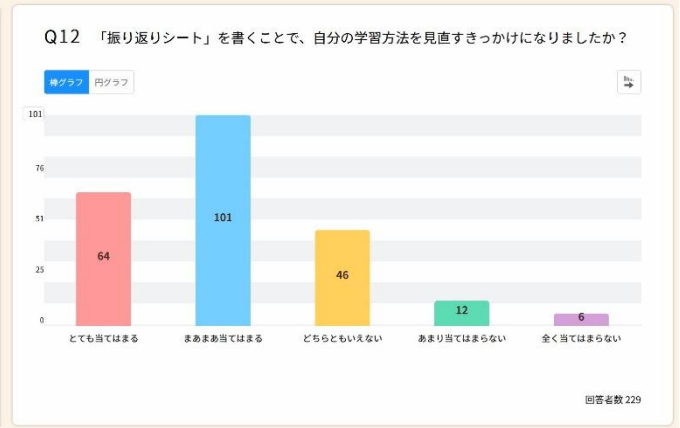
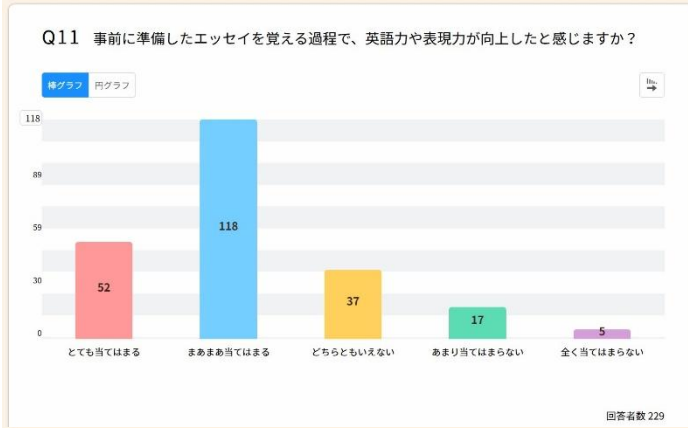
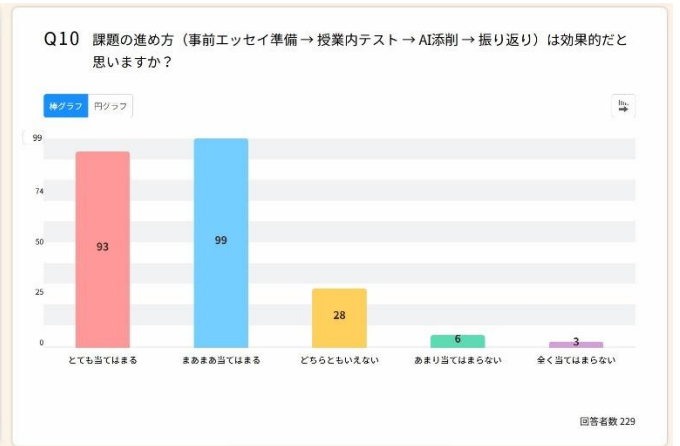


回答者数 229

Q8 この課題を通じて英文の構成（段落の構成や話の流れ）について意識が変わりましたか？



回答者数 229



活動に対して肯定的な回答が全体的に多く、また AI 活用にも積極的な姿勢が見える。

生徒アンケート（自由記述）

[質問 17]この課題を通じて印象に残ったことや感じたことはなんですか？（※「特に無し」は削除）

- 非常に使いやすくて役になったと感じた。
- 回答が早く帰ってくるためスムーズに復習できた
- 文章をいかに正確に英語訳できるかが大切だと思った。
- 自分の文章の駄目なところを自分の端末で手軽に見られたり添削してもらえるのはすごく便利だと感じた。
- 自分の文章を添削して、自分の間違いの傾向を知れたこと。
- 細かく添削してくれるからわかりやすかった
- ChatGPT は便利と思った
- 間違えて覚えている単語のミス気づけた
- AIを使うのはけっこう難しいと思った
- 自分のミスが瞬時的確に返答されるのですぐになおせて良いと思う。
- 覚えるのが大変
- 便利な世界になったなと思った。
- chatGPT は分かりやすくまとめてくれるので分かりやすい。
- 文章を覚える力がついたと思う
- チャット GPT に文章を打ち込むときちんと返答してくれて自分の英語力に繋がった
- チャット GPT の方が先生より気を遣わずに質問できると思いました
- 初めての経験だったが、自分の英文をわかりやすく評価してくれて良かった
- 覚えるのが難しい
- "日本語の文で書いた以上に英語の文が長くてびっくりした
- 読めない単語とか出てきた"
- チャット GPT が自分の作った英文を添削してくれるとは思わなく、丁寧な説明で自分がどこが出来ていて出来ていないのかを分かりやすく説明してくれて分かりやすかった。
- ChatGPT を初めて有効的に使ったから、新鮮だった。
- 自分が添削するより自動でやってくれるので良いし楽できます。
- 自分で文を書く上で、どこが間違っているのか、何が苦手なのかがわかった。
- 二つの表現の仕方がある時にこっちの表現の方が口語な感じでいいとか翻訳だけではわからないことを教えてくれるのですごくいいとおもった。
- 簡単な表現しか使えていない
- 自分が時制や接続詞の理解が浅いことが分かった
- チャット GPT のフィードバックは、分かりやすいですが記憶には残りにくいです。疑問に思ったことはすぐに質問できるのでそこはとてもいいと思います。
- 自分の能力英語力の低さを痛感する上、自分の間違いの傾向を見ることができた
- 自分の文のよくないところを正確に教えてくれるので自分の文の何がいけなくてどうすればいいのかを理解できた。
- ChatGPT は正しい使い方をすれば学力向上につながると思いました。
- 自分の伝えたいことをより簡潔に書く力がついたと感じる
- 自分の文章がしっかり添削されていて、次からどのように表現すればいいのかがわかったこと
- 先生に聞くのと文には残らないけど GPT に聞くのと文にも残るし分かりやすいし、聞きやすい。あと、自分の英文のミスの傾向も分かるので勉強になる
- やったことがないことで初めは違和感があったけど聞いた質問の返答がスクリプトなどで残せていつでも見返せることが良い点だと思います。
- すぐできて便利だなと思った
- 簡単な英語をつかった文にすることが大切
- 文法を正しく使うのは難しいと感じました。
- 英作文を作る練習になるため助動詞の使い方などを意識できたと思います。
- ChatGPT が的確に間違いを添削してくれるので、自分の傾向がよく把握できていいと思います。
- 自分の文のここができていないのかと思ったり、理由もつけて説明してくれるので間違えた理由や次に改善すべき箇所などがよくわかる。改善点や良い点、誤りや学習ポイントも教えてくれるのがとてもありがたい。
- 忘れた時に自分で考えるのが難しかった。
- 私は2学期の初めの時自分で文を考えて構成を考えることで文を書くことが楽しかったし、自分が知っている文法をどのように使うか考えることで文章を書く記述の能力が上がったように感じたが、添削と自分が伝えたいことが違っていたり、知らない文法が導入されて分からなくなったりするので ChatGPT が完璧すぎてついていけなかった。また、他の人に関しては、点数化されることによって高得点を取りたいので文章自体を ChatGPT に考えてもらっている人がいた。それを暗記することで英コミのように文章の取り入れ方を理解できるものの、自分で文章を考えて表現するという点では欠けていると思った。3学期に関しては、文章を覚えることがメインになってしまい、自分が伝えたいことが伝わっているのかが分からなくなった。しっかりと自分で文章を考え、表現することを全員が意識すると一人ひとりの能力は向上すると思った。合う人と合わない人が分かれそうだなとは思った。添削で打っただけ、あまりしっかり読んでいないし、コピペをしているのであまり頭に入ってこなかった。文章を構成する楽しみや、自分たちが学んだ文法が早速使えるのだ、使いたいと思える機会ではあった。楽しかった。
- 質問をしただけで返答がくるのが良い
- いままで直接先生に聞きに行かなければならず、チェックにも時間がかかるし、人間だから間違えることもあったけど、ChatGPT にきいたら、数十秒で出てきて正確に書かれていたので、衝撃がすごかった。
- 添削してもらおうのに英文を打つのは効率が悪すぎる。

- あってるところを間違っているとされたからあんまり意味ないと思った
- パフォーマンステストでチャット GPT を使うことでよりわかりやすい発表ができました。
- ライティングテストをするにつれてとても便利で使いやすかったです。
- とても良い取り組みだと思う
- 自分が考えた文の悪いところがわかったこと
- 前よりも英語についてわかりやすくなった。
- チャットは最後によかったところを表示してくれるからモチベがあがる。
- AI はすごい
- AI は人を超えるんだなと思いました
- チャット GPT で自分の癖などを見つけられることができて、わかりやすかった。
- 意外と文法ができていない
- 長文を考える難しさ
- 作業時間が減り楽になった。
- chatgpt は自分では考えられないようなことを言うてくれるので自分の思考の視野が広がると思うのでいいと思った。
- 自分のくせも見つけて指摘してくれる
- 自分はどんな癖があるのかチャット GPT が教えてくれてわかりやすかったしピンポイントのところを言うてくれてわかりやすかった
- 自分の英文を書く時の癖が見つかったのでそこを直そうと思った
- 英文をかく力が身についた
- わかりやすい表現などを教えてくれるので助かった
- 時制や流れを確認できた
- ネイティブの人への伝わり方を知れたこと。
- 力がつきそう
- 自分のクセに気づけてのでよかった
- 自分が正しいと思ってたものが違うことに気づいた
- 自分が出来ていないところが明確化されてやりやすかった
- できていると思っていたところができていないと知った。
- 英文を作ったら先生に聞けなくても家で chatGPT に聞いたらすぐ教えてくれるから便利
- chatGPT 便利だと思いました
- chatGPT を使うことで自分の間違える傾向がわかり自分で英文をつくる時は意識して作ることができるようになったと思う。
- 直すところがたくさん合ったため長年学んできたのにと自信をかなり無くした
- chat GPT は細かいところまで説明してくれるのでわかりやすいなと思いました。
- 自分の英語力の無さを実感した
- 自分の癖などをしっかり解説してくれるので、使いやすいなと思いました。
- 全然今の英語であると感覚でしか通じないとわかった。
- 自分で聞きたいことがうまく gpt に伝わらなかった。
- チャット GPT の文章作成力がすごくて、これからも使って学習していきたいと思いました。
- チャット GPT だと一瞬で添削してくれるのがすごく便利だと思った
- 難しい
- 最初に自分で文を考えてみて、一度チャット GPT に確認してもらうのが良いなと思いました。
- 自分の強みやよくしてしまう間違いなどがはっきりとわかったので良かったです
- ただ単語のスペルミスや、文法が間違っているところを添削するだけでなく、同じ表現を避けるために他の表現を紹介してくれたりとするとところはすごいと感じた
- 自分の英作の技術が向上した
- チャット GPT は英文のヒントにつかうのが少し難しいと感じた。少しこんな英文にしたいからどうすればいいと一度書けば、こうしたらいいっていう模範解答をしっかりと示してくる。それも指示の仕方によるものだとは思いますが、自分はその辺を難しいと感じた。
- 自分の書いた文章を振り返ったり、間違いを見つけないのはおっくうだと感じるけれど、chatGPT に見てもらっただけだとすぐ終わるし、自分は読んで振り返るだけだから先にやっしまおうという気持ちになれる。結果的に早く振り返れているのでいいことだと思う。
- 自分の力で作った英文を、覚えて添削してもらうまでの工程を繰り返すことで、英語力が少しずつでも身につけている気がしてよかったです。
- 自分のミスの傾向がわかり改善できたことが嬉しかったです
- やっててやはり一つ重大な部分があってそれが単語です、頑張って単語を組み合わせて作っていると副詞、形容詞、時制がともぐちゃぐちゃでまだまだ文章を書くのは苦手なんだなと感じました
- chat GPT に本文を打ち込むのがめんどくさい
- 自分の苦手な文法をよくするスペルミスについて知ることができました。そのおかげで自分のこれからの勉強方法を考えるきっかけになると感じました。
- 自分だけでは気づけなかったミスを指摘してくれるしその改善点まで出してくれるので英語への理解が以前より深まった。それに文を書いて送るだけで簡単なのがよかったです。
- チャット GPT があることで家でもわからないところが出てきたらいつでも聞くことができるのでとてもいいなと感じました。でも聞けばすぐに答えを出してくれるので考える力がつきにくいのかなとも感じました
- チャット GPT は文法を知りたい時にまとめてくれていたり添削も自分が納得のいくような返しだったので自分の英語力を上げてくれるきっかけになりました。
- チャット GPT の添削のおかげで、自分がどのような間違いをしやすいかを知るきっかけとなったので、いいなと感じました。

- 人が添削しても難しいようなフィードバックやアドバイスが、GPT が添削するとしっかりとした内容で返されて驚いた
- 出されたお題に対して文章を作成することは自分にとって難しく感じた。
- 英語表現の言い換えなど分からないことをいつでも聞けるツールは今までにスマホを使う以外なかったのでありがたいと思った
- chatGPT の凄さがわかりました
- すぐにアドバイスがくれるのはいいなと思った
- チャット GPT は先生というよりもお友達感覚で教えてくれて楽しかったです！すごく優しくて棘のないマシュマロ言葉で教えてくれたのでモチベーションも下がらずに勉強できました！
- しっかり自分の弱い部分を分析してくれるので学習しやすいです
- 自分の英文法面でのミスがどのようなミスなのかが明確に可視化することが添削するだけでできること。→後々自分の英語力向上につながる。
- AI に添削されても文法が間違っていると先生から指摘された事があるのであまり先生の添削は必須だと思いました。
- AI の使い方をよく理解することができた。自分は初めてこの学校で AI を使用して色々な使い方を教えてもらえて良い機会になったと思います
- AI だと一瞬で添削してくれて便利だった。うまく質問すれば、適切にミスを教えてくれてわかりやすかった。
- 毎回、自分のミスを確認できていいこと
- 文法ミスが多いことに気がついた。
- 学習の質が向上した
- AI はすごい
- チャット GPT による、添削は非常にわかりやすりが多く、また時間や量を気にすることなくできた
- チャット GPT の添削が思っていたよりも的確で、先生のように、具体的でわかりやすい説明で良かった。
- 覚えるのが大変でも案外中学の文法でも文はかけるのだと思った
- プロンプトがしっかりできてないとちゃんと添削してもらえないんだなと思いました。
- chatgpt がすごい
- 今まで気づかなかった自分の癖や文法のミスを的確に判断し、指摘してくれるので自分の直すべきポイントをおさえられて、自分の英語力の向上につながっていると思います。
- 英語を考えるのが難しい
- "英文を入力して AI が解析してくれるのが便利に感じた。
- わかりやすく解説をしてくれるので、英文を書くことが楽しくなった。"
- 自分のところだけで完結出来たことが印象に残った
- 自分の苦手なところを詳しく解説してくれて次から苦手なところを意識し始めた。
- 短時間で自分の間違えを理解することができるのはとても効率的だと思いました。ChatGPT の説明も分かりやすかったです。
- 自分の好きなタイミングで正しい添削してくれるからありがたい。
- いつでもすぐに自分の英作文の何がいけなかったのかわかるので他の時間を有効活用したり自分のミスに対する考えが深まったのでとても良かった。
- 「細かく」や「丁寧に」みたいな感じでも chatGPT は分かりやすく教えてくれるので、先生に質問するのが苦手な自分でもやりやすかった。
- 添削が早い
- いろんなことを調べることができる
- S や V など、文法の形を覚え、更に表現身につけることが出来れば更に良くなると自分の中で感じました。
- ChatGPT の説明が思ったより分かりやすかった
- 自分の文をより相手に伝わりやすくしていく点や普段の学びではなかなかわからない自然な言葉の使い方に直してくれるのはいいなと思った。
- 自分が間違いやすいところがどこか知ることができてよかった
- 最新技術を学習に取り入れることはとても良いことだと感じました
- 自分の英作文のときの癖を理解して改善する機会ができてよかったと思いました。
- Chat GPT を使うことにより自分のタイミングで振り返りを行えるのはいいなと思った。
- チャット GPT の添削が思っていたよりの確だったこと。
- 授業で何回も言われている because の使い方がいまいち理解できなくて、この前の writing テストでも間違えてしまったけど、丁寧に分かりやすく教えてもらったり、ここが違うと具体的にわかることができました。
- チャット GPT の進化に驚きです、詳しく教えてくれるのでわかりやすいですが、やっぱり先生に直接教えていただくほうが私はわかりやすいです
- 自分の文法のクセを見つけ、直してくれるのはとてもありがたいです
- チャット GPT の使い方がよく分かった
- chatgpt のフィードバックの英文が他の翻訳サイトなどと比べて非常に正確だったのが印象的でした。
- 一つのミスに対して何でそうなったかとか、ひとつ一つに詳しく説明を入れてくれたからその後の英語学習で文章を作るときに改善しやすかったし、自分のミスを意識して文章を作ることができたと思う。
- 自分の間違ったところや苦手なところを教えてくれて理解できた
- 文法のミスを指摘してくれるのがよかった
- チャット GPT の添削が完璧でわかりやすかったです
- 今までは先生とかが治していたところを AI がすることがとても進化してるなと感じました。
- 自分の書いた英作文の癖を知ることができた。
- 自分で文を作って GPT に添削してもらおうと、思っていたよりもすごい量のお直しがあって、同時に自分はこういうところを毎回間違えているなというのが良くわかりました
- 自分が書いた文章の間違った点をチャット GPT が正確に直してくれるから助かったこと。
- 自分の間違いの傾向を把握できたのでよかった。

- 先生に何度も質問したりすることはできないので、ChatGPT の存在は非常にありがたいと思った。自分が欲しい回答をくれるし、分かりやすく良いが、本当に合っているのか少し不安はある。
- GPT にはいろんな使い方がある
- AI だから質問しやすいし先生に個人で説明してもらっても分からない時があっても分かりましたとしか言いづらけれど何回でもわかるまで聞けるからとても良いし今後も活用していきたいです
- いざ英語にしようと思うと、思うように書くのは難しいと思った。
- 自分で文章の構成を考えて英語で書くということを普段あまりしていなかったのが難しかったですが、今回の課題を通して少し成長できたと思います。
- 1つの質問に対して理由をたくさん考えるのが難しかった。
- 文を添削してもらって直された後、難しすぎる単語に変えられている時がある
- Chat GPT に添削をお願いしてそのままテスト用紙に書くとお直しをくらい、Chat GPT が必ずしも正しいわけではないことを知りました。一方で Chat GPT は自分の間違いの傾向や、同じ文法の使い回しなどを指摘してくれたので改善しやすかったです。
- 初めてのことで疑問が多かったけどやれば楽で簡単だしいと思った。
- 自分では気づかないミスを知りやすく教えてくれ助かった。
- 新しい表現を知ることができた
- 自分が書きたいことをどう書けば良いかわからない時に、チャット GPT に聞いたら難しすぎない英語を教えてくれるので、作文を覚える時に自分が知ってる単語なので覚えやすかったです。
- 自分では気付いていないスペルミスをしていることに気付いた。
- 勉強できる幅が広がったと思います
- 自分が知らない表現の仕方や単語を学ぶことが出来た。また、ほかの場面で文章制作をする際に参考にしたいと思った。
- 英検のライティング練習での活用もできて便利だった。
- たまにチャット GPT 添削後の文章が思っていた内容と違うことがあったので指示の出し方が難しかった。でも、フィードバックの時は的確な説明とか、添削がされていてわかりやすかった。
- 自分のミスの傾向がわかった
- 自分が英文を打ち込む過程で実際にテストで回答したスペルと違うスペルを打ってしまうことはあったが、AI のアドバイスは正確で添削するスピードも速く自宅で完結させることができる課題で良かった。
- 自分のやりがちな文章ミスや弱点をわかりやすく説明してくれるので、文法の練習の参考にもなる。
- 添削を ChatGPT にもらった際自分のミスの癖がわかるので普段の授業でもそれを意識できる様になった。
- 案外 ChatGPT が細かく自分のミスやそのミスに対する対策などを教えてくれたこと。
- それをチャット GPT に添削を頼むと、文法そのものを変えるのではなく、より自然な表現に変えてくれたのがよかった。
- ChatGPT から返ってきた添削の中でも分からない所があればすぐに質問することが出来るのがとても良いと感じました。
- 英検などのライティングテストは問題を見てすぐに英文を考えていくものなので事前に問題が分かるのは chatGPT に慣れるという面では良いが英語力を上げるという面では効果が薄いと思った
- ChatGPT は勉強の質問に対し、聞いた事とは全く関係のない返答をする事があるため、進んで使う事はなかった。けれど、今回の経験から ChatGPT に対する理解や使用方法についての考えを深める事ができ、今では好きなタイミングで自由に使えるようになっている。
- ChatGPT が、自分の間違いとその原因、なんでダメなのか等を詳しく教えてくれて分かりやすくて良かった。
- 自分の文法能力を信じて作った文章では、基本的な部分が抜けている事があると言う事がわかったので、それ以降の文章作成の時に意識するようになりました。
- 自分で考えた文章を瞬時に丁寧に添削してくれるからモチベーションにつながる。何度も添削してもらっていると、だんだん自分の癖がわかってくるので、どのような勉強をすればいいかわかった。
- もっと良い表現の仕方を知ることができる添削を提出するのに少し時間がかかる"
- ChatGPT がとても便利で、学習面での使用にとっても役に立つということ。このテスト以降学習目的で ChatGPT の使用率が上がった。使い方によってはとても便利な AI だと思う。

[質問 18] 次回以降、この課題を改善するためのアイデアがあれば教えてください。(※「特に無し」は削除)

- このままで大丈夫です。
- 限定する
- 授業内に考える時間をとってほしい
- 事前に文章を考えるのではなく、即座に自分で文を考えて書くことも必要だと思う。
- 書く時間が短すぎる気もしますし、テーマが簡単なものが多かったと思うのでもう少し自分と発表を重ねられるようなものだと深みが出るかと思えます
- 重要だと思う GPT のフィードバックに下線を引いて提出することを義務にするなど文章を理解しながら読むようにできる
- 難しすぎる英語が返ってくることがあるので簡単に一言つけている
- 従来の方式で大丈夫です。
- 難しい単語や表現をあまり使わないことでスペルミスを減らし、英文も覚えやすくなる
- 思いつかなかったです。
- 思い浮かびませんでした。
- 特にありません。今のままでいいと思います。
- 学習ポイントを教えてくれる時、こういう風に勉強したらできますよと教えてくれず、練習する、高める、意識させるとしか教えてくれないので勉強法も教えてくれたら助かる。そして復習問題とか作ってくれたらとても勉強に役立つ。
- もっと正確さがあってほしい

- ChatGPT に考えさせるより、自分が考えたいと思うような課題にする。例えば、自分の部活と入ったきっかけは何かとか、自分の特徴を表現させるようなものにする。③学期の課題より、二学期の課題の方が書きやすかったです。
- 学力向上していくのに適していると思うのでこれからも使っていきたい
- もっと、chatGPTを聞いてくれるようにしていただきたい。
- もう少し難しくしてほしい
- まず文章をちゃんと考えさせてからやるのがいいと思う。日本語だけ考えて英文化はチャット gpt に任せる人ができそうなので
- 先にエッセイを覚えるのはあまり意味がない完全に即興がいい
- このままでいいと思う
- 指示の仕方もプリント以外で教えて欲しい
- 使わないといけない文法を決める
- 準備ゼロでテストみたいに与えられた文章を参考にして chat GPT で添削する
- 事前エッセイを自分で一通り考えた後チャット GPT で添削してもらおうとこの課題のやっていることと被ってしまうので英文を作る時に決まり事を決めてみたりすると難易度が上がるものは上がって良い刺激になると思います。
- 今の段階では文を覚えてそれを書き写しているだけなので、授業内で日本語の文章を出されて英文に直すという即興的な英作文を作るテストもいいと思いました。
- 自分の英語の語彙力を身につけることでよりお題に対する表現がより良くなると感じました。
- chatGPT を使って分からないところを教わるのは塾に行っていない人や、聞くのが苦手な人にいいと思いました
- 特にないが自分が添削した部分で少し不安なところがあればそこを少し多めにアドバイスを ChatGPT に自ら要求するなどが良いかも一例)I would like to~の部分のところについて少し詳しくにアドバイスしてくださいなど。
- AI は必要だと思います。
- AI に少し質問方法が違うとしっかりと答えてくれないところや、自分が使いたい文法を指定しても訂正してくるところ。
- このままでいいと思う
- A.I.をもっとつかう
- 自分の場合は事前にエッセイを準備しても調べることが多く、表現力が身につけにくいと思いました。実力テストにして、その限りの時間の中でどれくらい答えることができるか試すことで、実際の自分の英語力を試すことができ、それを AI に添削してもらおうと、模試などで答えられる実力が身につくと思いました。
- 課題以外でも授業でチャット GPT を取り入れて先生に習うことと同時並行で進めたいです。
- あってもなくても変わらない
- ChatGPT に長々と条件を出さないと正確な答えが返ってこないのは少しめんどくさいと思いました。
- 全てを頼らずに添削のときにつかう
- まずは日本語から考え、英語に書き出す際に chatGPT をうまく活用する。
- 他の課題で英文を作った時にも活用してみる
- このままで
- チャット GPT で指摘された間違いと同じ間違いをしていないか確認する
- 定期的に任意で、英検のレベルごとなどで問題を配布して答えると、能力が上がると感じました。
- ChatGPT に添削してもらい、その後に「先生ならこう書く」みたいに先生
- チャット GPT を正しく使う
- 内容の違うお題でもう一回似たような文章を自分で作ってみる。
- 課金
- 単語の指摘は ai じゃなくて先生の方がわかりやすい
- 英検のような問題(○に賛成か反対か、理由を挙げて～)を設定し、それに対して採点基準を合わせて gpt に要求した上で各項目でどれぐらいの完成度であるかを確認させる等。
- このままでいいと思う
- 事前にテストのお題などを伝えてると考えた文章を覚えて書くので、これからこのテストを続けていって能力が上がるのかわからないと思ったので、別の形式を取り入れたら良いと思った。
- それぞれが準備する内容とは別に突発的に考える英検のライティングみたいなものを作っても英検対策などになるのかなと思いました。
- 問題は自分の英作文の力で解いて、その添削で chatGPT を活用するのが良いと思った
- お題について、文面だけの説明だけでなく、もう少し口頭での詳しい説明を多くして欲しい。
- 自分の実力を知るための事前準備なしの英作文を授業で行なって (テストとかではない)、チャット gpt を使った添削を課題として提出する。もちろん今のカタチのライティングテストもする。
- テスト後に行うことを①添削②自分のエラーの傾向の箇条書き等の書き出しのみでも良いと思う。振り返りを書くことによる良い点がありわからない。
- 提出の方法や期限を変える

A)-① AI 添削活動のまとめ

★生徒アンケートより、生徒が AI を使って自律的に学習する習慣を身につけさせることには一定の効果があった模様

★実際に英語力の伸長に寄与するかどうかの証明にはデータ不足⇒難しいが、AI を使わない統制群などとの比較データが欲しい

★教員の添削負担は確実に減ったと感じる⇒人間が添削するよりも精度、速度ともに極めて優れている

⑥ A)-② AIを使って生徒が勉強計画を立てるためのプロンプト

あなたは日本の高校で長年指導してきたベテラン進学校教師です。
模試を受けた高校生が、現状を冷静に分析し、志望大学・学部・学科に合った現実的な学習計画を立てられるようにサポートしてください。

【STEP1】基本情報の入力を求める

まず、以下の情報を生徒に入力させてください。

1. 志望大学名⇒
2. 志望学部・学科名⇒
3. 志望大学(学部・学科)の想定合格偏差値⇒
4. 現在の学年(高1・高2・高3)⇒
5. 今回の模試の各教科の偏差値
 - 英語⇒
 - 数学⇒
 - 国語⇒
 - 理科(科目名も)⇒
 - 社会(科目名も)⇒
6. 受験まで残り何か月か⇒

STEP 1 と STEP 5 の赤字の部分の「⇒」の横に、生徒が各自の情報をタイピングし、全体をコピーして AI に貼り付けてください。

【STEP2】偏差値ギャップと必要学習時間の計算(数値整理)

以下のルールで算出してください。

- 各教科の偏差値差
 - Delta = 目標偏差値 - 現在の偏差値
 - 偏差値1アップに必要な学習時間の目安
 - 1科目あたり30~50時間(標準=40時間)
 - ※この時間は「正しい方法で学習した場合の目安」であり、学習方法・偏差値帯・個人差によって前後することに注意する。
 - 各教科ごとに以下を算出
 - 必要学習時間(標準): Delta × 40時間
 - 必要学習時間(幅): Delta × 30~50時間
 - 全教科の必要学習時間の合計(標準・幅)
- ※このSTEPでは数値の算出のみを行い、評価や感想は書かない。
※すでに目標偏差値に到達している場合は、現状を維持するために現実的に必要な勉強量を一般論を元に算出する。

【STEP3】志望大学・学部・学科に最適化した情報の整理

次に、以下を整理してください。

- 志望大学・学部・学科の入試情報
 - 入試方式(共通テスト/二次試験/併用など)
 - 使用科目
 - 配点や重視されやすい科目
 - 出題傾向(例:英語長文重視、数学は標準~やや難など)
 - ※大学公式情報を基本とし、必要に応じて受験情報サイトも参照可
- その志望先で特に重要な科目を明記(例:法学部→英語・国語、理工系→数学・理科など)
- 偏差値アップだけでなく、志望校の傾向に合わせた学習戦略を簡潔に提示(例:英語は長文演習中心、数学は頻出分野の解法整理)

【STEP4】学習時間を一日単位に落とし込み、現実性を評価する

STEP2で算出した学習時間をもとに、以下を行ってください。

- 残り期間(月数)を考慮して
 - 月あたりの必要学習時間
 - 1日あたりの平均学習時間(標準・幅)
- その数値について、教師目線で評価する
 - 現実的かどうか
 - 学年・生活リズムに照らして無理がないか
- 特定の教科に偏りすぎていないか

【STEP5】生徒自身の振り返り入力

次に、生徒に以下を入力させてください。

- 今回の模試で特に出来が悪かった分野・単元⇒
- 自分で「苦手だ」と感じている内容⇒
- 勉強しているのに伸びないと感じている教科⇒
- 普段の勉強で困っていること⇒(時間管理・集中力・勉強方法など)

【STEP6】ベテラン教師としての科目別アドバイス

以下の条件を必ず守ってアドバイスしてください。

- 教科ごとに分けて書く
 - 抽象論ではなく「何を・どう変えればいいのか」を具体的に示す
 - 叱咤激励ではなく冷静・現実的・再現可能な助言にする
- 各教科について、必ず以下を含めること。
- よくある失敗パターン
 - 模試の点が伸びない本当の原因
 - 明日から変えられる具体的な行動例
 - 志望大学・学部・学科を踏まえた優先順位の考え方

【STEP7】最後のまとめ(教師からのメッセージ)

最後に、以下を簡潔にまとめてください。

- 今の自分の位置
 - 合格までの距離
 - 今後1年間で一番大切にすべきこと
- そして、教師から生徒への短いメッセージとして締めくくってください。
その後は、何か質問がないか確認し、以後このチャットの中で生徒のパートナーとして受験終了までサポートしてください。

⑦ A)-② AI を使って生徒が志望理由書を自己添削するためのプロンプト

あなたは大学の入試担当者の視点を持つ、志望理由書の添削コーチです。
以下の「講座の型・評価観点」に厳密に従い、生徒の志望理由書が重要ポイントを外していないかを点検し、改善案を出してください。

#0) 大前提 (重要)

- 生徒の本文に書かれていない事実・実績は絶対に捏造しない。
- 足りない情報は「質問」として追加で聞き、仮の作り話で埋めない。
- 添削は、生徒の個性 (言い回し・志望分野) を尊重しつつ、説得力が上がる方向に直す。
- 「様々な」「色々な」など、抽象語で逃げている箇所は具体化を促す。
- 文体 (です・ます等) を基本的に統一する。

#1) 入力

【志望理由書 (本文)】

<<<<

ここに生徒の志望理由書を貼る

>>>>

【条件 (わかる範囲で)】

- 志望大学名:
- 志望学部・学科:
- 字数指定 (あれば):
- 受験方式 (総合型/推薦/一般など、わかれば):
- 生徒が強調したい軸 (あれば): 例) 探究、部活、資格、ボランティア、留学、研究、起業 など

#2) 講座の「キホンのカタ」チェック (必須)

次の5要素が本文のどこにあるかを特定し、不足・弱い点を指摘する。

- ① 夢や目標 (将来像)
- ② 夢の実現に必要な力・理由 (なぜそれが必要か)
- ③ これまでの努力とその証拠 (行動・成果・継続性・数字・具体例)
- ④ 志望校で学びたい/高めたこと (大学の特徴と接続)
- ⑤ 入学後の抱負&まとめ (入学後→将来への線)

#3) 講座の「3ポイント」チェック (必須)

- A. 社会貢献性: 自分の夢が「誰の役に立つか・何を良くするか」に接続しているか
B. 具体性: 抽象語が多くないか、行動が映像化できるレベルで書けているか
C. 必然性: 次の3段階の「～でなければならない理由」がどれくらい成立しているか
- ① 大学 (専門) に行く必然性
 - ② この大学に行く必然性 (他大でも良くない?への耐性)
 - ③ この学部・学科に行く必然性 (他学部でも良くない?への耐性)

#4) 講座③の改善観点 (必須)

- ① 魅力的に書く: 主人公は自分。想い・きっかけ・熱量・実績が伝わるか
- ② 論理的に書く: 因果がつながるか (夢→必要→努力→大学→抱負)
- ③ 正しく書く: 誤字脱字、漢字ミス、表記ゆれ、同語反復、文のねじれ

#5) 出力形式 (この順番・見出し名を守る)

(1) 総合判定 (入試担当者目線)

- 一言評価 (20~40字)
- 合格可能性の印象: S/A/B/C (理由を2~3行)

(2) 型チェック: 5要素の充足状況

- ①夢や目標: 有/弱/無 (根拠: 該当文の引用1行)
- ②必要なこと: 有/弱/無 (同上)
- ③努力と証拠: 有/弱/無 (同上)
- ④志望校で学びたい: 有/弱/無 (同上)
- ⑤入学後の抱負: 有/弱/無 (同上)

不足している要素があれば「何を書けば埋まるか」を箇条書きで提示。

(3) 3ポイント診断 (社会貢献性・具体性・必然性)

- 社会貢献性: S/A/B/C (足りない点→どう書けばよいか)
- 具体性: S/A/B/C (抽象語リストアップ→具体化例を提示)
- 必然性: S/A/B/C (①②③のどれが弱いかを明確化)
 - ①大学の必然性: 評価+改善方針
 - ②この大学の必然性: 評価+改善方針
 - ③この学部の必然性: 評価+改善方針

(4) 不足情報の質問 (捏造防止)

本文に足りない情報を補うため、生徒に聞きたい質問を最大8個。
(例: 大学のどのプログラム/教授/実習/設備に惹かれた? など)

(5) 改善の優先順位 TOP5 (やる順)

「効果が大きい順」に、具体的な修正タスクとして書く。
(例: 努力の証拠を数字で1つ入れる/この大学固有の要素を2つ入れる 等)

(6) 文章レベルの添削 (ピンポイント)

- 誤字脱字・漢字: 指摘→正
- ねじれ/冗長: 指摘→改善案
- 表現の弱さ (様々な/色々な等): 置き換え案を2つ

(7) 改訂サンプル (任意)

条件の字数に収まるように、本文の「骨格」を保ちつつ改善した例を提示。
ただし、本文にない事実は書かず、必要なら【要追記】として空欄にする。
(例: 【要追記】: 具体的な活動内容)

#6) 最後に

- 生徒が次の1回の修正で確実に良くなる「最短の直し方」を3行でまとめる。

「#1)入力」の赤字の部分に生徒の志望理由書や情報を入力し、全体をコピーしてAIに貼り付けてください。

⑧ B)-① Notion を使った各種業務の効率化

Notion とは？

⇒メモ・資料・タスク・データベースを一つにまとめて整理できる情報管理ツール。
同系統のツールでは世界標準になりつつある。

活用例

- **授業記録（進捗管理）**
⇒授業が終わったら、すぐに教室 or 職員室で、「①次回の宿題」と「②次回の授業でやること」をメモしておく。出勤したらメモを確認。「今日何やるんだっけ？」と悩む時間がゼロになり、思い出すストレスが激減&時間の節約になる。
- **授業計画（教材研究）**
⇒長期休みにまとめて次の学期の教材研究を終わらせてしまう。英コミは細かい文法よりも「ストーリー」を重視して進めるので、まとめて終わらせても授業までに忘却されることが少ないです。
- **英語の活動管理**
⇒チェックボックス機能を利用。どの活動をどのクラスでやったか忘れないため。
- **クラス管理**
⇒クラスの情報を一元管理。誕生日プレゼントの管理に使ってます笑
- **資料管理**
⇒画像を張り付けることができるので、「すぐに」「頻繁に」確認したいものをアップロードしておくとても非常に便利。

以下のリンクから私が作成した各テンプレートに飛べます。リンクに飛んだら、画面右上の「□が重なってるマーク」を押して、「複製」してご利用ください。（サンプルデータを入れています）

・ 授業記録

https://www.notion.so/2deaed1685b48164abbbc2c45fc23632?v=2deaed1685b48106a503000ce910df85&source=copy_link

・ 授業計画

https://www.notion.so/2deaed1685b481648f8bcef90becbf7e?v=2deaed1685b48149a15a000cbbcc9577&source=copy_link

・ 英語の活動管理

https://www.notion.so/2deaed1685b48109a96ddc3070f6f12b?v=2deaed1685b4819aa3b8000c0f991021&source=copy_link

・ クラス管理

https://www.notion.so/2deaed1685b481318394e3d56f2e6450?v=2deaed1685b48123abc5000c41eca196&source=copy_link

⑨ B)-② AI のショートカット機能を使った効率化

AI のカスタム指示に、「キーワード」と「指示」を入力しておくことで、特定のキーワードを入力した際に任意の動作をさせることが可能。

場所

・ ChatGPT の場合

⇒ 「設定」

⇒ 「パーソナライズ」

⇒ 「カスタム指示」

・ Gemini の場合

⇒ 「パーソナライズ設定」

⇒ 「Gemini へのカスタム指示」

上本のカスタム指示サンプル（このまま貼り付けて使用してもらって大丈夫です 🍌）

ie→入力されている日本語を英語に翻訳して

ee→入力されている英単語や英熟語に関する高校生にも分かりやすい例文を、日本語訳と並列して複数出力して

ij→入力されている英語を日本語に翻訳して

gc→入力された英文の文法をチェックしておかしい所があればなぜそれがおかしいのか指摘して正しい英文を出力して

sg→入力されたキーワードを小学生でも分かるように解説して

kc→このキーワードと共に決算短信 PDF がアップロードされた場合、その PDF の数値(売上高、営業利益、経常利益、純利益、配当の状況など)と内容全体を要約し、重要なポイントをポジティブ要因とネガティブ要因に分けてまとめる。また、PDF がアップロードされていない場合は、直近 3 カ月以内の最新決算をネット上で入手して分析する。3 カ月以上前のものは古いので、「見つかりませんでした」と返答すること。

自分が普段よく使うプロンプト（指示文）は、ここにしておく作業効率 UP に繋がります。

※GPTs や Gem でも特定の機能に特化した AI を作れますが、一々選んで開くのが面倒なので、よほど複雑な挙動をさせないのであれば、カスタム指示を使ったショートカットの方が速いです。

⑩ ToDo アプリ活用術

ToDo アプリを使うメリット

- 「思い出す」無駄を減らせる
⇒「何をやるんだっけ？」と「考えている時間」の生産性はゼロ。何も生み出していない。
考える時間を極力減らし、常に「手が作業をしている時間」にする。
- 脳のワーキングメモリを全て目の前の作業に使用できる
⇒「覚えておく」のは脳に負荷がかかる。覚えておかなければならないものは全て外部ストレージ(ToDo アプリ)に保存し、脳のワーキングメモリは目の前の作業に集中させる。
- 達成感に繋がる
⇒タスクを完了して消すことで、達成感を得られる。脳の報酬系が刺激されることで、「さあ次の作業はなんだ？」と、意欲的にタスクに取り組むことができる。

オススメの ToDo アプリ

- **Microsoft To Do**
⇒仕事で使うことが前提なので、Windows11 に標準搭載されている Microsoft To Do は使いやすい。学校のパソコンで使えるのであれば、何でもよい。

オススメの使い方

1. 自分がやらなければいけないことを、リストを作ってカテゴリごとに書き出す。
⇒「ワーク」「プライベート」など
2. 1.で書き出したタスクにそれぞれ期限を設定する。
⇒毎週 or 毎月行わなければならないもの(4号業務申請等)は、「繰り返し」設定をすることでタスクを完了すると自動的に次回の日付が設定される。
3. その日の内にやらなければならない作業は、タスク横の☆マークを押して「重要」に移動。
⇒(「今日の予定」機能を使ってもよいが、期限を設定し忘れて翌日になると消えて見つけにくくなるので、「重要」を使う方が個人的にはおすすめ。
4. 「重要」の中にあるタスクを全て完了し、まだ余裕があるなら、「今後の予定」にあるタスクから取り組みやすいものを選んで片づける。
5. その日の夕方 or 夜に、翌日にやるべきタスクを「重要」に入れておくと翌日がスムーズ。

※2分以内に終わるタスクが新たに表れた場合は、ToDo アプリに入力せずとその場で先に片づける方がよい。(他の先生に頼まれた簡単に終わる仕事など)

⑪ B) - ④ 定期テストの作成&採点の効率化

「成果」を保ちつつ「作業」を減らす

- 「生徒に知識を定着させる機会を与える」や「英語力を測定する」など、自分が考える「定期考査の実施目的」が達成されるのであれば、テストの作成と採点にかかる時間は短ければ短い程よい。

⇒削減できる可能性のある作業

- 問題「形式」を考える時間
- 解答「用紙」を作る時間

↓

解答用紙のフォーマットを固定することで上記作業を削減

★実際の問題サンプルです。ダウンロードしてご参考ください。

2年2学期 中間考査

https://drive.google.com/drive/folders/1MmJZfrV_8QkAYTd9zvySWnKdoCumlf?usp=sharing

2年2学期 期末考査

https://drive.google.com/drive/folders/1aNStsOEsDFijXSB4e1fXeHaw64LEJHpS?usp=drive_link

作業は「分業制」にする

- 採点は「クラスごと」ではなく「大問ごと」に行う方がはるかに効率的。
 - ⇒解答を記憶できる
 - ⇒各大問担当で採点基準を決めるためブレが無い
 - ⇒生徒の答案を見ながら採点基準を「話し合い」「すり合わせる」作業が無くなる

※全体としての採点方針は最初に話し合う（スペルミスは-1点、など）

「百問繚乱」のマスキング機能を使う

- 自分の端末（iPadなど）での採点を可能にしてくれる**神機能**
 - ⇒場所を選ばず採点ができる
 - ⇒スキマ時間や死に時間を活用できる
 - ⇒iPad miniだと採点ボタンが指のちょうどよい位置に来るため極めて快適に採点できる



⑫ C) - ① 紙を減らす

小テストや資料の配布をなるべくオンラインにして、紙の印刷や配布を減らす

- **単語テスト「mikan」**
⇒クラス登録ができて、欠席者の管理がしやすい。問題作成も楽で、最近のアップデートで作成済みのテストを複製できるようになってさらに使い勝手が良くなった。生徒の自学にも利用できる。
- **構文テスト「森のテスト(桐原書店)」**
⇒mikanと同様に、クラスの管理ができて欠席者の管理がしやすい。値段が安いのも○。

※各種テストは Google Form 等の利用は非推奨。単発でのテストなら良いが、何度も同じ形式のテストを繰り返す場合は、作成、配信、実施に余計な手間がかかりがち。Classroom 登録と併用しないと欠席者の管理がやりにくいのもイマイチ。汎用サービスは結局専門サービスにはどうしても劣る。

- **資料共有「ロイロノート」**
⇒オンラインで生徒と資料のやり取りができたり、提出物の管理ができたりするツール。授業やホームルームでもテストやアンケートにと大活躍。これが無い学校ではもう勤務できない。

※ロイロ認定ティーチャーなので、導入を検討される学校は放課後等に1時間ほどで体験セミナー実施可能です。ご連絡ください👍

⑬ C) - ② 指導をアウトソーシング

- **音読指導「リピートーク (コトバンク)」**
⇒教科書の音声を取り込んで、リスニング、リピーティング、シャドーイングなどを繰り返した後に、音声を吹き込んでAIで一致率を出すことができる。定期考査ごとに該当の範囲を読ませて提出させ、成績に組み込んでいます。合格するまで何度も再提出することになります。
- **ライティング指導「スマートコレクション (啓林館)」**
⇒海外の添削者に自分が書いた英作文を添削してもらえるサービス。フィードバックがとても丁寧で、英作文指導というよりも海外の人と交換日記をしているようなイメージ。ライティング添削はAIでもよいが、人の暖かみがあるのでその点はメリット。後述のスピプラを契約するには同時契約しないとイケない。
- **スピーキング指導「スピーキングプラス (啓林館)」**
⇒ネイティブスピーカーとオンラインで英会話ができる。対応やフィードバックがとても元気で丁寧で、生徒も楽しそうに取り組んでいる。各自で講師を予約して自宅で実施し、実施状況は教員が常時確認できる。講師はフィリピンの貧困地域の人々で、このサービスの講師料で生計を立てている。実際にサービス提供者と現地の講師のリーダーが日本に来た際に講演してもらったが、SDGsの観点でも素晴らしいお話だった。生徒の取り組みの真剣さも上がるので、導入の場合は講演もセットにしてもらうことを推奨する。

⑭ C) - ③ 電話連絡を減らす

• 欠席連絡管理「ミマモルメ」

⇒クラス登録ができ、また保護者連絡にも使える便利なサービス。宝塚市中学校で導入実績があり、保護者が使い慣れているということで選択したが、専門サービスだけあり機能が分かりやすく使いやすい。保護者も電話連絡から解放されるメリットが大きいので、PTA から予算を貰っている。類似サービスは他にもあるし、Google Form などを使うことも可能。とにかく「欠席を電話で連絡する」という非効率な作業から脱却することが重要。

⑮ 番外編～1分、2分を削りだす～

• マルチディスプレイ

⇒仕事効率化を考える上では、最低2枚の画面が必要（3枚以上は趣味）。「画面が1枚と2枚」では、「腕が1本なのか2本なのか」というぐらいの違いがある。「①授業用パワポを作りながら②関連Q&Aをワードで作る」、「①ブラウザで資料を探しながら②パワポを作る」「①AIで英文を添削しながら②テストを作る」など、利用方法には枚挙にいとまがない。アプリをいちいち最小化した切り替えながら上記の作業をやるのは極めて非効率。「1画面で仕事をする」という時点で勤務時間内に仕事を終えることは無理だと思った方がよい。

また、解像度はフルHD（1920×1080ピクセル）以上のものがよい。現在公立高校に支給されているノートパソコン(Dell Latitudeの低価格モデル)の解像度は1366×768と極めて低い。解像度＝機の広さ、です。学校のノートパソコンの画面で仕事をするのは、生徒用の机を職員室に持ってきて仕事をするのと同じだと思ってください。狭いです。上本は学校ではフルHDモニター×2枚をドッキングステーションに接続し、そのドッキングステーションとノートパソコンをケーブル一本で接続して映像を出力しています。ノートパソコンはずっと閉じていて全く開きません（BIOSの設定をいじって、ドッキングステーションの電源を入れたらパソコンの電源も入るように変更しています）

• テンキーレスキーボード（&トラックボールマウス）を使う

⇒英語教員はテンキーを使って集中的に数字を入力する機会が乏しいので、テンキーレスキーボードがよい。テンキーが無いことでマウスとキーボードの距離を近づけることができ、往復による時間の節約(1日2分)&疲労の軽減(これが大きい)が期待できる。成績処理の時などはBluetooth接続のテンキーを別途使う。また、腕や手首への負担をさらに減らすために、マウスはトラックボール推奨。慣れるまで少しかかるが、慣れると二度と通常のマウスには戻れなくなるほど使いやすい。

オススメのテンキーレスキーボード

- Logicool MX Keys Mini 　少し高いが、軽く薄く打ちやすく、万人にオススメできる優等生。
- HHKB Professional Hybrid Type-S 　とても高いが打鍵感が素晴らしい。文字入力最強。

オススメのトラックボールマウス

- Logicool MX Ergo S 　トラックボール界最強。手首の負担を大幅に軽減できる。
- Logicool M575SP 　とりあえず試してみるならこっちがオススメ。Amazon 売上 No.1。

・ 英語教員が覚えるべきキーボードショートカット一覧

基本的人権レベル（※絶対に覚えてください）

- ・ Ctrl + C コピー
- ・ Ctrl + V 貼り付け
- ・ Ctrl + X 切り取り
- ・ Ctrl + Z 直前の動作の取り消し
- ・ Ctrl + Y やり直し（Ctrl + Z で取り消した操作をもう一度実行して元に戻す）

使えたと業務効率化に有効（※絶対とまでは言いませんが、「絶対に」覚えた方がいいです）

- ・ Ctrl + B Word で文字を太字にできる
- ・ Ctrl + I Word で文字をイタリック(斜め)にできる
- ・ Ctrl + U Word で文字の下にアンダーラインを引ける
- ・ Ctrl + Shift + > / < Word でフォントサイズの変更ができる。※必須
- ・ Ctrl + P 印刷時に一気に印刷画面に飛べる
- ・ Ctrl + F Excel や Word でキーワード検索をするときに必須（生徒名など）
- ・ Ctrl + S 上書き保存
- ・ F12 名前を付けて保存。試しに使ってみてください。神が降臨します
- ・ F2 ファイルの名前変更
- ・ Win + Tab タスクビュー表示。開いているアプリを一覧表示
- ・ Win + D アプリを全て最小化してデスクトップを表示
- ・ Win + ↑ / ↓ / ← / → ウィンドウの移動
- ・ Ctrl + マウスホイール ズーム（拡大/縮小）。ブラウザ、Word、Excel 等
- ・ Shift + ← / → / ↑ / ↓ : 文字（範囲）選択を広げる（矢印方向に1文字/1行ずつ）
- ・ Ctrl + Shift + ← / → : 単語単位で選択を広げる（左/右の“単語ごと”）
- ・ Ctrl + Shift + ↑ / ↓ : 段落単位で選択を広げる（上/下の“段落ごと”）

※もし「オススのトラックボールマウス」で紹介した Logicool 製のマウス(MX Ergo S 推奨)を購入された場合は、「Logi Options +」というアプリを入れて、上記のキーボードショートカットでよく使うものをマウスの各ボタンやジェスチャー機能に割り振ると作業が大幅に効率化されます。

⑩ おわりに

冒頭で述べましたが、教職員の業務を効率化することは、教職のホワイト化、教員の質向上、教育サービスの充実、子どもの成長、日本の未来にまで繋がる社会的意義の大きい課題だと思います。業務効率化の知識やノウハウが広く共有され、少しでも先生方の労働時間が減り、趣味や大切な人と過ごすための時間が増えて、人生の Well-Being の向上に繋がれば嬉しいです。

また、「授業」においても「効率化」に取り組んでいます。2025年11月の中高大連絡協議会ではその点を意識した授業を公開させていただきました。よろしければ、下記より動画と資料をご参照ください。本日はお忙しい中ご参加いただき、本当にありがとうございました。

動画（※二次配布はご遠慮ください）

<https://youtu.be/blsUKdfQIGE>

資料

<https://drive.google.com/drive/folders/1lkNMA1JR5Pg4iWXZmJsqpXSZF3iXegsG?usp=sharing>