

出願準備編

今ログ を活用して 活動報告書 を準備する

- ◆活動報告書とは？
- ◆活動報告書を「今ログ」で準備しよう
 - ・今ログとは？
 - ・今ログを使った活動報告書の準備～出願



この動画では、活動報告書の説明と、その準備サイトである「今ログ」をご紹介します、今ログを利用した実際の出願までの流れを見ていきます。

活動報告書とは？

CASE 1



意欲的に取り組んだ活動

CASE 2



課題研究

CASE 3



資格・検定・コンテスト
等の状況

活動報告書とは何でしょうか？

ここでは活動報告書の3つの項目と、その内容についてご説明します。

活動報告書とは？

➤ 活動報告書は、**出願時の提出物の1つ**です。

➤ 以下の、**3つの項目**からなります。

A) 意欲的に取り組んだ活動

B) 課題研究

C) 資格・検定等

インターネットで
入力・提出します



➤ **選抜により、求める項目(A～C)は異なります。**

※詳細は、募集要項で確認してください。



活動報告書は、出願時の提出物の1つです。

高知大学はインターネット出願なので、紙での提出は不要です。活動報告書は出願の際に、インターネット上の出願サイトを介して提出します。

活動報告書は、「意欲的に取り組んだ活動」「課題研究」「資格・検定等」の3つの項目からなります。

全部で3つの項目がありますが、ある選抜では3項目全部、別の選抜ではAの意欲的に取り組んだ活動のみというように、選抜ごとに提出する項目は異なります。どの項目が出願に必要なのかは、募集要項で公表しますので、必ず確認してください。

活動報告書とは？

A) 意欲的に取り組んだ活動

中学校卒業後に意欲的に取り組んだ活動（例：部活動、生徒会活動、ボランティア活動、留学、就業経験、家事・家業、など）

入力内容

- **タイトル**：100字以内
- **活動期間**：プルダウンで選択（3カ月未満、3カ月以上6カ月未満、6カ月以上1年未満、1年以上2年未満、2年以上）
- **内容**：300字以内
- **参考資料**：あれば郵送する



ここからは、活動報告書を構成する3つの項目について、1つずつ説明していきます。

まず最初は、Aの意欲的に取り組んだ活動です。

これには、皆さんが中学校卒業後に意欲的に取り組んできた活動が該当します。例えば、学校での部活動や委員会活動、またボランティア活動や就業経験など学校外での活動ももちろん当てはまります。皆さんが熱意を持って取り組んだ活動について述べてください。

入力内容は、タイトルが100字以内です。例えば「テニス部」などがタイトルになりますが、無理に長いタイトルをつけて100字に近づける必要はありません。

活動期間は選択肢から選びます。

活動内容は300字以内です。あなたが行った活動について説明してください。例えば、あなたの努力や成果についてや、集団での活動ならばあなたの役割や貢献についても述べてください。

参考資料は、活動内容を補足したり、その内容をアピールするためのものです。参考資料は必ずしも提出する必要はありませんが、記述内容の証明や補足、アピールできるものがあれば、是非提出してください。

提出する場合は、出願書類と一緒に郵送してください。提出する資料は原本でもコピーでも構いませんが、返却しませんのでご注意ください。

活動報告書とは？

B) 課題研究

関心のある事柄について計画的に学習を深めたり、疑問を解明したりしようとするものです。

多くの場合、その成果をレポート等にまとめます。



入力内容

- **タイトル**：100字以内
- **選んだ理由**：プルダウンで選択
- **概要**：300字以内
- **活動人数**：プルダウンで選択
- **活動期間**：プルダウンで選択
- **補足**：300字以内
- **問い合わせ先**（指導教員）
- **参考資料**：あれば郵送する

次はBの課題研究です。

課題研究とは、個人またはグループで、関心のある事柄について計画的に学習を深めたり、疑問を解明したりしようとするものです。多くの場合、その成果をレポート等にまとめます。

タイトルとして課題研究のテーマや題材を入力してください。無理に100字に近づける必要はありません。

この研究を選んだ理由を選びます。選択肢は、もともと関心があった、授業・教科書・書籍等で関心を持った、卒業生や先輩のテーマを引き継いだ、先生や他の生徒等から提案された、その他の5つです。その他には100字以内で入力できます。

課題研究の概要について300字以内で簡潔に述べてください。

活動人数と活動期間は選択肢から選びます。

その他に補足したいことがあれば、300字以内で述べることができます。授与された賞や、グループ研究におけるあなたの役割、感想などを入力できます。必須ではありませんので、無理に書く必要はありません。

添付したい参考資料があれば、出願書類と一緒に郵送してください。

活動報告書とは？

C) 資格・検定等

取得した時期は、限定しません！
中学校以前のものでもOK

入力内容

【英語資格検定】

- 検定の名称
- 級・スコア
- 取得年月



【英語以外のもの】

- 資格等の名称
- 級・スコア・賞等
- 取得年月



※ 合格証書や認定書等の郵送が必要です（コピーでも可）。

最後にCの資格・検定等です。

ここでは、取得した資格や合格した検定、コンテスト等の受賞歴などについて入力します。取得した時期は限定しませんので、中学校以前に取得したものでも入力できます。

入力内容は、「英語に関するもの」と「英語以外のもの」に大きくわかれます。それぞれ、検定や資格等の名称、取得した級・スコア・賞と取得した年月を入力してください。

合格証書や認定書等の証明できる書類を、出願書類と一緒に郵送してください。書類は返却しませんのでコピーでも大丈夫です。

活動報告書を「今ログ」で準備しよう



さて、今までご説明してきたこの活動報告書ですが、出願に向けて準備していかなくてははいけません。

ここでは、ネット上の「今ログ」というサイトを使って、活動報告書を準備する方法についてご紹介します。

「今ログ」とは…？

四国の5国立大学が共同で運営する出願準備サイトです



出願に必要な情報を
あらかじめ記録できます

- 住所
- 氏名
- 高校
- 活動報告書 ... etc.

大学は記録された情報を
閲覧しません



出願のためだけでなく
ポートフォリオとして
活用できます

誰でも利用できます

出願サイトと
連動するので…

今ログに記録した情報は、
出願時に簡単に
呼び出すことができます

今ログで
準備しておく
出願が楽だね♪



今ログは、四国の5つの国立大学が共同で運営する「出願準備サイト」です。

今ログは、出願のためだけでなく自身の活動を記録する「ポートフォリオ」としても活用できます。ですから、出願に関わらず、また受験生でなくとも誰でも自由に利用できます。

今ログには、住所・氏名など、出願に必要な情報をあらかじめ記録することができます。

今ログは出願サイトと連動するので、今ログに記録した情報は、出願時に簡単に呼び出すことができます。しかも大学は今ログに記録されている情報を見ることができないようになっているので、安心してお使いいただけます。

今ログを使った活動報告書の準備～出願

高知大学HP

受験生サイト

今ログ



「受験生サイト」をクリック！

高校生・受験生向け **受験生サイト**
CLICK!

今ログは、高知大学HPからアクセスできます。

高知大学HPにアクセスして、「受験生サイト」をクリック、受験生サイトの下の方にある「今ログ」をクリックしてください。

活動報告書の記録を開始する場合は「記録する」をクリックします。

今ログを使った活動報告書の準備～出願



今ログの利用方法

1. メールアドレスを登録

今ログを使った活動報告書の準備～出願

ユーザーID

ユーザーID (メールアドレス)

パスワード

パスワード

パスワードを表示

[パスワードを忘れた場合はこちら](#)

[ログイン](#)

新規の場合はこちら

初めて利用する場合は新規登録ボタンからユーザー登録をしてください。

[新規登録](#)

今ログの利用方法

1. メールアドレスを登録

今ログを利用するには、最初にメールアドレスを登録します。

「記録する」、「新規登録」をクリックして、メールアドレスを登録します。

今ログを使った活動報告書の準備～出願

四国国立5大学 進学支援サイト

このサイトについて

四国国立5大学進学支援サイトトップに戻る

メールアドレス登録

メールアドレス登録

当サービスの利用にはメールアドレスの登録が必要です。

以下にメールアドレスを入力してください。

メールアドレス

メールアドレス

メールアドレス（確認）

メールアドレス（確認）

登録

今ログの利用方法

1. **メールアドレス**を登録

今ログを使った活動報告書の準備～出願

四国国立5大学 進学支援サイト

ログアウト

プロフィールトップに戻る

お問合せ

個人情報

活動記録

進路メモ

登録確認

活動記録

必須項目はありません。

この活動記録では、中学校卒業後に取り組んだ活動などを記録することができます。いつでも作成・変更することができます。

意欲的に取り組んだ活動 課外研究 英語に関する資格・検定 英語以外に関する資格・検定等

中学校卒業後に意欲的に取り組んだ活動について入力できます。学校での活動であれば、部活動、生徒会活動、強い興味のある教科に関する学習など、学校外の活動であれば、留学、就業経験、ボランティア活動、習い事や趣味に関する活動などです。

1. 活動の説明として、300字まで入力できます。
2. 「意欲的に取り組んだ活動」は、6件まで記録できます。

活動記録PDFダウンロード

意欲的に取り組んだ活動 1

どのような活動ですか。(例:テニス部)

0 / 100字

あなたが行った活動の説明(例:あなたの努力や成果、異国での活動ならあなたの役割や貢献)

今ログの利用方法

1. **メールアドレス**を登録

2. **個人情報（住所、氏名）**
活動報告書を記録

匿名
OK

3. **出願サイト**に情報反映

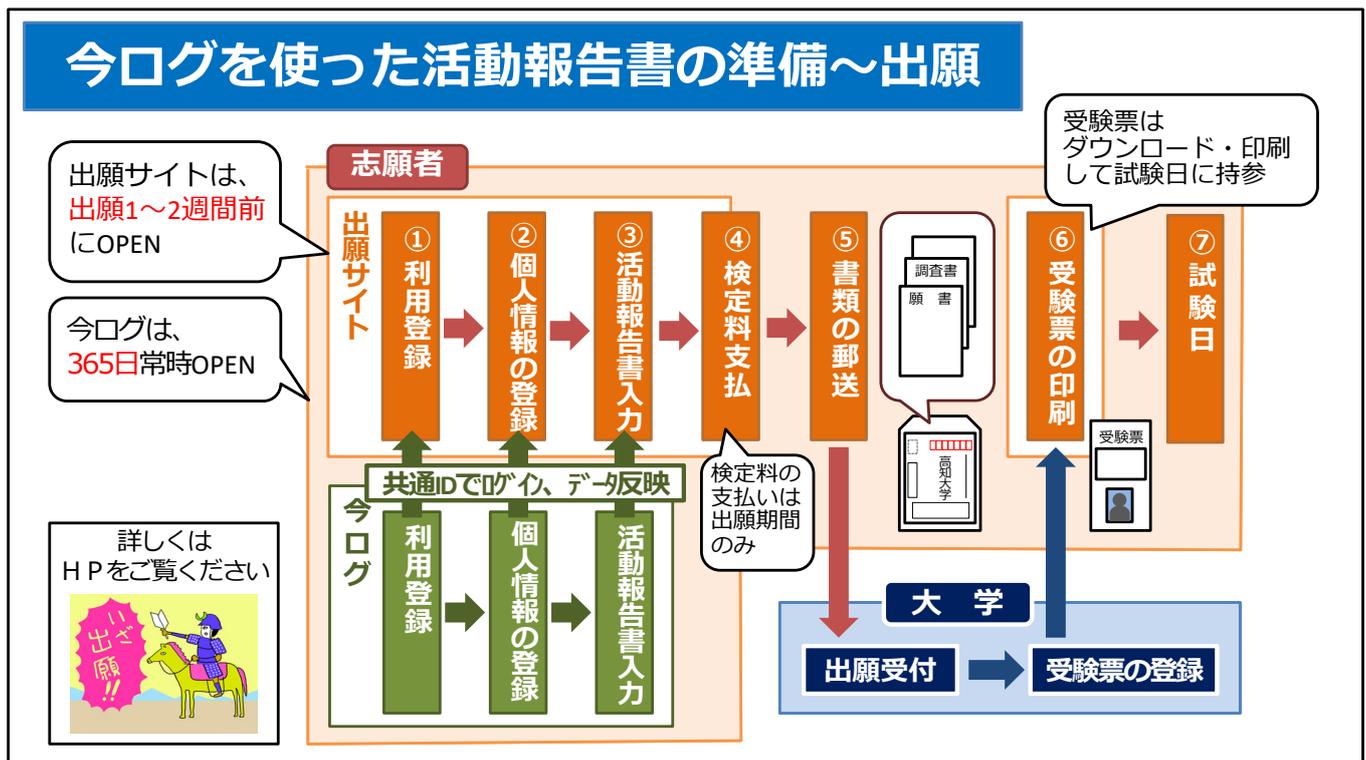
出願しなくても利用できます

仮登録のメールが届くので、メール本文中のURLにアクセスし、パスワードを設定したら、登録は完了です。

登録が完了したらログインして、住所・氏名や活動報告書を記録します。

出願時には、今ログの内容を出願サイトに反映できます。

もちろん、出願しなくても今ログは利用できるので、自身の活動を記録するポートフォリオとして大学進学準備に大いに活用してください。



ここでは、今ログで準備した情報を使って実際に出願する流れをご説明します。

出願サイトは、総合型選抜の場合は2週間前、一般選抜の場合は1週間前にオープンします。

出願サイトがオープンしたら、メールアドレス等の「利用登録」、次に住所・氏名などの「個人情報の登録」、そして「活動報告書の入力」と手順を進めますが、あらかじめ今ログに登録し入力を済ませておけば、この作業は不要です。

今ログに記録した情報を出願サイトに反映させることで、簡単に出願に必要な入力作業を済ませることができます。

今ログは出願期間に関係なく365日常時オープンしているので、今ログを使って準備をしておくとお出願の際に慌てなくていいのですね。

活動報告書の入力が完了したら、検定料を支払い、必要な書類を大学へ郵送します。

大学での受付が完了すると、出願サイトの自身のページに受験票が提示されますので、ダウンロードして印刷し試験日に持参してください。

出願に関する詳しい情報は、大学HPの受験生サイトに掲載しています。

「今ログ」を活用して、
活動報告書の準備を始めましょう！



出願準備に「早すぎる」ということはありません！

今ログを活用して、活動報告書の準備を始めましょう。