

2025 (令和 7) 年度

# 進路の手引き

～ 進路ノート～



東京都立大島海洋国際高等学校

			氏名
年	組	番	

生徒のみなさんへ

---

この手引きは、皆さんがこれからの進路を考える上での一助となることを願って作成されました。高校生活は、学びの時間であると同時に、将来の自分を見つめ直し、夢や目標に向かって歩み始める大切な時期です。

いっぽう現代社会は急速に変化しており、私たちが直面する課題や機会も日々進化しています。このような変化に対応するためには、柔軟で多様なスキルを身につけることが必要だと言われています。

デジタル技術の進展により、多くの職業が自動化され、新しい職種が生まれています。これに対応するためには、ITスキルやデジタルリテラシーが不可欠です。また、グローバル化が進む中で、異文化理解やコミュニケーション能力も重要です。多様なバックグラウンドを持つ人々と協力し、共に働く力を養うことが求められます。さらに、社会の変化に伴い、持続可能な社会の実現が求められています。環境問題や社会的課題に対する意識を高め、解決策を考える力も持つ必要があります。

この変化の激しい現代社会の中で、皆さんが留意すべきことの一つは、「自分を信じること」の大切さです。高校生活は、学業や部活動、友人関係など、さまざまな経験を通じて自分自身を成長させる機会がたくさんあります。自分の可能性を信じ、挑戦し続けることが将来の成功へとつながります。また、進路選択においては、情報収集と自己分析が重要です。自分の興味や関心、得意なことを見つけ、それに合った進路を選ぶためには、多くの情報を集めることが必要です。オープンキャンパスや説明会に参加し、実際に現場を見て感じることも大切です。そして、自分自身と向き合い、何を大切にしたいのか、どのような人生を送りたいのかを考える時間を持ってください。さらに、周囲のサポートを活用することも忘れないでください。先生や保護者、友人など、皆さんを支えてくれる人々がたくさんいます。困ったことや悩みがあれば、一人で抱え込まずに相談することが大切です。周囲の意見を参考にしながら、自分の進路を見つけてください。

皆さんの未来は無数の可能性に満ちています。どのような道を選んでも、自分らしく輝ける場所が必ずあります。自分を信じ、努力を惜しまず、一步一步前進して行ってください。本校の教職員一同、皆さんの成長と成功を心から応援しています。

令和7年1月27日 校長 浅野 恵治

## 目次

---

	ページ
1 校訓・教育目標・キャリア教育目標	1
2 年間予定（1・2年生）	2
年間予定（3年生）	3
3 評定平均値算出シート	4 - 6
4 出願チェックリスト	7
5 進学	8 - 9
6 就職	10 - 11
7 公務員	12
8 進路行事の記録	13 - 22

## 1 校訓・教育目標・キャリア教育の目標

---

### <校訓>

- 誠実 Faithfulness
- 礼節 Courtesy
- 協力 Cooperation

### <教育目標>

「海に学び、未来を拓く。」をコンセプトに、校訓「誠実・礼節・協力」を掲げ、海洋に対する真摯な姿勢と態度を涵養し、世界に広がる海洋を舞台に活躍する生徒を育成する。

### <キャリア教育の目標：海国での様々な体験を通して、身に付けて欲しい力>

- 視野を広げ、興味や関心がある分野において探求することができる力
- 目標を達成させるため、必要な情報を集め、考え、実行し、目標達成後もまた新しい目標を見つけることができる力
- 感謝の気持ちを持ち、他者を思いやり、状況判断ができる力

水産・海洋に関する知識・技能の習得と教科指導による大学等上級学校への進学を実現するための学力を養成し、「未来の水産業や海洋関連技術者の基礎作り」を行う。

また、国際社会で通用する「思考力・判断力・表現力」等の育成、体験活動や集団生活を通じた「学びに向かう力・人間性」等の醸成を通して、地域はもとより、世界の海洋に関わる人々と協働していくことができる人材を育成する。

本校のグラデュエーション・ポリシーより

### <寄宿舍での宅習時間における進路活動について>

- 進路活動に関わるものであれば、教科（科目）以外の調べ学習や資料作成を認めます。
- 計画的に進路活動を進めましょう。

## 2 年間予定

下線は希望者または該当者のみ

		1 年生	2 年生
1 学期	4 月	基礎力診断テスト 進路ガイダンス	基礎力診断テスト 進路ガイダンス
	5 月	前期ハローワーク職業ガイダンス <u>看護模試①</u>	<u>看護模試①</u>
	6 月	<u>総合学力テスト①</u> <u>看護模試②</u>	<u>総合学力テスト①</u> <u>看護模試②</u>
	7 月	分野別進路ガイダンス 第 1 回スタサブ到達度テスト	分野別進路ガイダンス 第 1 回スタサブ到達度テスト
夏休	<u>東京海洋大学特別講義</u> <u>東海大学海洋学部特別講義</u> <u>オープンキャンパス</u> <u>インターンシップ</u> <u>警視庁見学会</u> <u>看護体験</u>		
2 学期	9 月	<u>看護模試③</u>	<u>看護模試③</u>
	10 月	進路講演会①（各種入試方法説明会） <u>看護模試④</u>	<u>看護模試④</u>
	11 月	<u>総合学力テスト②</u>	<u>総合学力テスト②</u> 進路講演会①-1（高大連携公開講座）
	12 月	第 2 回スタサブ到達度テスト	第 2 回スタサブ到達度テスト 進路講演会①-2（高大連携公開講座）
3 学期	1 月	<u>総合学力テスト③</u>	<u>総合学力テスト③</u>
	2 月	進路講演会②（国際理解講演会）	進路講演会②（国際理解教育講演会） <u>進研模試①</u> <u>看護模試⑤</u>
	3 月	キャリア教育講演会	キャリア教育講演会
春休	<u>オープンキャンパス</u> <u>インターンシップ</u>		

3年生					
	公務員	就職	大学・短大	専門学校	
1 学 期	進路ガイダンス、実力診断テスト				
	4月		第1回日本学生支援機構奨学金予約採用申込(～5月末)		
		公務員模試①		進研模試①	
	5月		看護模試①		
		公務員模試②		進研模試②	
	6月		第2回日本学生支援機構奨学金予約採用申込、看護模試②		
		公務員模試③		進研模試③	総合型選抜I/T/I-受付開始
7月	第3回日本学生支援機構奨学金予約採用申込				
	※1 公務員模試④	求人票閲覧開始 履歴書作成(練習) 第1回合同企業説明会			
夏 休	都内進路指導				
	模擬面接講座(ハローワーク)		看護体験		
	願書作成(※1) 各公務員養成校主催の 夏季講習等の受講 警視庁見学会	履歴書作成 インターンシップ 企業見学	東京海洋大学特別講義 東海大学海洋学部特別講義 オープンキャンパス		
2 学 期	個別面接・小論文・志望理由書の指導				
			指定校推薦第1回校内締切、看護模試③		
	9月	※1	応募書類提出 入社承諾書提出 企業採用選考開始 都立職業能力開発センター推薦入校受付開始	指定校推薦情報閲覧開始 総合型選抜開始 進研模試④ 大学入学共通テスト説明会	総合型選抜選考(～10月)
	個別面接・小論文・志望理由書の指導				
	10月	※1	第2回合同企業説明会 都立職業能力開発センター推薦入校受付締切・選考	予備回 日本学生支援機構奨学金予約採用申込、看護模試④ 進研模試⑤	学校推薦型選抜出願開始 学校推薦型選抜選考(～3月)
	個別面接・小論文・志望理由書の指導				
	11月	※1		学校推薦選抜開始 進研模試⑥	一般選抜出願開始(～3月)
12月	受験報告入力作業				
	※1				
3 学 期	1・2年生向け 進路活動報告会(3年生代表生徒)				
	1月	※1	第3回合同企業説明会	大学入学共通テスト(17・18日)	
	2月	ビジネスマナー講習(ハローワーク)		一般選抜個別試験開始	
随時	受験後の報告書等の提出、合格者は合格体験記書き				

※1 公務員の出願日程、選考日程及び合否発表日等は各自治体及び職種によって異なる為、自分が受験する自治体または職種の募集要項等を参照すること。

### 3 評定平均値算出シート

☆6 ページの算出方法を読み、全体の評定平均と学習成績概評を計算しよう。

教科	科目	1 年次評定	2 年次評定	3 年次評定	教科の評定平均
国語	現代の国語				
	言語文化				
	論文演習				
	論理国語				
	文学国語				
	現代文演習				
	古典演習				
	古典探究				
	日本文化				
地理歴史	地理総合				
	歴史総合				
	世界史探究				
	地理探究				
公民	公共				
	政治・経済				
数学	数学Ⅰ				
	数学Ⅱ				
	数学A				
	数学B				
	数学C				
	数学ⅠA 演習				
	数学ⅡBC 演習				
理科	物理基礎				
	生物基礎				
	生物				
	化学基礎				
	化学				
保健体育	体育				
	保健				
芸術	音楽Ⅰ				
家庭	家庭基礎				

教科	科目	1年次評定	2年次評定	3年次評定	教科の評定平均
英語	英語コミュニケーションⅠ				
	論理・表現Ⅰ				
	英語コミュニケーションⅡ				
	論理・表現Ⅱ				
	英語コミュニケーションⅢ				
	実用英語				
	英語文法演習				
	英語発展演習				
	国際課題研究				
情報	情報Ⅰ				
	情報Ⅱ				
水産	水産海洋基礎				
	課題研究				
	総合実習				
	海洋情報演習				
	航海・計器				
	資源増殖				
	海洋生物				
	海洋環境				
	小型船舶				
	ダイビング				
	海洋政策				
	水産海洋科学				
	海洋情報処理				
	上級航海英語				
	漁業				
	船舶運用				
マリンスポーツ					
学年ごとの評定合計値					
学年ごとの履修科目数					

全体の評定平均		学習成績概評	
---------	--	--------	--

### 評定平均値の算出方法

- ① **教科の評定平均**…教科ごとに、各科目の評定(学年末の5段階の成績)の合計数をその教科の履修科目数で割り、**小数点第2位を四捨五入**します。
- ② **全体の評定平均**…すべての科目(※)の評定の合計値を、全履修科目数で割り、**小数点第2位を四捨五入**します。
- ※受講生徒によっては合算で評定を示しているため、**受講科目に注意**してください。

科目:「課題研究」

3年海洋探究系⇒③単位と②単位分の評定値

3年船舶運航系⇒④単位と②単位分の評定値

- ③ **学習成績概評**…全体の評定平均値を次のA～Eのご段階に分けます。

学習成績概評	A	B	C	D	E
全体の評定平均	5.0～4.3	4.2～3.5	3.4～2.7	2.6～1.9	1.8～1.0

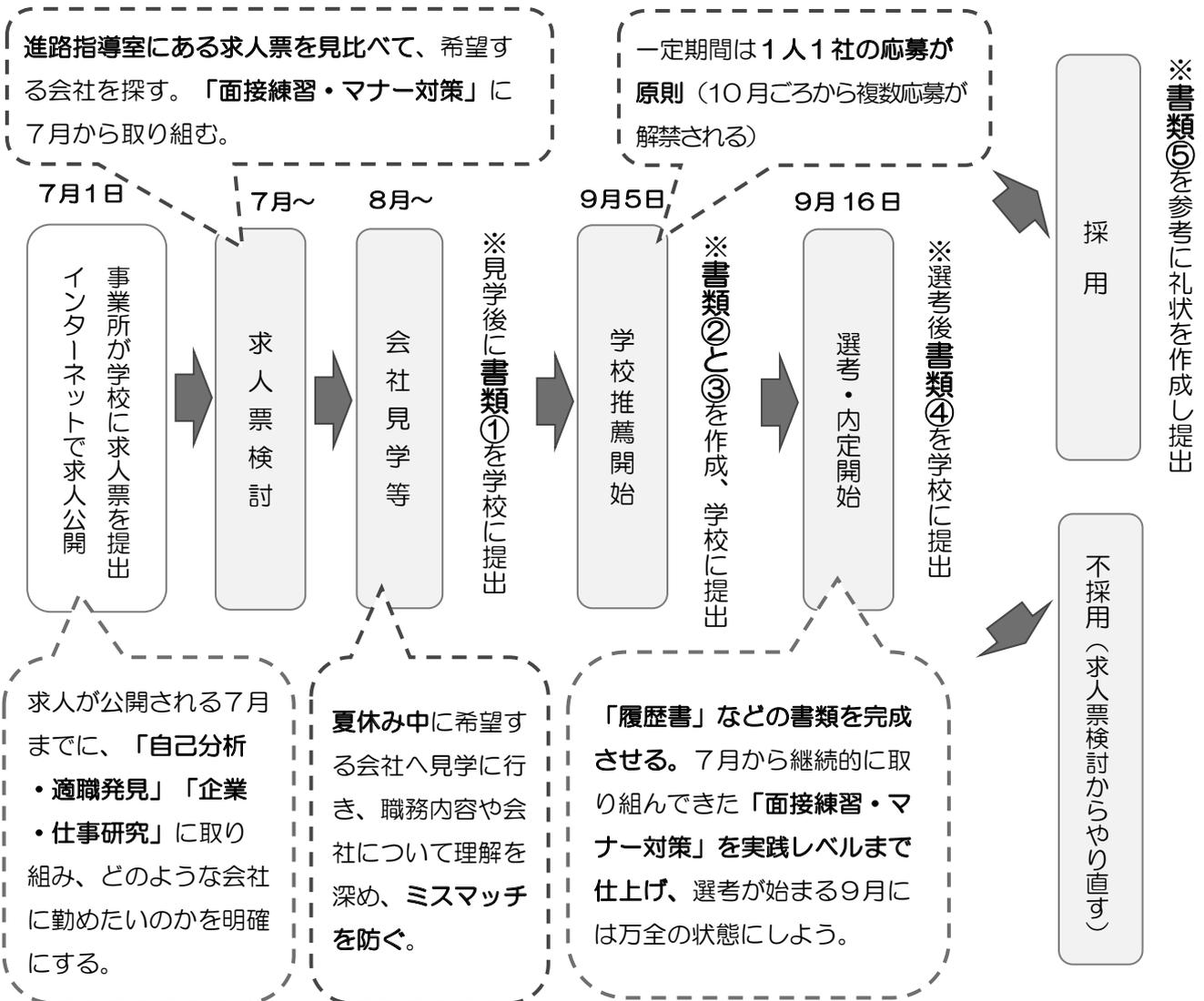
出願チェックリスト	完了後 ☑
【公務員・就職】 募集要項・求人票を手に入れましたか？ 【進学】 志望校の願書・入試要項を手に入れましたか？	<input type="checkbox"/>
【進学】 「出願確認書」は提出しましたか？（様式1）	<input type="checkbox"/>
【進学】 推薦入試の場合 1ヶ月前までに申請 学校長推薦を受けるための書類※（様式3～5）を提出しましたか？ ※但し、学校推薦型選抜（指定校制）を希望する生徒は様式6を含む	<input type="checkbox"/>
【共通】 要項に書かれている、出願に必要な書類は揃いましたか？ （調査書等 → 申請書（様式2）で2週間前までに申請） （その他、志望理由書など）	<input type="checkbox"/>
【共通】 出願前に、保護者（or 担任の先生）と一緒に提出書類の確認を しましたか？	<input type="checkbox"/>
【共通】 郵送前に、提出書類は全てコピーを取りましたか？	<input type="checkbox"/>
【共通】 郵送はポスト投函ではなく、窓口で簡易書留！ 願書提出締切日を確認！ 必着？ 消印有効？	<input type="checkbox"/>
【共通】 学校に公欠願い（様式7）、ドミに外泊届けは出しましたか？ （どちらも2週間前までに申請）	<input type="checkbox"/>
【就職・総合型&学校推薦型選抜】 面接・小論文の練習はばっちり？ 直前まで復習しよう！ 【公務員試験・一般選抜】 受験勉強はばっちり？ 直前まで復習しよう！	<input type="checkbox"/>
<b>受験本番！</b>	
【共通】 受験報告書は記入しましたか？（様式8）	<input type="checkbox"/>
【共通】 合否の結果を、担任の先生やお世話になった先生に報告しよう！ 【就職】 内定をいただいたら、礼状を書いて会社へ送ります！	<input type="checkbox"/>
保護者の方と一緒に、合格後の手続きを進めよう！	





## 6 就職

### 新規高卒の就職活動の流れ(令和7年度予定)



※高校生の就職活動は、統一したルールが決められています。上のチャート図を見てスケジュールをしっかり把握し、必要な書類を作成してください。書類①～⑤は次のページに見本が載っています。実際に作成するときは進路部の先生からもらってください。

#### 注意

- ・漁師又は船員を希望する者は、なるべく早めに進路部、もしくは海洋科の先生に相談してください。
- ・求人票は進路指導室にあるものだけがすべてではありません。インターネットでも公開されています。希望に応じて企業へ求人依頼をすることも可能です。幅広く情報収集してください。
- ・一般常識テスト(SPI)や、クレペリン検査などの対策が必要になる場合があります。対策方法がわからない場合は、進路部の先生に相談してください。



## 7 公務員

### 試験科目と内容

公務員試験は主に以下の内容で構成されています。近年公務員試験は難化しており、2年生から対策(公務員受験の専門学校が実施する模試や講習会に参加するなど)を始める必要があります。

教養試験	高校で学習したすべての教科から出題される。範囲が広く計画的な準備が必要。
適性検査	性格テストと知能テストに分かれる。知能テストは必ず対策が必要。
作文・面接	出題テーマは一般的な話題が多い。人物重視といわれている。
身体・体力検査	腕立て伏せや上体起こしなど基礎的な運動能力を検査する。身体基準もある。

**公務員試験日程一覧(令和6年度)** ※高卒で受験できる公務員試験は、下の表よりも沢山あります。公務員試験は日程が違っていれば、いくつも受験することができます(受験料は無料)。しかし、下記の表を見てわかる通り、同じ職種の一次試験日は同じであることがほとんどです。また、申込が7月頃に始まります(他の進路よりもタイミングが早いです)。よく考え、自分の受験の計画をたててください。

職種	試験名	申込期間	1次試験日	2次試験日	2次合格発表日
消防	東京消防庁消防官Ⅲ類	7/22~8/9	9/15	10/26~11/10	12/5
	さいたま市職員高卒程度(消防)	7/29~8/19	・ 9/29 ・ 10/9, 10	10月中旬 ~11月上旬	11月下旬
	千葉市職員初級(消防)	7/31	・ 9/29 ・ 10/8, 10	10月中旬 ~11月中旬	11月中旬 ~下旬
	横浜市職員高卒程度(消防)	6/20~7/17	9/29	・ 11/9, 10 ・ 11/11, 12	11/29
	川崎市職員高卒程度(消防士)	6/17~7/19	・ 9/29 ・ 10/15	10/25~11/5	11/21
警察	警視庁警察官Ⅲ類(第2回)	8/13~24	9/14	10/5, 6	2次試験から およそ70日後
	埼玉県警察官Ⅲ類(第2回)	7/11~8/21	9/15	・ 10/5, 6 ・ 10/19~27	12/20
	千葉県警察官	7/2~8/20	9/22	10月中旬 ~11月上旬	12月中旬以降
	神奈川県警察官	7/23~8/23	9/22	10/7~18	12月下旬ごろ
海保	海上保安学校学生	7/16~7/25	9/22	10/15~24	11/19

8 進路行事の記録

<input type="checkbox"/> 進路行事 ( ) <input type="checkbox"/> 進路相談 <input type="checkbox"/> 面接練習	
実施日	年 月 日 ( )
内容	
先生・講師	
学んだこと・思ったこと・気づいたこと           	
今後に向けて考えたこと   	

先生より	先生へ
------	-----





















表紙写真 大島丸と富士山

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。