

# 伸び悩みエリートの 受験失敗パターン集

無料版サンプル

一部抜粋版

小学生トップ層→二浪京大医学部

→30代で東大理三再挑戦

その全部を踏まえて見えた

失敗・妥協・修正法

Dr. AM

2026/3/16 作成

## まえがき

この PDF は、

「小学生～2浪～京大医学部合格、その後30代で東大理三に再挑戦するまで」

の受験まわりの道のりを、できるだけ正直にまとめたものです。

医学系エビデンスを系統立てた「研究書」ではなく、実体験報告です。

よくある「成功ストーリー」ではなく、

- 模試E判定
- 本番での大失敗
- 普通は考えられないような合格の仕方
- 10年以上ぶりに大学受験に復帰した経緯

まで含めた、かなり生々しい「一例報告」だと思ってもらえれば良いかと思えます。

この PDF の主な対象は、

- これから難関大を目指す受験生
- 受験生を支える保護者や先生
- 医学部を含めた再受験を考えている社会人
- 「勉強」や「努力の続け方」に関心のある方

です。

ただし、ここに書いたことは

「こうやれば誰でも理三／医学部に行ける」

という「必勝法」ではまったくありません。

あくまで、1人の人間の、かなりいびつな軌跡です。

もうひとつ、大事な注意があります。

このストーリーには、

- 睡眠時間を削って勉強した時期
- ゲームなどにのめり込み、生活リズムが崩れた時期

などもそのまま出てきます。

これらは「真似してほしい行動」ではありません。

むしろ、

「こうすると、こういう危険がある」

という反面教師として読んでいただければと思います。

- まずは第1章～第9章までをざっと通読して、全体の流れを掴む
- あとで興味のある章だけ読み返す
- 最後に、第10章の付録（年表・判定一覧・失敗パターン集）で、自分の状況と照らし合わせる

という使い方を想定しています。

特に、第9章・第10章は

- ご自身の勉強計画を見直す
- 生徒やお子さんの状況を整理する

ときのチェックリストとしても使えるように書いてあります。

このPDFを書こうと思ったきっかけは、

「医師になってから久しぶりに共通テストを解いたら、538/800点だった」

という出来事でした。

「このままだと、自分の中身はスカスカのまま終わるのではないか」

という妙な危機感から、東大理三再挑戦を決めました。

その過程で、

- 自分がどういう判断をしてきたのか
- どこで何を勘違いしてきたのか

を整理しておきたいと思うようになり、このPDFにまとめることにしました。

あなたの受験生活のどこかのタイミングで、

「このページだけは、ちょっと刺さったかも」

と思える部分がひとつでもあれば、嬉しく思います。

2026年3月

Dr. AM

<b>まえがき</b>	・・・ 2
<b>PART 1 大学受験ストーリー編</b>	
第1章 プロローグ：なぜ30代で東大理三を目指すのか	・・・ 6
第2章 小学生～中学受験編：「才能っぽいもの」と、最初の挫折	・・・ 10
第3章 中学編：中だるみとネット・ゲーム依存	・・・ 16
第4章 高校1～2年：ゲームと「そこそこ上位」の罨	・・・ 25
第5章 高3現役：判定の乱高下と「京大医落ち」	・・・ 32
第6章 1浪：伸びたもの/伸びなかったもの	・・・ 42
第7章 2浪：理三への揺れと「大きな妥協」の合格	・・・ 47
<b>PART 2 社会人になってからの再挑戦編(さわり)</b>	
第8章 社会人になってからの理三再挑戦(さわり)	・・・ 55
<b>PART 3 フィードバック編</b>	
第9章 受験生への実践的フィードバック	・・・ 61
<b>PART 4 付録</b>	
第10章 付録	・・・ 72
<b>あとがき</b>	・・・ 82

## 第1章 プロローグ

### ——なぜ30代で東大理三を目指すのか

#### 1-1 20歳で「一度」終わったはずの受験

僕は、2浪して京都大学医学部医学科に合格しました。  
世間的には、「それで十分ゴールじゃない？」と言われる立ち位置だと思います。

実際、当時の僕も

- ・ 「とりあえず“受験ゲーム”はクリアした」
- ・ 「これからは医師としての人生がメイン」

……そんなふうに考えていました。

現役時・1浪時の京大医学部不合格、2浪目に東大理三から逃げて京大医学部を選んだこと。

それらにモヤモヤが全くなかったわけではありませんが、

「医師になれたんだから、それでいいだろう」

と、自分に言い聞かせてフタをしてきました。

#### 1-2 医師になってからの「じわじわとした違和感」

その後、何とか医師国家試験にも合格し、研修医・専攻医として働き始めます。

救急に追われ、神経内科としての知識も鍛えられ、気づけば毎日があっという間に過ぎていきました。

ただ、その一方で、

- 平日の日中は医師としての仕事をそれなりにこなしつつ
- オフの時間は、なんとなく SNS やゲームなどに時間を溶かすことが多く
- 勉強も続けてはいるものの、学生時代の「積み残し」があまりに多く、医師になってからの勉強だけではなかなか取り返しきれない

という、「働きながら少しずつ返済はしているが、過去のツケを完全には返せていない状態」が、何年も続いていました。

医師国家試験の模試（※医師国家試験模試）で偏差値 10 台を叩き出したこともあります。

それでも最後は一発逆転で合格し、「まあ、なんとかなるだろう」と思ってしまっただ部分も正直ありました。

表向きは「ちゃんと働いている医師」だけれど、内側ではずっと、

「自分はどこかで逃げ続けているのではないか」

という違和感が、じわじわと残っていたのです。

### 1-3 「このままだと中身が空っぽになる」 感覚

転機になったのは、医師になってしばらく経ち、30代で久しぶりに大学入試の共通テストを解いてみたときでした。

ブログのネタになるかも、くらいの軽い気持ちで

「たまには本気で解いてみるか」と取り組んだ結果が、538/800点（リスニング除く）。

- かつて、京大医学部を本気で目指していた頃の自分からは考えられない点数
- 当然、東大理三はおろか、難関大を語るレベルにも届かないスコア

その数字を見たときに、頭の中に浮かんだ感覚は、意外にも

「ああ、やっぱりそんなもんだよね」

ではなく、

「このままだと、自分は“中身のないまま”終わってしまうのではないか」

という、妙に生々しい危機感でした。

- 受験期にやり残したこと
  - 東大理三から逃げた2浪目の妥協
  - 医師になってからも、どこかで「最低限こなす」で済ませてきた部分
- それらが、538点という数字に全部まとめて突きつけられたような気がしたのです。

## 1-4 「もう一度ちゃんと向き合いたい」という感情

そこから、

- 「もう一度、ちゃんと大学受験と向き合ってみたい」
- 「逃げたまま終わらせた“東大理三”に、今度は正面から挑んでみたい」

という気持ちが、じわじわと大きくなっていきました。

もちろん、30代になってから、医師を辞めて受験だけに専念する、という選択肢はありません。

「仕事をきっちりこなしながら、東大理三を目指す」という、かなり無茶なコンセプトになったのも、そのためです。

そして同時に、こうも思いました。

「ここまでのグダグダな受験～医師～再受験の歴史、ちゃんと文章にして残しておいた方がいいのではないか」

## 1-5 このPDFでお話しすること

この「大学受験編」PDFでは、

- 小学生～高校時代の成績の推移と、  
2浪して京大医学部に合格するまでのリアルなプロセス
- 東大寺学園での中だるみ、ゲームなどにハマり続けたこと
- 2浪目に東大理三から逃げて京大医学部に進学した、そのときの本音
- 医師になったあと、30代で共通テスト538点を取り、  
そこから「東大理三再挑戦企画」を立ち上げるまでの流れ

を、できるだけキレイごと抜きで書いていきます。

「エリート街道まっしぐら」の成功物語ではありません。

むしろ、

- サボり癖
- 妥協や逃げ
- そこからの、遅すぎる軌道修正

といった要素のほうが圧倒的に多い人生です。

だからこそ、

- 今まさに受験に悩んでいる人
- 一度レールから外れてしまったと感じている人
- 「今さら頑張っても遅いのでは」と思っている社会人の人

のどこかに、「まだやれることはあるかもしれない」という感覚を、少しでも渡せたら嬉しいなと思っています。

次の章から、いよいよ小学生～高校時代、そして2浪京大医合格までの具体的な話に入っていきます。

## 第2章 小学生～中学受験編

### ——「才能っぽいもの」と、最初の挫折

#### 2-1 京進トップクラスで、「出来る子ポジション」に乗る

時計の針を、小学生時代まで戻してみます。

当時の私は、京進という塾の一番上のクラスに通っていました。

毎週のテストは、だいたい1～50位／300人ちょいのあたりをウロウロ。

模試（塾内の大きめのテスト）になると、一桁順位も珍しくない。

科目の得意・不得意は、今振り返ってもかなりハッキリしています。

- 算数：圧倒的な得意科目。武器その1
- 国語：はつきり苦手科目。足を引っ張る存在
- 理科：物理・化学分野はやや得意、生物は苦手、地学もやや苦手
- 社会：地理がやや苦手、日本史が比較的得意、政治経済は「まあまあ」

そしてもう一つ象徴的なのが、「記憶コンテスト」。

これで3回優勝・2回準優勝・1回盛大に失敗という戦績を残しています。

このあたりの体験から、

「自分はそれなりに“出来る側”の人間なんだろう」

という自己イメージが、少しずつ出来上がっていきました。

今思えば、ここで生まれた「才能っぽい自己像」が、後々まで良くも悪くもつきまとってきます。

#### 2-2 塾内1位という「頂点」と、その直後の失速

小6の夏。

京進の大きな模試で、ついに塾内1位を取ります。

- 「あ、これは本当にイケてるんじゃないか」
- 「ちゃんとやれば、関西トップレベルも全然射程内なんじゃないか」

そんな慢心と自信が、同時にふくらんだ瞬間でした。  
しかし、その“頂点”から、すぐに失速が始まります。  
その後の京進内の毎週テストでは、明らかに成績が振るわなくなっていく。  
今になって分析すると、

- 1位を取った安心感から、どこかでペース配分をミスった
- 「算数で押し切れるだろう」と思って、苦手科目の立て直しをサボった

といった要素が、じわじわ効いていたのだと思います。  
手応えがあるのに、点数としては伸びない。  
そういう「噛み合わなさ」が続き、ここで一度、塾自体を変えることになりま  
す。

## 2-3 希学園へ：「環境を変えれば何とかなる」期

そこで選んだのが希学園でした。  
在籍期間は、わずか2~3ヶ月と短いものの、いくつか印象的なことがあります。  
まず、最初の校内テスト。  
これは偏差値51くらいという、数字だけ見れば平凡なスタートでした。  
ただし、このテストには  
「他の塾生にはあらかじめ試験範囲が伝えられていたらしい」  
という事情があったようで、それを加味すると「まあまあ健闘」とも言えま  
す。  
その後、希学園の模試では、

- 灘中：B判定
- 東大寺学園：A判定

という結果が出ます。

ここでまた、

「やっぱり自分は、上を狙えるポジションにいるんだ」

という感覚が、静かに戻ってきます。

この「環境を変えれば何とかなる」という成功（らしきもの）が、  
後々の“逃げグセ”に、うっすらとつながっていくのかもしれない。

## 2-4 東大寺補欠合格という、最初の大きな揺れ

そして迎えた、本番入試。

ターゲットは、東大寺学園中学校。

判定的には「A判定」、いけるはずだ、と信じていました。

実際の得点は、だいたい次の通りです（数字は当時の記憶ベース）。

- 国語：51点（平均49点くらい）
- 算数：84点（平均は60点台後半？）
- 理科：63点前後（平均66点前後？）
- 社会：71点（平均60点前半くらい？）

結果は——4点差で不合格。

手応えも、判定も、それなりにあった中での「4点」。

この微妙な差での不合格は、小学生なりに相当こたえました。

ちなみに、この東大寺不合格を受けて、

同じ日に受けていた灘は敬遠し、代わりに洛星、別日に洛南を受験。

こちらはどちらも正規合格となります。

その後、東大寺から補欠合格の知らせが届き、

最終的には「東大寺学園に進学する」という形に落ち着きました。

ただ、この「4点差で一度落ちてからの補欠合格」という流れは、

- 「自分はやれば出来る」
- 「でも、大事なところで少しだけ届かない」

という、後の人生でも繰り返し出てくるパターンの原型になっていたのかもしれない。

## ミニコラム：塾を変える前に、本当は見直せた3つのこと

小学生～中学受験期の自分を振り返ると、

- 塾のクラスは上位
- 模試の成績もそれなり
- 「自分は出来る側」という空気の中で走っていた

…までは良かったのですが、成績が揺れ始めたときに  
本当に見るべきものを見ていなかったな、と今は思います。  
当時の自分に言うなら、こういう順番で見直した方がよかったです。

### ① 「塾を変える」より先に、自分の勉強設計をいじる

あの頃の僕は、  
成績が落ちる＝塾が合っていないのかも？  
と、まず「環境のせい・塾のせい」を疑っていました。  
でも冷静に振り返ると、

- 得意科目：解きっぱなしで満足、復習が薄い
- 苦手科目：そもそも触る時間が少ない
- 模試：点数だけ見て、ミスのパターンを分析しない

という“勉強のクセ”そのものがボトルネックでした。  
本当は、成績が落ちたタイミングでやるべきだったのは、

- 1週間の時間配分を書き出す
- 間違えた問題の「復習の仕組み」を決める
- 毎回落とす単元をリストアップする

といった、自分の勉強設計の総点検 だったはずですが。  
塾を変える前に、ここをいじっていたら、  
同じ塾・同じ先生のままでもかなり違う結果になっていたと思います。

## ② 得意科目だけ“無双”させず、弱点の「土台」にも時間を割く

小学生の僕は、算数がそこそこ出来たので、

- 「算数もっと伸ばせば何とかなる」
- 苦手教科は「最低限でいいか」

という発想になりがちでした。

でも、中学受験～その後の高校・大学受験まで見て分かったのは、  
**得意科目のプラスより、弱点教科のマイナスの方がダメージが大きい**  
ということです。

特に中学受験レベルだと、

- 国語・社会の「読めなさ／語彙の弱さ」
- 理科の「基本現象のイメージ不足」

みたいな“土台不足”は、  
偏差値にじわ～っと効き続けます。

特に、国語はこの時点でしっかり対策しないと、後から取り戻すのは大変で  
す。

あの頃の自分に戻れるなら、

- 算数は「維持＋少し伸ばす」で十分
- 余った時間を「国語の読解の型」と「理社の基礎」に全振りしろ

と強く言います。

## ③ 「頑張り」と「逃げ場」の線引きを、もう少し早く自覚する

僕の場合、

- 勉強から一気に逃げる時期
- 逆に無理した結果、それが裏目に出て成績が伸び悩む時期

この両方を、あとから何度も経験しました。

今から見ると、

「もうこれ以上やると逆に成績が下がってしまう」の一步手前で  
ちゃんと“逃げ場”を作る

という感覚も、子どもの頃から

少しずつ身につけておくべきだったな、と思います。

たとえば、

- 今日はここまでやったら“お疲れ様”と認めるライン
- それを超えたら、勉強以外のことをする時間
- ただし、翌日の「再スタート」の時間は必ず決めておく

こういう「頑張る」と「休む」のルールを、自分で決める練習を  
小学生～中学受験のタイミングでしておけば、その後の

- 大学受験
- 専攻医+理三チャレンジ

みたいな長期戦も、もう少し楽に戦えたかもしれません。

## 第9章 受験生への実践的フィードバック

ここまでかなり細かく「時系列の話」をしてきましたが、この章ではいったん視点を切り替えて、

- 実際の受験生が、今日から使える
- 僕自身の失敗・遠回りから引き出した

「実践的なフィードバック」だけをまとめておきます。

あくまで一人の受験オタク／2浪京大医／理三再挑戦中のおじさんの視点ですが、「これは昔の自分に教えておきたかった」と思うものだけを残しました。

### 9-1 模試・判定・過去問との付き合い方

#### ① 判定は「写真」くらいにとらえる

まず最初に伝えたいのは、

判定は「今の自分の状態のスナップ写真」くらいの扱いがちょうどいい

ということです。

- 1浪のとき、京大医学部 A 判定・理三 B 判定が出た
- それでも本番の京大には 60 点差で落ちた

…という経験からすると、

- A 判定：「受かる資格がある位置にはいる」くらい
- B・C 判定：「頑張り次第で全然勝負になる」
- D・E 判定：「今の勉強法と量では、たぶん足りない」

くらいの意味合いで捉えた方が、メンタル的にも戦略的にも健全だと感じています。

判定そのものに感情を持っていかれすぎない。  
代わりに、

- どの科目で何点落としているのか
- どの分野の取りこぼしが目立つのか
- ケアレスミス vs 実力不足の割合はどうか

といった「中身」を冷静に見て、次の1～2ヶ月の打ち手に落とすことの方がはるかに大事です。

## ② A/B判定の年こそ、「なぜ取れたか」を冷静に分解する

1浪のとき、

- 駿台全国模試：京大医学部 A 判定、理三 B 判定
- 夏の京大模試：オープン A 判定・実戦 C 判定
- 秋の模試でも、京大医学部 C 判定くらいはキープ

と、数字だけ見ると「順当に伸びているように見える」時期がありました。  
ただ、今振り返ると、このときの自分は

- 数学がたまたま「無双」していた
- 苦手な化学・国語・英語の底上げが不十分
- 「A判定が出た＝実力が足りた」と勘違い

という状態だったと思います。

**A/B判定が出たときほど大事なのは、**

「この判定は“何のおかげで”出ているのか？」  
を、科目ごと・分野ごとに分解してみることです。

- 得点源：安定している？ たまたまハマった？
- 弱点：放置している？ たまたま出なかっただけ？
- 本番の配点（共通テスト／二次）とズレていないか？

こうやって見直してみると、

- 「数学が暴れているだけで、総合力はまだ不安がある」
- 「英語と理科をここから2段階上げないと、本番で同じ結果にはならない可能性がある」

といった現実が見えてきます。

A/B判定=ゴールに近いというよりは、

「合格圏に“手が届く位置”に来たので、ここからが本当の勝負」  
くらいに思っておくと、ちょうどいいです。

### ③ 過去問の「自己採点」で調子に乗らない

これは現役京大受験のときに、かなり痛い目を見ました。  
高3のとき、前年の京大医学部の本試を解き直したら、

- 自己採点では「合格者平均をちょっと超えるくらい」

という結果でした。

そのときの自分は、

- 「去年の合格平均は超えてるし」
- 「このペースなら本番も何とかなるだろう」

と、かなり楽観的になっていました。

ところが——本番は全く別物でした。

- 数学：前年より大幅難化 → 95/200点
- 理科：化学の難化に対応しきれず
- トータル：818.08点/1300点満点 vs 合格最低点 884.99点

つまり、

「前年の過去問で合格平均を超えた ⇨ 今年も戦える」

と判断してしまったのは、かなり危険な思い込みだったわけです。

ここからの教訓は、

1. 過去問の自己採点は、だいたい自分寄りに甘く出る
2. 「前年のボーダー／平均」を基準にすると、
  - 難化
  - 配点変更
  - 自分のコンディション  
の変化で、簡単にひっくり返る
3. 「ギリギリ届いた」くらいなら、  
同じ年の問題を
  - もう一度別の日に
  - 制限時間をきちんと守って  
解き直してみて、再現性を確認するところまでがセット  
(2回目ならむしろ合格最高点近く取れないと厳しそう)

ということです。

「1回目でたまたま通ったライン」ではなく、

「2回・3回やってもまず割らないライン」を狙う。

この感覚を持てると、過去問の自己採点に振り回されにくくなります。

## 9-2 科目バランスと勉強配分

第10章では科目別の失敗パターンも整理

例：国語、英語、理科、勉強計画

この無料版では、ストーリーの導入と、実践的フィードバックの一部だけを公開しています。完全版では、模試ごとの判定推移、偏差値、勉強時間、失敗した勉強法、今ならどう修正するか、科目別の失敗パターン、チェックリストまで収録しています。

「模試では取れるのに本番で勝ち切れない」

「伸び悩みの原因を具体的に見直したい」

という方は、完全版をご覧ください。

完全版 85 ページ／1,500 円（税込）