

都立日黒

高等学校



Tokyo Metropolitan
Meguro
Senior High School
2026

校長あいさつ — 無限大の夢 切り拓け未来 —



目黒高校は、百年を越える歴史を誇る地域の伝統校です。本校の教育において、これまで一貫して大切にしてきたのは、「自主・自律の精神」です。「自主・自律の精神」を受け継ぎ、高い志をもち、「努力」や「挑戦」を惜しまず、広く社会に貢献できる人間味あふれる生徒の育成を教育目標としています。

本校では、仲間と協力して学校行事の企画・運営に意欲的に取り組む生徒や自らの目標に向かって部活動の練習に熱心に取り組む生徒など、夢や理想の実現に向けて、挑戦を恐れず、努力を続けている生徒を数多く目にすることができます。時に泣いたり笑ったりしながら、仲間と互いに切磋琢磨して互いの個性を尊重し、着実に成長していくことが伝統として受け継がれています。

また、そのような生徒の成長を支えるのが熱意と個性あふれる教職員です。日々の授業をはじめ様々な教育活動を活かして、自ら考え主体的に学習に取り組む姿勢や課題に対して粘り強く取り組む態度を育ててまいります。

本校での学びを通して、自らの未来を切り拓き、ともに新たな社会を築いていきましょう。

東京都立目黒高等学校長 長嶋 秀雄

学校教育目標

世界の平和、福祉のために自ら進んで社会に貢献できる知性豊かな人格を培う。

社会の発展と世界の平和・幸福の実現に寄与できる人間に育ってほしいと願っています。そのためには、知識のみならず思考力や判断力を含めた問題解決に役立つ豊かな知性と、他者への思いやりや責任感を併せもつ信頼できる人格を、バランスよく培うことが肝要です。

良き個性を伸長し、健康を増進し、適正な進路を選択する能力を養う。

高校時代に、自身の能力や適性を知り、将来社会とどう関わっていくのか、そして、自己の在り方・生き方について考えることは大切です。本校は、たくましく生きるために必要な健康や体力を育むとともに、自己理解を深め、個性を活かした進路選択をサポートします。

自主・自律の精神を育成し、自他の人格を尊重する態度を養う。

自ら考え、判断し、行動できる、そして責任を負うことができる、主体的で自立した人間を育成します。日々の学校生活を通して、仲間と互いに切磋琢磨する中で、自己を大切に、他者を敬愛する姿勢が生まれ、より自律的な行動ができるようになると期待しています。

校章と制服



冬服は落ち着いたブレザータイプです。
指定のセーターベストがあります。
夏服のポロシャツは吸水速乾性に優れて
います。白、紺2色です。



ヒマラヤ杉が校章のモチーフです。
大正13年、現在の場所に新校舎が落成した際
に、地元の名士が記念にヒマラヤ杉を植樹し、
目黒高校の校章になっています。



夏服のポロシャツのエンブレムにもヒマラヤ杉が描か
れています。

※リボンやネクタイ、
制服の細かな仕様を載せています。

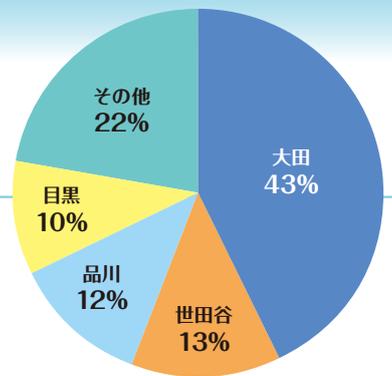
目黒高校のあゆみ

- | | | | |
|------------|------------------------|------------|-------------|
| 1910(明治43) | 目黒村立女子実業補習学校として設立 | | |
| 1919(大正 8) | 東京府荏原郡目黒村立目黒実科高等女学校設立 | | |
| 1923(大正12) | 関東大震災のため校舎破損、祐天寺内に一時移転 | | |
| 1932(昭和 7) | 東京市立目黒高等女学校と改称 | | |
| 1949(昭和24) | 男女共学制実施 | | |
| 1950(昭和25) | 東京都立目黒高等学校と改称 | | |
| | | 1999(平成11) | 新校舎落成 |
| | | 2008(平成20) | 制服導入 |
| | | 2019(令和 元) | 創立100周年記念式典 |



目黒高校生の1日

生徒 居住割合



登校・朝テスト

08:30 SHR

08:40 午前授業



12:30 昼休み



13:20 午後授業

放課後・部活動

18:10 最終下校



令和8年度入学生カリキュラム

広い知識を身につけるための基礎となる幅広いカリキュラムで、
国公立大学の進学に対応できる力も養っています。

※1年生の
時間割(例)を
載せています。



目高の
授業

3学期制・50分授業で、予習・復習が前提です。
土曜日授業を実施しています。
習熟度別授業を数学(数Ⅱ・数B・数C)、英語(論表Ⅱ)で実施、家庭・体育では少人数授業を実施しています。

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34
1学年	現代の国語	言語文化	地理総合	歴史総合	数学Ⅰ				数学A	化学基礎	生物基礎	体育	保健	芸術Ⅰ	英語 コミュニケーションⅠ	論理・表現Ⅰ	情報Ⅰ	人間と社会	HR															
	文系 論理国語	理系 古典探究	公共	数学Ⅱ				数学B	数学C	物理基礎	世界史 探究	化学	日本史探究	体育	保健	英語 コミュニケーションⅡ	論理・表現Ⅱ	家庭基礎	総合	HR														
3学年	論理国語	政治・経済	体育	英語 コミュニケーションⅢ	論理・表現Ⅲ	総合	必修選択				自由選択	HR																						

●2年次以降は大学入学の受験科目の変更等を受けてカリキュラムも変更になる場合があります。●3年次は進路に合わせた選択科目を履修することができます。

3学年 選択科目

標準古文、発展古文、発展現代文、理系古文、漢文、発展世界史、特講世界史、発展日本史、特講日本史、政治経済公共演習、数学Ⅲ、数学C、数学ⅠA演習、数学ⅡB演習、共通テスト数学、物理、化学、生物、物理基礎、化学基礎演習、生物基礎演習、生物、生涯スポーツ、音楽Ⅱ、総合音楽、保育音楽、美術Ⅱ、総合美術、総合書道、標準英語、発展英語、保育基礎、フードデザイン、情報演習等

目黒高校の特色(東京都指定事業)

進学指導研究校



- 学校が設定するガイダンスや長期休業中の講習会のほかに、予備校、専門家を招いた講習会やカウンセリングなどを取り入れています。1年生では学習習慣の定着、2年生では学校生活を充実させながら受験勉強のスタートを切り、3年生では志望大学合格に向けた受験サポートを実施しています。

ガイダンスの一例として高校2年生では、学習習慣と学力の実態を説明しています。また普段の授業が入試にどう繋がっていくのかを伝えています。さらに3年生になったときの受験スケジュールを説明し、これからの模擬試験の受験の意義と具体的な活用法、先輩のデータから見た模擬試験の取り組みについて伝えています。

- 本校教員による長期休業中の講習に加え、予備校講師による出前講習、個人面談などを実施し、効果的な受験指導を実施しています。

理数研究校



理数に関する特色ある教育活動を設定し、科学への興味関心を向上させています。

- 理科の授業において実験・観察を多く設定しています。
- 実験・観察においては仮説を立てることによって結果を予測し、データの分析により仮説の検証を行っていくなど、より深い理科教育を行います。
- 科学部を中心に、研究テーマを自ら設定し理数研究を進めます。
- 大学や専門機関の協力を得て研究を進め、東京サイエンスフェア等で研究発表を行います。
- 数学講演会として、大学より講師を招き「高校数学と大学数学の接続について」と題して、大学での最新の研究内容を、高校生でも理解しやすい言葉でわかりやすく講演していただいています。
- 理科講演会として、大学より講師を招き「食品におけるポリフェノールの抗酸化作用について」「米ゲノムプロジェクト」など、生化学分野の講演会を実施しました。

体育健康教育推進校



前敵いるけど右居ないから横にも回して行くと良い

実技中の映像を撮影、専用アプリにアップロードし、授業後に動画へ書き込み、タグ付け、質問などの編集を行う。これにより、科学的、客観的に分析し、個人技術、戦術、ルールを考察していく。その後、担当教諭からの返信や説明を利用し、次の授業で、その書き込みを紹介し、課題を共有し技術や戦術の改善に役立てている。このように、体育健康教育推進校としてICTを活用した授業を展開している。

英語教育の充実

本校では、グローバル社会で活躍できる人材を育成するために、4技能をバランスよく伸ばす多面的な英語教育を行っています。

- 常勤JET(外国語指導助手)2名が日常的に英語環境を提供し、楽しく明るい授業を展開し、放課後には英検面接対策や英語サークルの企画・運営も担当。
- 英検の受験料を補助し、計画的な受験の促進(東京都指定・4技能保証型)
1学年全員が対象。段階的にステップアップしながら、目標を明確に持って英語力の向上を目指す。
- ネイティブ講師とのオンライン英会話を実施(年間5回)
1学年全員が対象。教室では得られない、生きた英語に触れる機会を提供。
- Tokyo Global Gateway(TGG)での実践的な校外学習
外国人スタッフとの交流を通じて、異文化への理解と英語での発信力を育む。

これらの取り組みにより、生徒たちは将来、自信を持って国際社会に羽ばたくための確かな英語力を着実に身につけています。

新たな教育のスタイル これからの社会に求められる力の育成

◇教育活動全般におけるICTの活用◇

目黒高校では、授業や学校行事、委員会・部活動など教育活動全般でICTを効果的・効率的に活用しています。東京都導入より1年早く2021(R3)年より始めました。

高校の学びにふさわしい生徒一人1台端末を活用することにより、主体的に探究する力を養い、一人一人の力を最大限に伸ばしていきます。学校行事や委員会においては、生徒の主体的な取り組みのもと、アンケート調査などを実施しています。いつでもどこでも学習ができる、学びを止めない環境を提供しています。

課題の提出

〈地理 1年生〉 電子ツールの利用



〈家庭基礎 2年生〉 家庭内の問題を高校生が解決する



授業の様子



化学(1年生) イオン化合物沈殿確認



英語(1年生) オーストラリアの高校と英語で文化交流

〈公共 2年生〉 都民提案を活用した探究学習

令和6年度事業提案制度にて生徒の提案が採択される。
小池都知事より感謝状を授与されました。

都の予算案に採用

目黒高校では東京都の都民による事業提案制度を実生活に生きた教材として扱っています。今回、目黒高校生が応募した都民提案では全体で854件の事業提案がされました。その中から、都民提案13件を東京都が選定し、都民によるインターネット投票を実施したところ、都民提案は32,889票の投票がありました。都民投票の結果等を踏まえ、都民提案から7件の事業を令和7年度予算案に反映されました。そのなかで目黒高校生による提案が**2件**選ばれました。例年の事業提案制度に引き続き、**4年連続**で目黒高校生の事業案が選ばれました。

No.3 身体障害者補助犬への理解促進事業 共生社会の実現

小中学生等の身体障害者補助犬（盲導犬・介助犬・聴導犬）への理解促進を、より一層図るため、広報活動を展開し、インクルーシブシティ東京の実現を促進

補助犬（盲導犬・介助犬・聴導犬） 学校での普及啓発 動画・SNS広報等



補助犬への理解促進

期待される効果

- 小中学生等の身体障害者補助犬に関する理解を一層促進
- 誰もが支え合うインクルーシブシティ東京の実現に寄与



No.9 東京産食材を使った東京の郷土料理を味わうイベント 農林水産業の活性化

より多くの方々に、東京の「農」や「食」の多彩な魅力を発見していただけるよう、東京産食材を使用した東京の郷土料理を味わい、体験していただけるイベントを開催

東京産食材 × 東京の郷土料理の例

ちやんこ餅 魚ずし

東京の多彩な魅力の発信
食文化等の振興

期待される効果

- 東京産食材や東京の郷土料理を通じ、東京の多彩な魅力を広く発信
- 東京の農林水産業や伝統的な食文化等の振興に寄与



公共(2年生) 社会問題に関する事例研究



必修選択生物(3年生)

キャリア教育の充実

1. 計画的な進路指導の実施

進路指導部主催の3年間の進路指導計画

※進路指導計画を
載せています。



2. キャリア教育の推進

目黒高校の生徒のほぼ全員は四年制大学への進学希望です。しかし、自分が目指す大学・学部・学科を具体的に定めることは容易ではありません。そこで、本校では1年次からキャリア教育を充実させています。

学問を知る

- 1年次に、大学模擬授業を実施し、大学進学への意欲を啓発します。例年は10以上の大学による模擬授業を実施し、生徒は2講座受講します。進学後の学習内容やイメージを具体化するのに役立っています。また、2年次には外部講師を招いて「学部・学科説明会」を実施し、生徒個々の進路選択に資するキャリア教育を展開しています。



職業を知る

- 1年次に、NPOと連携した「16歳の仕事塾」では、各クラスに現役の企業人を招き、生徒がインタビューすることで職業観を身に付けています。将来の仕事を具体的にイメージするきっかけとしています。また、「総合的な探究」の時間を中心に、外部講師を招いて、講演会も実施しています。



自分を知る

- 模擬試験 1学年から年間3～4回の模擬試験を実施しています。また、1年次には、「進路適性検査」を実施し、進路選択の参考としています。
- 進路データの蓄積と校内研修 模試や評定と進学先などの分析を行い、数年間のデータを蓄積し、組織的に指導できる体制を整えています。



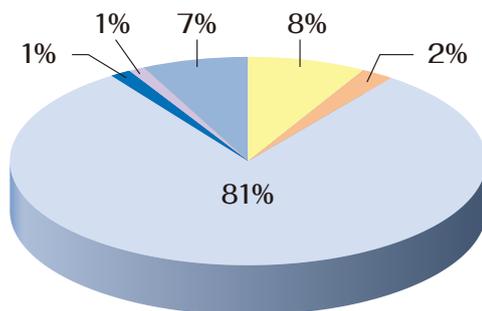
令和6年度 進路状況

【令和6年度卒業生（現役生）の進学先別人数】

卒業生人数	国立大学	公立大学	私立大学	専門学校	就職	進学準備
229	19	5	183	3	3	16

※約35%が国公立・早慶上理・GMARCHIに現役進学!

現役大学進学率 90.4%



【過去6年間の現役生の

国公立大学・難関私立大学の合格者数】

大学名	卒業年	2020 (7クラス)	2021 (6クラス)	2022 (6クラス)	2023 (6クラス)	2024 (6クラス)	2025 (6クラス)
東京大		0	0	0	0	0	1
一橋大		0	0	0	0	0	1
北海道大		0	0	0	0	0	1
大阪大		0	0	0	0	0	1
東京科学大		2	0	0	0	0	0
埼玉大		2	0	2	2	0	4
千葉大		1	0	2	1	0	1
電気通信大		0	0	1	1	1	0
東京外国語大		0	1	0	1	0	0
東京海洋大		1	0	2	0	0	0
東京学芸大		0	2	3	0	1	1
東京農工大		0	1	2	2	0	0
横浜国立		1	0	2	0	1	2
東京都立大		2	3	4	6	7	5
横浜市大		1	0	1	2	0	0
その他国公立		7	4	4	9	4	10
防衛大学校		0	2	2	2	0	1
国公立合計		17	13	25	26	14	28
早稲田大		13	4	6	4	7	14
慶應義塾大		5	0	3	2	4	12
上智大		8	0	2	2	3	7
東京理科大		4	3	8	2	11	10
国際基督教大		1	1	1	1	0	0
明治大		13	21	33	38	25	42
青山学院大		11	16	16	22	27	31
立教大		7	12	19	25	19	27
中央大		19	17	21	12	30	29
法政大		24	24	39	44	49	50
学習院大		7	15	16	14	14	12
難関私立大合計		112	113	164	166	189	234
国公立+難関私立大		129	126	189	192	203	262
卒業生数		271	231	236	231	225	229

卒業生からのメッセージ

東京大学 理科一類 **五十嵐 健さん**

目黒高校での3年間は、学びと成長に満ちた幸せな時間でした。周りには勉強に真剣に取り組む仲間が多く、お互いに刺激を受けながら切磋琢磨することができました。学習だけでなく、行事や部活動も非常に充実しており、多くの面から高校生活を楽しむことができました。目黒高校で得たたくさんの経験を生かし、これからも挑戦し続けていきたいと考えています。

一橋大学 社会学部社会学科 **竹内 智笑さん**

私は目黒高校に入ったことにより、高校生としての貴重な3年間を有意義に過ごせました。私は3年生の6月まで部活動を続けており、行事や委員会活動、クラス活動にも積極的に参加しました。受験期に先生方が個人指導を快く引き受けてくださったのは、勉強だけでなくあらゆる活動に一生懸命取り組んだからだと思います。高校生活を全力で楽しんで希望の進路は実現できるので、ぜひ目黒高校での3年間、さまざまなことに挑戦してほしいです。

大阪大学 基礎工学部情報学科 **坂口 慧多さん**

私は勉強、部活、学校行事を通して非常に充実した学校生活を送ることができました。分かりやすく熱心な先生方や切磋琢磨し合える仲間、自習室などの学習環境に恵まれ、勉強に励むことができました。週5日の部活では、仲間と共に目標に向けて工夫をしながら努力を重ねました。学校行事は生徒主体で大いに盛り上がり、高2ではジェットコースター作りに挑戦し、困った時は先生方に助けをいただきました。目黒高校で多くのことを学べて、本当に入学して良かったです！

筑波大学 総合学域群 **古賀 荘周さん**

共に充実した学校生活を送り目標に向かって高め合う仲間を得られた貴重な3年間でした。

文化祭などの行事を楽しみつつも勉学とのメリハリをしっかりつけられる人が多かったため、受験生を含めた3年間で受験勉強だけでは得られない様々な経験を全力で楽しみ充実したものとすることができました。また、先生方のサポートも手厚く様々なことに恐れず挑戦することができました。一生の財産となる3年間は是非目黒高校で送ってください。

生徒が作る行事

4月

始業式
入学式
新入生歓迎会
定期健康診断

5月

中間考査
体育祭

6月

面談週間
芸術鑑賞教室
演劇ワークショップ(3年)

7月

期末考査
終業式

8月

夏期講習
夏季部活動合宿
始業式

9月

文化祭

※目黒高校三大行事の
各実行委員長からの
報告を載せています。



文化祭 ～クラス劇(3年生)～



合唱大会



体育祭 ～駒沢オリンピック公園第二球技場～



修学旅行 ～神戸・大阪・京都・滋賀方面(2年生)～

盛んな部活動

10月

修学旅行(2年)
中間考査
Tokyo Global Gateway(1年)

11月

面談週間

12月

期末考査
大学出前授業(1年)
終業式

1月

始業式
入学者選抜(推薦)
合唱大会

2月

入学者選抜(学力)

3月

学年末考査
卒業式
球技大会
修了式



※部活動の紹介・新旧
生徒会会長のあいさつ
を紹介しています。



競技かるた部



男子バスケットボール部

文化・スポーツ特別推薦実施



硬式野球部

文化・スポーツ特別推薦実施



女子バスケットボール部

文化・スポーツ特別推薦実施

運動部 13部

- 硬式野球部
- 卓球部
- 男子バスケットボール部
- 女子バスケットボール部
- 男子バレーボール部
- 女子バレーボール部
- 剣道部
- 水泳部
- バドミントン部
- ソフトテニス部
- 硬式テニス部
- ダンス部
- サッカー部

文化部 12部

- 吹奏楽部
- 茶道部
- 華道部
- 競技かるた部
- 科学部
- ホームメイド部
- 美術部
- 演劇部
- 写真部
- 合唱部
- フォークソング部
- 書道部

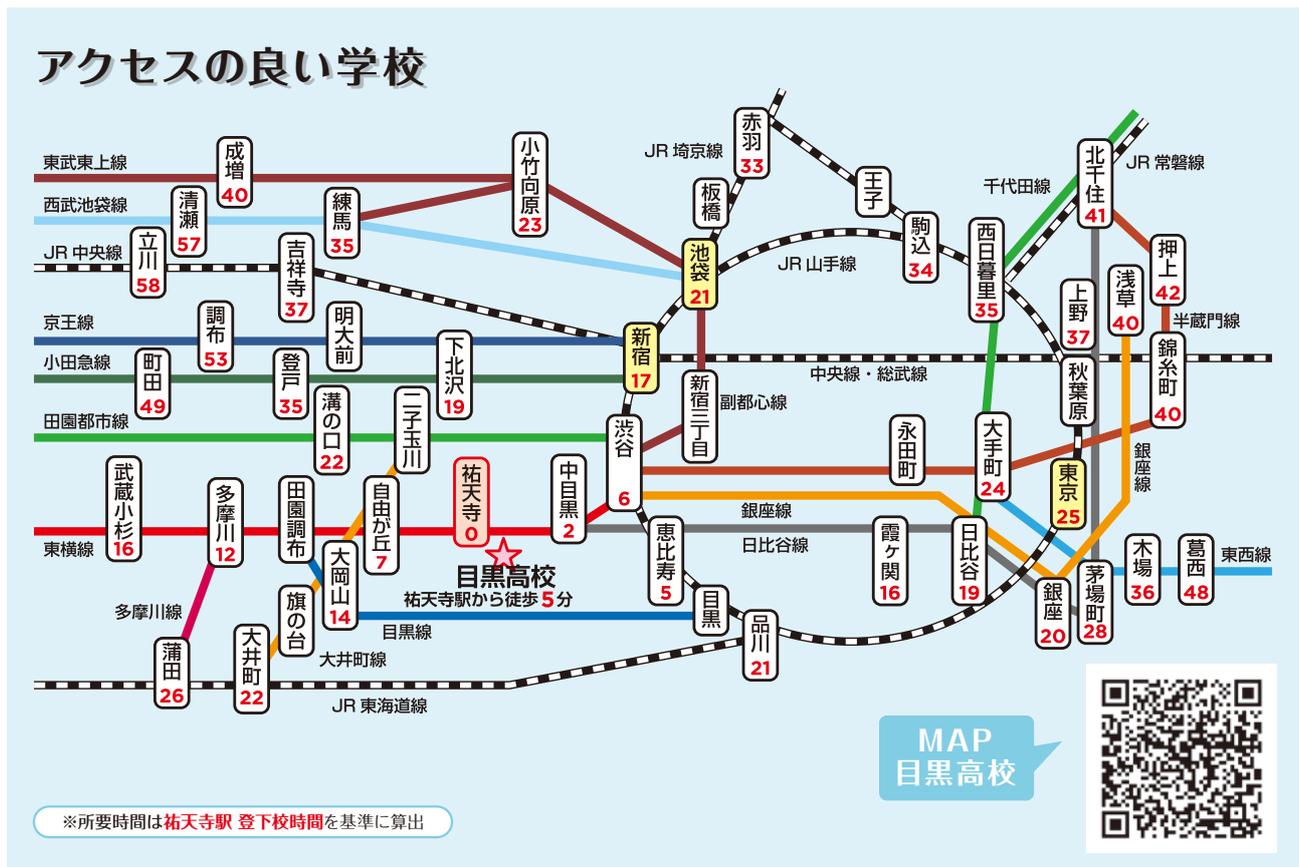
夏の学校見学会

- ① 7月24日(木)
- ② 7月25日(金)
- ③ 7月28日(月)
- ④ 8月20日(水)
- ⑤ 8月21日(木)
- ⑥ 8月22日(金)
- ⑦ 8月23日(土)

令和7年度 学校説明会

- 第1回 10月25日(土)
- 第2回 11月22日(土)
- 第3回 12月20日(土)

詳細はHPにて後日公開いたします。



東京都立目黒高等学校

〒153-0052 東京都目黒区祐天寺2-7-15
電話 03-3792-5541 FAX 03-3792-5945
URL <https://www.metro.ed.jp/meguro-h/>



目黒高校
HP

