



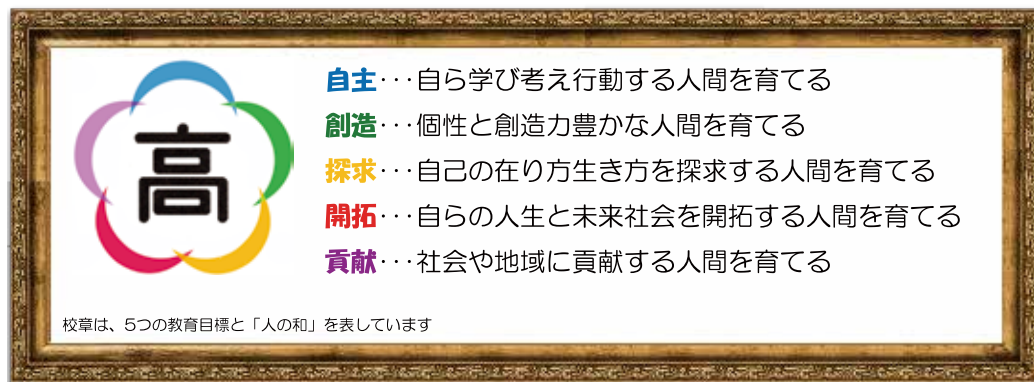
東京都立 青梅総合 高等学校

全日制課程 単位制 総合学科



海外学校間交流推進校
海外探求フィールドワーク指定校
AIを活用した英語教育の充実事業指定校

Tokyo Metropolitan Ome Sogo High School Guide 2027



◆本校は2025年で、創立20周年を迎えました◆



「自分でつくる、自分の未来」

校長 大畑 哲也

本校は、平成18年に開校した総合学科高校です。教育目標として、「自主」「創造」「探求」「開拓」「貢献」を掲げ、生徒一人一人が「自分でつくる、自分の未来」を実現するために、学習内容を具体的に選択していきます。

多彩な選択科目から自分だけの時間割を自分でつくり、なりたい自分に向けて学習し、自分の未来を切り拓くことができます。

東京ドーム14個分の広大な敷地を有しており、都内ではなかなか経験できない本格的な自然体験を、授業として経験し、生命を育む大切さを身に付けていきます。

東京都教育委員会より国際交流リーディング校に指定されており、様々な国際交流事業を実施しています。海外修学旅行においては、施設見学だけではなく、現地の高校生と交流します。今後は、希望する生徒がドイツの姉妹校と交換留学を行い、グローバルな国際感覚を身に付けていきます。

本校では、様々な教育活動を通して、他の学校ではできない貴重な体験をすることができます。自分で考えて選んで探し出し、素敵な自分づくりを目標とする生徒を歓迎します。

総合学科の3つの柱

- ①多彩な科目から選択する「自分だけの時間割づくり」(P3ページ) 自分らしさを生かし、人生を見通したライフプランをつくります。
- ②1年次にある総合学科の必修科目「産業社会と人間」(P9ページ) 希望進路を実現する「自分だけの時間割」で学びます。
- ③未来を切り拓く力を身につける「卒業研究」(P9ページ) 調査研究して論文にまとめて発表する中で様々な力をつけます。

本校の7つの特色

特色



少人数でレベルの高い授業

学びたい人が集まった選択科目で勉強を深く学ぶ

(P3～4ページ)

特色



青総での生活のすべてが「キャリア教育」

個性を活かして自分らしい人生を切り拓く力を育てる

(P3ページ)

特色



海外修学旅行をはじめとする「国際交流」

カントギムナジウム校(ドイツ)との姉妹校交流
第二外国語(選択科目)に挑戦

(P6ページ)

特色



多彩な「選択科目」

2年から必要な科目を選べる

(P3ページ)

特色



多彩で活発な「部活動」

15の運動部&12の文化部と同好会

(P8ページ)

特色



広大な敷地を活かした独自の「食と農」「衣・食・住」の授業

専門的な施設や特別教室が充実

(P5ページ)

特色



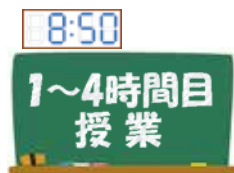
総合学科だからこそ「進路実現」

総合学科でのキャリア教育と進路指導の2方向から将来へと繋げる

(P9～10ページ)



- 生徒は 8 時 30 分までに登校し、各自で学習・読書をします。



- 昼休みは、購買でパンを買うことができます。



- 3年次の選択科目がない時間では、自習室や図書館で勉強ができます。



- 多くの部活動が活発に活動しています。



- 放課後は進路室隣の「ガイダンスセンター」でも勉強できます。

特色2 時間割

多彩な選択科目の中から、2 年次で 12 単位、3 年次で 22 単位を選択できます。様々な学習を通して、進みたい道についてより深く考えていくことができます。

▶2026 年度入学生のカリキュラム表(予定) 3 学期制・年 17 回土曜授業・ノーチャーム制・50 分授業

	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
1 年次	現代の 国語	言語 文化	歴史 総合		数学 Ⅰ	数学 A	化学 基礎	体育	保健	音楽Ⅰ 美術Ⅰ 書道Ⅰ 工芸Ⅰ	英語 コミュニケーション Ⅰ	論理・ 表現Ⅰ	家庭 基礎	情報 Ⅰ	自然と 農業	産業社会 と人間	L H R	人間と 社会															
2 年次	論理 国語	公共	生物 基礎		体育	保健	英語 コミュニケーション Ⅱ	論理・ 表現Ⅱ	自然と 環境	選択科目										総合	L H R												
3 年次	論理 国語	体育	英語 コミュニケーション Ⅲ	論理・ 表現Ⅲ	選択科目 必修選択科目として「地理総合(2年次または3年次)」と 「物理基礎(2年次または3年次)または地学基礎(3年次)」を含む													総合 (卒研)	L H R														

※ 論理・表現Ⅲは、習熟度授業のため選択科目の時間に行います。

▶2026 年度入学生の時間割例(予定)

必修の1 年次数学、言語文化(古典)、英語は習熟度授業です。家庭基礎等、多くの選択項目は、少人数制です。

	月	火	水	木	金	土		月	火	水	木	金	土		月	火	水	木	金	土
1	音楽 I 美術 I 書道 I 工芸 I	歴史 総合	体育	保健	現代の 国語	数学 I	1	公共	体育	選択 3	選択 5	体育	論理 国語	1	選択 7	選択 8	選択 3	選択 5	論理 国語	英語 コミュニケーション III
2		言語 文化	英語 コミュニケーション I	論理・ 表現 I	数学 A		2	英語 コミュニケーション II	英語 コミュニケーション II			生物 基礎		2					体育	
3	数学 I	英語 コミュニケーション I	数学 I	言語 文化	英語 コミュニケーション I	現代の 国語	3	自然 と 環境	選択 2	生物 基礎	体育	選択 6	論理・ 表現 II	3	選択 11	選択 2	英語 コミュニケーション III	選択 11	選択 6	体育
4	数学 A	化学 基礎	LHR	化学 基礎	体育		4			LHR	論理 国語			4	論理 国語		LHR	英語 コミュニケーション III		
5	家庭 基礎	産業 社会 と 人間	歴史 総合	自然 と 農業	情報 I		5	選択 1	保健	選択 4	公共	英語 コミュニケーション II		5	選択 1	総合	選択 4	選択 9	選択 10	
6			論理・ 表現 I				6		総合		英語 コミュニケーション II	論理・ 表現 II		6						

※ 総合とは「総合的な探求の時間」のことです。

文科・理科

現代文特講
古典探究
古典特講
文学国語 I・II
実用国語
世界史探究
世界史演習
日本史探究
日本史演習
地理総合
地理探究
政治・経済
政治・経済演習
倫理
数学 I A 演習
受験数学 I A
数学 II 文系・理系
数学 II 演習
数学 B 文系・理系
数学 B 国公立文系

数学 III
数学 C
物理基礎
物理基礎演習
物理
物理演習
化学
化学基礎演習
化学演習
生物基礎演習
生物
生物演習
地学基礎
英語演習
英語受験演習

国際・文化

音楽 II
工芸 II
書道 II
器楽 I
器楽実践
中国語
中国語発展
ドイツ語
ドイツ語発展
ハンブル
ハンブル発展
フランス語
フランス語発展
国際理解
日本文化
フラワーデザイン
色彩理論
起業家精神
秘書実務
プログラミング入門
コンピュータ活用
マルチメディア表現

生命・環境

森林科学入門
森林総合
森林レンジャー入門
ウッドクラフト
木工
水田と作物
ガーデニング
微生物入門
生物の活用
ハーブ入門
植物バイオテクノロジー入門
野菜園芸
草花園芸
果樹園芸
茶入門
農業情報活用
ガーデンデザイン

食品・生活

フードデザイン
フードデザイン基礎
フードデザイン実践
ファッション造形基礎
ファッション造形
服飾手芸
住生活デザイン
食品の科学
製菓実習

人間・健康

体育実技 A
体育実技 B
トレーニング 1
トレーニング 2
栄養
栄養と調理
保育基礎
保育基礎実践
保育実習研究
家庭看護入門
基礎介護入門
介護福祉実習
手話
3 年次看護数学

青梅総合高校は、コース制とは異なり、単位制となっており、様々な科目を組合せて選択できます。
また、大学入試に向けて2年次から必要な受験科目を選択し、3年次では多くの演習科目と併せて学習することで、大学入試にも対応しています。

文科・理科

幅広い普通科目の学習を通して、大学進学などの希望する進路を実現し、未来社会を創造できる能力・態度を育てる。



化学



英語コミュニケーション

国際・文化

語学や芸術、日本の伝統文化の学習を通して、国際社会で活躍ができる能力・態度を育てる。



日本文化



ハングル発展

生命・環境

植物バイオテクノロジー、栽培、環境などの学習を通して、持続可能な社会を創造できる能力・態度を育てる。



水田と作物



草花園芸

食品・生活

食・衣・住などの生活に関する学習を通して、豊かな環境や社会を創造できる能力・態度を育てる。



フードデザイン基礎



製菓実習

人間・健康

人と関わる仕事や、その基本となる健康などの学習を通して、豊かな人間生活を創造できる能力・態度を育てる。



介護福祉実習



トレーニング

卒業生が
教員として
活躍して
います



12期卒業生



13期卒業生

19期生徒会

生徒会長 大野優樹
副会長 榮藤詩音
副会長 奥秋創大

書記 小野愛歩
書記 上野珠莉
会計 古川小春
会計 佐藤ひまり



19期生徒会

農場

青梅総合では「農業」を中心に栽培・環境・森林・食品など数多くの分野を授業で選択することができます。1年次「自然と農業」・2年次「自然と環境」の必修科目において、農業分野についての基礎的な知識や技術を勉強し、さらに興味や関心を持つ分野を深く学べるように数多くの選択科目を設置しています。

農業に関する知識的な学習はもちろん、青総の広大な敷地・設備を最大限活用して、体験的な学びができる、実験やフィールドワークなどの実習授業を多く取り入れています。直接、植物に触れることで、体感しながら、座学では学べない四季折々の自然の変化なども実践・体験から学んでいくことができます。

1年次必修「自然と農業」(茶畑)



2年次必修「自然と環境」(水田)



選択授業「森林レンジャー入門」(演習林)



1年次必修「自然と農業」(大根の収穫)



2年次必修「自然と環境」(餅つき)



選択授業「果樹園芸」(果樹園実習)



衣食住・保育

本校には家庭科分野における専門的な科目が多数配置されています。フードデザインなどの食品分野から保育などの人間に関する分野など幅広く展開されています。

履修する生徒は、専門学校に進学することを見据えてその分野に応じた専門科目を履修する生徒もいれば、四年制大学に進学したいと考えている生徒も多く、学んだ知識を多様なキャリアに活かすことができます。

自分で科目を選択する総合学科だからこそ、将来の可能性を広げ、深い学びが体験できます。



ファッション造形



服飾手芸



保育実習研究



フードデザイン実践

ファッション造形・服飾手芸

ファッション造形の授業では、デザインからすべてを自分で製作する世界に一着しかないドレスを作ることができます。

服飾手芸の授業では、レザーコインケースやテディベアなどを作成します。

保育実習研究・フードデザイン実践

保育実習研究の授業では、近隣の保育園にご協力いただき、保育実習を行います。園児と関わるだけでなく、履修生徒全員で創作した劇の発表も行います。

フードデザインの授業では、調理実習を通して、食材の特徴から基本的な調理技術を学びます。





AOSO INTERNATIONAL EXCHANGE PROGRAM



海外修学旅行

本校では平成26年度から2年次で海外修学旅行を行っています。コロナ禍を経て、R6年度より海外修学旅行を再開し、18期生は台湾、19期生は韓国を訪問し、現地の高校生や大学生とお互いの文化を紹介したり、歴史を学んだりして、異文化理解を深めました。20期生も韓国へ行く予定です。



ドイツ姉妹校交流

ドイツポツパルト市にあるカントギムナジウム校と平成23年度から隔年で訪問交流を行っています。お互いの学校を訪問し、ホームステイをして過ごすことで、異文化体験から多くのことを学んでいます。授業や日常を一緒に過ごすことで生徒同士の交流も深めています。令和6年度に10回目を迎え、訪独から再開しました。11回目の令和7年度は20名のドイツの生徒が来校し、ホームステイをしながら本校生徒と交流を行いました。12回目の令和8年度は本校生徒がドイツを訪問予定です。



釜山外国語大学

韓国釜山広域市にある釜山外国語大学と平成30年度より協定を締結し、短期語学研修参加や進学する生徒がいます。3週間の研修で、多くの生徒が日常会話を習得しています。



韓国姉妹校交流

令和5年度より韓国京畿道華城市にある三槐高校とのオンライン交流を開始し、令和6年度より訪問交流を開始しました。令和7年度に姉妹校として正式に締結し、ホームステイでの生活を通して、異文化体験を行っています。令和8年度は16名の韓国生徒が来校し、学校全体で交流行事や体験を行います。



多言語・多文化授業

英語以外にもドイツ語、ハンガール、中国語フランス語が選択科目として設定されており、韓国と中国の現地の高校生とオンライン交流を実施しています。



韓国オンライン交流

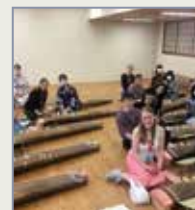


中国オンライン交流

その他の交流事業



- ・語学体験 (Tokyo Global Gateway)
- ・青梅市とポツパルト市の使節団との交流会
- ・城西国際大学 JIU 国際文化学科 留学生との交流
- ・YOKOTA High School との交流会 (和太鼓部)
- ・都立高校生の海外派遣研修(令和8年度参加)
- など多くの事業を実施





1



1



1

入学式
始業式
対面式・部活動紹介
フレッシュマンキャンプ(1年次) ①
遠足(2・3年次) ②



2



2

5月
生徒総会
中間考査

6月
合唱祭 ③
防災訓練(2年次) ④



3



3

7月
学期末考査
終業式
韓国・三槐高校交換留学(来日) (p.6)

8月
部活動合宿
夏期講習
レベルアップゼミ
ドイツ・カントギムナジウム校
交換留学(訪独) (p.6)



4

9月
始業式
青総祭(文化祭) ⑤
体育祭 ⑥



5



5



5

10月
語学研修(2年次) (p.6)
(東京グローバルゲートウェイ)
生徒総会
中間考査

11月
海外修学旅行(2年次) (p.6)
語学研修(1年次) (p.6)
(東京グローバルゲートウェイ)



5



5



5

12月
学期末考査
卒業研究発表会 (p.9)
終業式
冬期講習

1月
始業式
大学入学共通テスト(3年次)

2月
マラソン大会 ⑦



6



6



6



6



7



8

学年末考査
予餞会
球技大会 ⑧
卒業式
ライフプラン発表会
パフォーマンスコンテスト
修了式

* 印の4部活動において、文化スポーツ推薦入試を実施しています。



特色6 部活動



剣道部*



女子バレーボール部*



ソフトボール部*



女子バスケットボール部*



陸上競技部



男子サッカー部



女子サッカー部



男子バスケットボール部



ソフトテニス部



硬式テニス部



男子バドミントン部



女子バドミントン部



硬式野球部



卓球部



弓道部



和太鼓部



演劇部



ダンス部



軽音楽部



吹奏楽部



文芸部



日本文化部



ホームメイキング部



園芸部



パソコン部



合唱同好会



自然科学同好会

27の部活動と同好会があり、剣道部を始め、弓道部、文芸部が関東大会に出場しています。

「総合学科の教育」と「進路指導」の2方向からのキャリア教育

「自分だけの時間割」作成から始まる、将来を見据えた進路選びを支援します。また、「総合学科の教育」と「進路指導」の2本のルールで、目標の実現をサポートします。様々な調べ学習や発表の準備から、探究力や表現力、社会で役立つプレゼンテーション能力も身に付けることができます。以下、主な進路行事の紹介です。

1 年 次

産業社会と人間

4月：フレッシュマンキャンプ 6月：学問・職業調べ
7月：ビブリオバトル 11月：自分の時間割り作成
2月：ライフプラン作成・プレゼンテーションによる発表
3月：卒業生のお話を聞く会 通年：異文化理解学習 など



フレッシュマンキャンプ

進路指導

7月：オープンキャンパス
12月：進路ガイダンス・GTEC(全員受験) など



ライフプラン発表

2 年 次



JICA講演会



進路ガイダンス

総合的な探究の時間

4月～ 小論文学習 7月～ インターンシップ
オープンキャンパス
10月～ 卒業研究活動 開始 2月： 卒業研究 中間発表
3月： 卒業生のお話を聞く会
通 年： 異文化理解学習 など

進路指導

5月： 進路ガイダンス 10月： 看護系・公務員ガイダンス
12月： GTEC(全員受験) 通年： 実用英語技能検定 など

3 年 次

総合的な探究の時間(卒業研究)

4月～ 卒業研究活動 7月： 卒業研究 提出
9月： 卒業研究 発表 12月： 卒業研究 優秀者 発表会など

進路指導

5月： 総合型選抜・公募推薦 受験ガイダンス
7月： 共通テスト・一般受験・就職試験 ガイダンス
8月： 夏期講習 通年： 模擬面接指導 など



卒業研究発表会



青梅市出前講座「投票へ行こう」



研究したこと、学んだことを活かして、
大学進学はもちろん、多様な進路実現が可能です！



生徒の半数が大学や短期大学に進学しています。看護、医療、保育、栄養などの分野に進路選択する生徒もいます。また、地元の企業にも信頼されており、就職する生徒もいます。

4年制大学 現役合格進路先

	18期	17期	16期	15期	14期
国公立大学	2025	2024	2023	2022	2021
北海道教育大学				1	
茨城大学				2	
埼玉大学				1	
東京都立大学			1		1
都留文科大学			1		1
静岡県立農林環境専門職大学		1			

私立大学	2025	2024	2023	2022	2021
青山学院大学	2				
麻布大学		1		1	4
亜細亜大学	3	6	4	5	9
桜美林大学		1	1	5	4
大妻女子大学	1		1		
嘉悦大学		1			
学習院大学			1		2
神田外語大学		1			
北里大学		1	2		
共立女子大学	1	1			
杏林大学	2	6		2	3
国立音楽大学				1	
慶應義塾大学				1	1
工学院大学	1	1	2	1	2
國學院大学					1
国土館大学	1	1	1	7	4
こども宝仙教育大学		1			
駒沢女子大学	3	2	1	1	
駒澤大学		2	1		6
埼玉医科大学				1	
産業能率大学	1				
実践女子大学	8	8	4	6	5
十文字女子学園大学	1				
淑徳大学		1		1	
城西大学		1			
城西国際大学	1				
上智大学				1	
昭和女子大学	1				
女子栄養大学					2
白梅学園大学	7	3	1	3	5
駿河台大学	4			6	
成蹊大学	4	2	3	2	6
成城大学				1	2
専修大学	1	2	1	1	3

私立大学	2025	2024	2023	2022	2021
創価大学	1	1		2	
大正大学	1			1	
大東文化大学		2		1	
玉川大学	1				
拓殖大学	3	2		4	
中央大学	2	2	1	1	1
津田塾大学	1				
帝京大学	5	9	11	6	11
帝京科学大学		2		3	
帝京平成大学	2	1	2	8	8
東海大学		1			
東京医療学院大学	2	2	1	2	4
東京医療保健大学	1	3	2	4	3
東京家政大学	1	3	5	1	3
東京経済大学	7	12	11	7	19
東京工科大学		7	6	6	3
東京工芸大学	1	1			
東京純心大学		1		2	
東京女子体育大学	1			1	
東京成徳大学		1			
東京造形大学		1			
東京電機大学		1	2	3	2
東京都市大学				1	
東京農業大学	6	4	5	3	6
東京福祉大学		1			
東京薬科大学	1		3		1
東京理科大学		1			
東洋大学	4	2	8	5	3
獨協大学			2	2	
二松学舎大学	1				
日本大学	1	2	4	4	6
日本社会事業大学			2	1	
日本赤十字看護大学	1				
日本文化大学		1			
文化学園大学		3			
文京学院大学		1			
法政大学	1	2	2	2	5
武蔵大学			1	1	
武蔵野大学	6	2		1	2
武蔵野美術大学	2				
明治大学	1	1		1	1
明星大学	12	16	9	11	6
目白大学	1	2			
立正大学	2	2			
早稲田大学					1
和光大学		1			
京都外国語大学	1				
メリーランド大学	1				
計	112	135	100	130	144

看護系 現役合格進路先

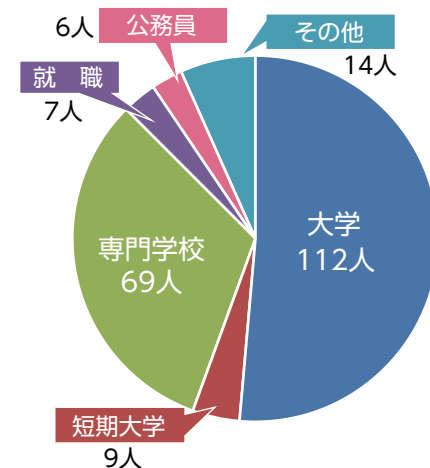
	2025	2024	2023	2022	2021
大学・短大	6	10	5	11	8
都立看護専門学校	14	11	9	10	11
その他の看護専門学校	3	1	9	4	5
計	23	22	23	25	24

幼児教育・保育系 現役合格進路先

	2025	2024	2023	2022	2021
大学	11	5	1	1	8
短期大学	3	5	4	5	6
専門学校	4	2	3	4	2
計	18	12	8	10	16

公務員 現役合格進路先

	2025	2024	2023	2022	2021
国家公務員Ⅲ種		1			
東京都			1		
市役所・区役所等	3			1	
東京消防庁	1	3			
自衛隊 等	2			1	1
計	6	4	1	2	1



制服紹介

オリジナル3つボタン・濃紺の上着に、男子はダークグレーのスラックスと青のネクタイ。女子は紺チェック柄のスカートまたはダークグレーのスラックスに青のネクタイ、またはリボンが正装となります。

普段の制服オプションとして赤いネクタイとリボンもあります。

また、夏はポロシャツ(紺・白)を着ることもできます。



冬服



夏服

INFORMATION

学校見学会 (予約定員制：ホームページで予約)

7月24日(金)・30日(木) 各回とも、
8月 5日(水)・25日(火) 内容は同じです。

「説明+施設見学」で1時間程度の予定です。
希望される方には施設見学終了後に個別相談を実施しております。
詳細はホームページで6月中旬以降にお知らせします。

学校説明会 (予約定員制：ホームページで予約)

10月10日(土)・24日(土) 各回とも、
11月 7日(土)・21日(土) 内容は同じです。

希望される方には施設見学終了後に個別相談を実施しております。
詳細はホームページで9月上旬にお知らせします。

授業公開 (予約は不要です)

6月15日(月)～19日(金)

11月 2日(月)～ 6日(金)

〈実施予定をHPでご確認ください〉

部活動体験 (事前申込が必要です)

部ごとに実施しています。ホームページを確認して
いただくか、電話でお問い合わせください。
学校見学会や学校説明会の日も、当日活動中の部の
見学ができます。

青総祭 (文化祭)

9月12日(土)・13日(日)

公開状況等はホームページでご確認下さい

入試個別相談会 (予約定員制)

2027年1月8日(金)

詳細はホームページで12月上旬にお知らせします。



青総のマスコット「ムササビ」

学校見学会、学校説明会共に、
本校ホームページからの事前予
約制です。詳しくは
本校ホームページを
ご確認ください。



この他に、演習林、水田があり、広大な校地を有しています。

高 東京都立青梅総合高等学校

東青梅駅南口から 徒歩3分

〒198-0041
東京都青梅市勝沼 1-60-1
☎ 0428-22-7604

ホームページ▶



リサイクル適性®
この印刷物は、印刷用の紙へ
リサイクルできます。

