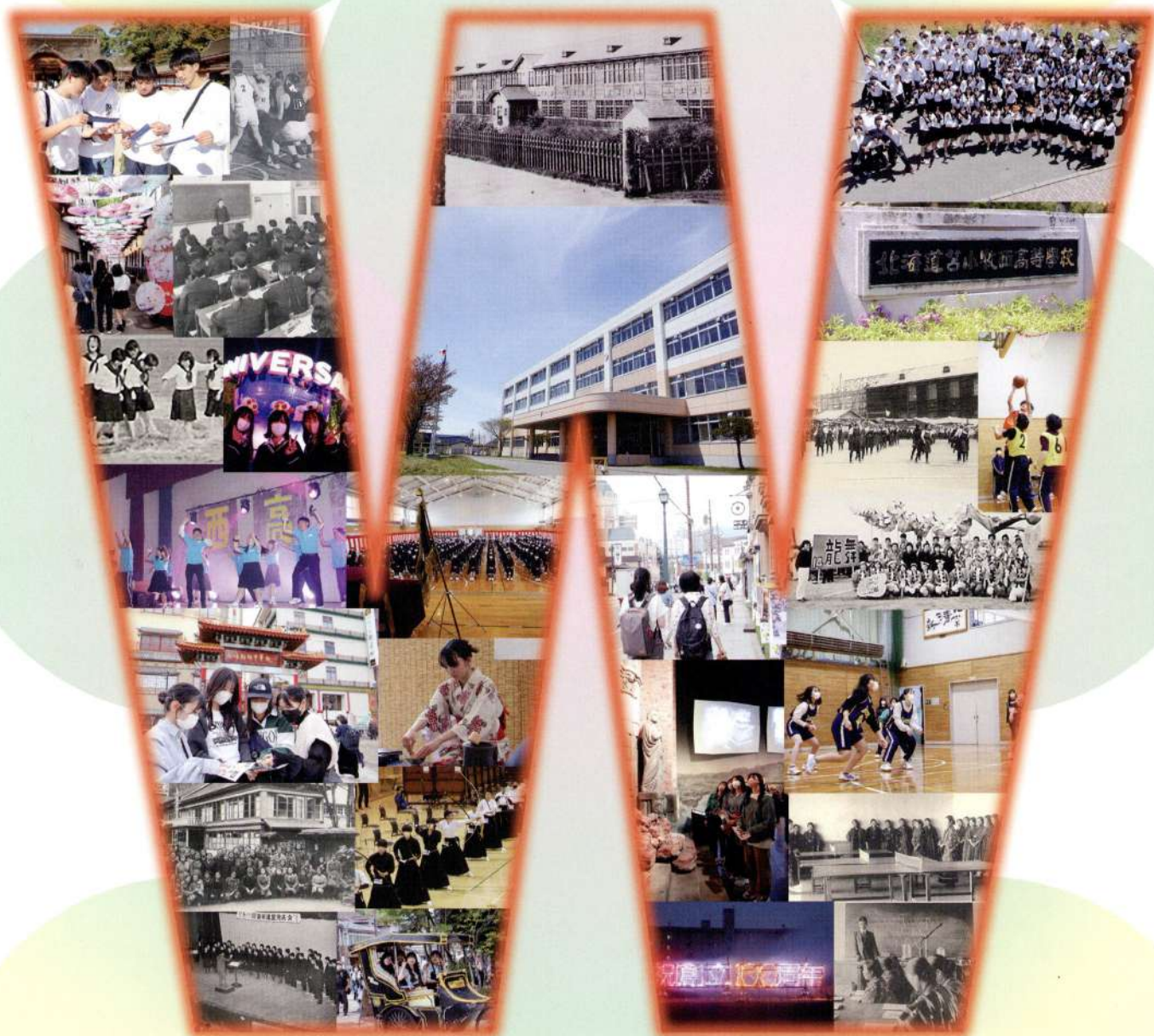


苫小牧西高校 2024 学校案内

西校で夢をつかもう

***WIN* the day WEST high school**



苦小牧西高校は令和元年に創立百周年を迎えました



北海道苫小牧西高等学校

TOMAKOMAI NISHI HIGH SCHOOL

充実ある学校生活は自分たちで創る!!

～西高の学校行事～

4 April

入学式

歓迎会

壮行会

5 May

高体連地区大会



西高祭

7 July



7 July ~ 8 August

総合的な探究の時間

体育大会

8 August



10 October ~ 11 November

見学旅行



大学訪問



12 December

球技大会



3 March

卒業式



3年 伊藤 希杏 (苫小牧市立和光中学校 卒業)

中学生の皆さんこんにちは。生徒会長の伊藤希杏です。皆さんから見て西高はどんな高校ですか？そう言われても難しいですね。私も入学するまであんまりイメージできていませんでした。ですが今日まで過ごしてきて、分かったことがたくさんあります。少しですが紹介したいと思います。

まずは生徒の皆が元気でやりたい事に真っ直ぐなことです。一人ひとりが自分の夢を見つけて進路に向かっています。西高は3年生になると選択授業があり、自分が極めるべき事を授業でカバーすることもできます。また、年間行事の学校祭や体育祭などでは西高生の個性が爆発します。(笑)他にも部活動で、良い成績を残すなど、西高生はとにかく目の前のことに全力で取り組むことができる素直な生徒が多くいます。私は、1年生の時にバレーボール部に入っていました。ケガで2年生から美術部として活動しています。バレー部の顧問は私の気持ちをしっかりと聞いてくれましたし、気持ちを尊重してくれました。西高の先生方は生徒と対等に接して相談に乗ってくれる人が多いです。そこも西高のいいところです。中学生の皆さんはこれから進路について悩んだり困ったりすると思います。そんな時にはぜひ西高を選択肢に入れてみてください。頑張る皆さんを応援しています。



2年 川村 咲生 (苫小牧市立青翔中学校 卒業)

中学生の皆さんこんにちは。皆さんは西高校についてどのような印象を持っていますか？私が入学して感じた西高の良さを皆さんに紹介したいと思います。

西高の1番の魅力は楽しい行事です。元気いっぱい楽しい生徒のみんなが全力で盛り上げてくれるので始めから終わりまでの全ての瞬間が最高に楽しいです！主な行事としては、1学期に学校祭、2学期に体育大会、3学期に球技大会があります。楽しいのはもちろんのことですが、自ら率先して準備に取り組んだり、クラスの人々と協力することによって自分自身の成長にもつながります。

西高校といえば「自由な校風」が印象的だと思います。服装が自由の期間がありますが、きちんと制服もあるので気分やその日の授業内容によって服装を変えることができます。これは西高独自の文化といえるでしょう。

また、部、局、同好会の種類が豊富であり、多くの生徒が所属しています。中学生の時に所属していた部活動を続けて更なる高みを目指したり、今まで経験したことのない部活動に挑戦してみても良いと思います。私は現在ソフトテニス部に所属しています。入学した当初、加入する予定はなかったのですが、体験に行った時に、面白くて優しい先輩と楽しい雰囲気になれて入部することにしました。部活動体験期間があるので、興味のある部活がある人も、加入する予定がない人も一度体験に行ってみてください！

西高の良さについて紹介しましたが、それぞれの高校にそれぞれの良さがあります。先生や周りの人のアドバイスを聞きつつ、最終的に自分の意思で進路を決めるように、学校体験に行ったり、自分で調べたりしてみるといいと思います。残りの受験生活、精一杯努力していい高校生活を送れるように頑張ってください！



1年 奥野 愛那香 (鶴川町立鶴川中学校 卒業)

中学生の皆さんこんにちは。みなさんは高校に入ったら頑張りたいことはありますか？

私は、勉強と部活動の両方を頑張りたいと思っていました。中学生の頃は、部活に入っていたのですが、なんとなくで入部したのもあり、1年で辞めてしまいました。そのまま中学3年生になり進路を決めるため、西高のオープンキャンパスに行きました。そこで最初に私は、西高の行事の1つである西高祭(学校祭)の動画を見て心を動かされたのです。ここだったら3年間笑顔で楽しく過ごせそう！と思いました。他にも、部活動体験で西高生の方が明るく接してくださったり、なによりも堂々と部活をしている先輩方がカッコよかったこともあり西高校を受験することにしました。それから、西高に入ったらこんなことを頑張りたいというイメージをモチベーションに活かしていました。

実際に西高に入学して、個性豊かで、何事も楽しむ元気があって、優しい生徒がたくさんいました。さらに行事では、今まで関わりが少なかったクラスメイトとも話ができて、より一層協力し合い行事を楽しむことができます。特に西高祭では、教室を使ってアトラクションやフォトスポットなどを作り楽しませるHR展示、各組ごとに最高のダンスで競い合うパフォーマンス、クラスごとにテーマを決めていかに魅力的に表現できるかをみる学級期作りの3つが主に行われました。その他にも、ステージで歌やダンスを披露する有志発表や普段学校の昼食で食べられないものを提供する模擬店などがあります。

中学生の皆さんには、冒頭で話したことや西高のことで、もし自分が高校に入って、友達と遊びに行ったり、テストで高得点を取ったり、部活を一生懸命にやっていたらと考えてみてほしいです。今は受験勉強で苦しい時期ですが、これからの高校生活がちょっとだけ楽しみになりますか？来年皆さんに会えることを心から楽しみにしています。

自分の可能性を

先輩・後輩とのつながりを大切にし、自分の限界に挑戦
部活動の加入率は、例年 70 ～ 80%。運動系・文化系と
部活動以外にも、体操や水泳、スケートボードなどで活

体育系部活動

弓道部



- ・第68回全国高等学校弓道大会出場（全国）
- ・特別国民体育大会弓道競技会出場（全国）
- ・第41回全国高等学校弓道選抜大会出場（全国）

陸上部



- ・第76回北海道高等学校陸上競技選手権大会室蘭支部予選大会 出場
- ・第38回高体連室蘭支部新人陸上競技大会 出場

剣道部



ソフトテニス部



- ・特別国民体育大会ソフトテニス競技北海道ブロック予選会兼北海道体育大会出場（全道）
- ・第53回 北海道高等学校新人ソフトテニス選手権大会出場（全道）

男子バスケットボール部



- ・2023年度苫小牧地区高等学校バスケットボール春季大会（ベスト8）
- ・令和5年度全国高等学校体育大会バスケットボール競技大会室蘭支部予選会（ベスト16）

女子バスケットボール部



- ・2023年度苫小牧地区高等学校バスケットボール春季大会 出場
- ・令和5年度全国高等学校体育大会バスケットボール競技大会室蘭支部予選会 出場

野球部



バドミントン部



- ・令和5年度 特別国民体育大会バドミントン競技苫小牧地区予選会出場（男子シングルスベスト8）
- ・令和5年度 第75回北海道高等学校バドミントン選手権大会室蘭支部予選会出場（女子ダブルスベスト16）
- ・第76回北海道バドミントン選手権大会苫小牧地区予選会出場（男子ダブルスベスト16）



女子バレーボール部



伝統と実績ある部活動で

ます。

に、全道・全国に進出しています。

し全道、全国や国際大会に出場している生徒もいます。

文化系部活動

吹奏楽部



- ・第51回日胆地区ソロ・アンサンブルコンテスト クラリネット3重奏金賞、サクソ5重奏金賞
- ・第68回日胆地区吹奏楽コンクール高等学校8編成の部 金賞 全道大会出場

演劇部



美術部



- ・第57回全道高等学校美術・研究大会 参加

書道部



- ・第65回全道高等学校書道展 研究大会 (全道) 出品

写真部



- ・第47回全国高等学校総合文化祭写真部門出場 (全国)
- ・第46回全道高等学校写真展・研究大会出場 (全道)

茶道部



図書局



- ・第45回全道高等学校図書研究大会 (全道)

英語同好会



生徒会執行部



ダンス同好会



資質を磨き 才能を開花させよう

西高では、将来の進学希望や就職希望に関わらず、しっかりと学習に取り組むことが学習の基本です。西高生は、授業態度がしっかりしており、常に旺盛な意欲を持って、前向きに取り組んでいます。授業を通して、高校での学びが社会生活とどのように結びつき、どのように役立つのかを考えながら、自己の生き方や考え方を深めていきます。

【教育課程の特徴】

1. 1学年では、進路希望にかかわらず、社会で必要な基礎基本をしっかりと身につけるために全員が共通科目を学習します。
2. 2学年では、類型や選択授業を導入しないことで、じっくりと自らの進路を考えることができます。進路目標を具体化させながら主体的に学習に取り組んでいます。
3. 3学年では、進路希望に応じた選択授業を行います。進路実現に向けて、少人数指導やTT授業を導入し、一人ひとりが学びの質を高めています。

1 年	2 年	3 年		
		共 通	選 択 A	選 択 B
現代の国語	論 理 国 語	論 理 国 語	日本史探究	音楽Ⅱ/書道Ⅱ
言 語 文 化	古 典 探 究	古 典 探 究	世界史探究	理 科 探 究
地 理 総 合	文 学 語 理 物 理 生 物	文 学 語 理 物 理 生 物	数学B・数学C	消 費 生 活
公 共	歴 史 総 合	数学Ⅲ/数学に親しむ	数 学 研 究	情 報 Ⅱ
数 学 Ⅰ	数 学 Ⅱ	政 治 経 済	化 学	
数 学 A	化 学 基 礎	体 育	簿 記	
物 理 基 礎	体 育	英語コミュニケーションⅠ		
生 物 基 礎	保 健	家 庭 基 礎		
体 育	音楽Ⅰ/書道Ⅰ			
保 健	英語コミュニケーションⅡ			
音楽Ⅰ/書道Ⅰ	論 理・表 現 Ⅱ			
英語コミュニケーションⅡ	家 庭 基 礎			
論 理・表 現 Ⅰ	情 報 Ⅰ			
計28単位	計28単位	計22単位	計4単位	計2単位
総合的な探究の時間	総合的な探究の時間	総合的な探究の時間		
L H R	L H R	L H R		

入学者選抜について(募集人員160名)

【推薦入試】入学枠は募集人員の20%

・推薦の要件

学業に優れ、基本的生活習慣が身に付いており、次のいずれかに該当する生徒

1. 自ら学ぶ姿勢を持ち、社会人としての基本的な資質を身に付け、進路実現に向け、主体的、積極的に、行動する生徒
2. 多様性や共生社会について興味・関心を持ち、授業や特別活動で他者との協働的、体験的な学びに意欲的に取り組む生徒

【一般入試】

■学力点と学習点を同等に取り扱う選抜(70%程度)

■学力検査の成績を重視する選抜

学力点：学習点 = 9：1 (15%程度)

■個人調査書等を重視する選抜

学習点：学力点 = 6：4 (15%程度)

夢をつかむために

4-April

進路希望調査
看護模試
公務員模試

5-May

進路オリエンテーション
進学模擬試験
公務員模試

6-June

進学講習
進学模擬試験
公務員模試
看護模試
模擬面接指導

7-July

進学模擬試験
進学講習
模擬面接指導

8-August

進路希望調査
進学模擬試験
就職者校内選考
進路オリエンテーション

3-March

国公立大、中期後期入試
卒業式

進路決定に向けて

課外講習、個人添削指導、個別面談、模擬試験

9-September

進学模擬試験
看護模試
進学講習
就職試験開始
総合型選抜入試開始

2-February

国公立大、前期入試
進学模擬試験
公務員模試
進路オリエンテーション

1-January

共通テスト
自己採点
私大・短大入試開始

12-December

共通テスト対策
進学講習
進学模擬試験
公務員模試

11-November

看護模試
模擬面接指導
学校推薦型選抜入試開始
進学講習

10-October

進学模擬試験
公務員模試
進学講習
共通テスト願書出願
模擬面接指導

西高では、一人ひとりの進路希望に応じて、きめ細やかな進路指導を行っています。

1. 3年間を見通した計画的なキャリア教育を行います。
2. 小論文指導で、社会で必要とされる読解力や表現力を身に付けます。
3. 大学短大、看護学校、公務員志望等進路希望に応じた課外講習を行います。
4. 進路相談のための個人面談や就職・進学に向けた面接指導等、個別指導を重視しています。

【進路状況】

1. 大学・短大進学

- 大学進学者は例年40名ほどで、主に道内の国公立・私立への進学となっています。国公立大学進学を希望する生徒が年々増加しています。
- 一般公募推薦とは別に、苫小牧西高校の指定校推薦（特別推薦枠）等については、つぎのような学校があります。志望先と一致した場合は大いに活用してください。
 - ・ 道内の主な指定校…北海学園大学・酪農学園大学・北海道科学大学・北海道医療大学・札幌学院大学・北海道情報大学・北海道文教大学・北星学園短期大学部 等
 - ・ 道外の主な指定校…城西大学・城西国際大学・日本薬科大学・日本文化大学・八戸工業大学・松蔭大学・跡見学園女子大学・帝京短期大学 等

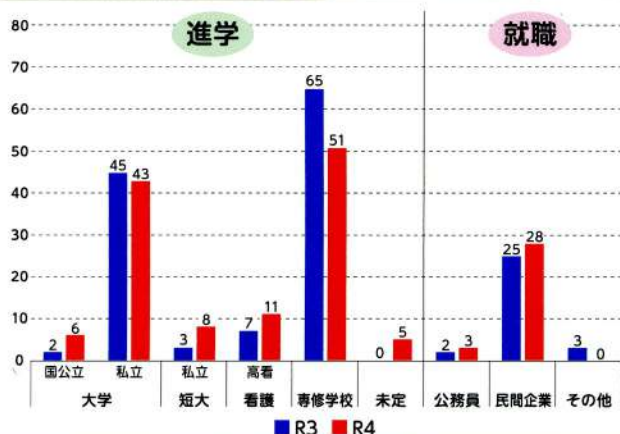
2. 看護医療系学校

- 苫小牧市内の看護学校を中心に委託生を利用して進学しています。近年、医療系の4年制大学への進学も増えています。
- 看護一日体験、看護講話、看護対象の進学講習や看護模試、面接指導を実施しています。

3. 民間就職・公務員

- 苫小牧市を中心に事務や販売、製造技術職などが多く、千歳市や恵庭市など近隣の製造職に就く生徒も増えています。公務員希望者は毎年一定数います。
- 就職希望者には、企業説明会への参加、インターンシップ（職業体験）、履歴書指導、全教職員による面接指導などを実施し就職率は100%です。特に苫小牧市内や管内の多くの就職先企業から「西高卒業生は、明朗快活で、即戦力となる」など、高い評価を受けています。

進路状況



主な進学先

大 学…岩手大学、室蘭工業大学（2）、北海道教育大学旭川校、名寄市立大学、旭川市立大学、北海学園大学（6）、北星学園大学、北海道文教大学（6）、酪農学園大学（2）、札幌大学（3）、札幌学院大学（12）、東海大学札幌、北海商科大学、北海道千歳リハビリテーション大学（2）、日本医療大学、北海道医療大学（3）、北海道情報大学、札幌大谷大学、札幌国際大学（2）、大谷大学

短 大…北海道武蔵女子短期大学（2）、北星学園大学短期大学部（2）、北翔大学短期大学部（2）、光塩学園女子短期大学、沖縄キリスト教短期大学

看 護…苫小牧看護専門学校

専門学校…札幌医療秘書福祉専門学校、吉田学園医療歯科専門学校（2）、札幌看護医療専門学校、北都保健福祉専門学校、札幌スポーツアンドメディカル専門学校（2）、北海道理容美容専門学校、北海道美容専門学校（5）、札幌こども専門学校（5）、経専北海道保育専門学校、北海道介護専門学校、日本工学院北海道専門学校（2）、北海道ハイテクノロジー専門学校（4）、札幌情報専門学校、札幌情報未来専門学校、経専音楽放送芸術専門学校、日本航空大学校新千歳空港キャンパス、吉田学園公務員法科専門学校、北海道製菓専門学校、光塩学園調理製菓専門学校、札幌ブライダルアンドホテル観光専門学校、北海道どうぶつ専門学校、北海道どうぶつ・医療専門学校、北海道エコ・動物自然専門学校（4）、札幌観光ブライダル製菓専門学校（2）、専門学校札幌ビジュアルアーツ（4）、上田安子服飾専門学校、札幌スイーツアンドカフェ専門学校、総合学園ヒューマンアカデミー札幌校、代々木アニメーション東京校、HC HDI COLLEGE

主な就職先

【民間企業】ホクレン農業協同組合連合会苫小牧支所、フルハーフ北海道株式会社、株式会社海の別邸ふる川、株式会社タナカコンサルタント、苫小牧市民薬局株式会社、野口観光株式会社、株式会社柳月、新日本海フェリー株式会社苫小牧支店、千代田サービス販売株式会社、株式会社ユーイング、羽田空港サービス株式会社千歳空港事業所、王子製紙株式会社苫小牧工場、株式会社マザーズ、株式会社ホテルニュー王子、株式会社デンソー北海道、生活協同組合コープさっぽろ、トヨタ自動車北海道株式会社、株式会社JALUXエアポート、株式会社マテック千歳支店、株式会社パイン住幸、田辺商事株式会社、大同電設株式会社、苫小牧川沿歯科医院、一般社団法人日本貨物検査協会北海道支部

【公務員】航空自衛隊自衛官候補生、苫小牧市消防職員、白糠町職員

卒業生からのメッセージ

2022年度卒業 中川 拓登 さん

岩手大学 理工学部 進学

初めまして、私は一般受験で合格し4月から岩手大学理工学部物理・材料理工学科マテリアルコースに通っています。私は高校入学当初から大学受験をすることを考えており、高校2年生の時に一般受験で大学に進学しようと行動をはじめました。初めて私が一般受験をして大学に行きたいと言う時に反対されることを覚悟していました。しかし反対する先生は誰一人おらずむしろ応援してくれる先生方しかいませんでした。そうして3年生になる頃には大学受験をする友達が増えました。そこで担任の先生が私達の勉強をはかどるようにするためにクラスで勉強を邪魔しないような雰囲気づくりや、進路資料室に自習スペースをつくってくださりもしました。そのおかげで学校では人目を気にせずに勉強をしやすいになりました。大学受験の勉強は学校でやっている内容とは全然違うレベルで分からないところも多く苦戦していました。そういう時は先生に質問をし丁寧に解説をしてもらい解決していました。学校でやらない単元や教科に関しては個別で放課後にじっくりと講習をしてくださりました。私は二次試験で数学と物理を使うため数学と物理の先生に家庭学習期間で3年生は授業がなくなる時期に学校に毎日のように通い過去問の解説をお願いし、先生方の空いている時間を私の勉強を教えるために使ってくださいました。

私達が大学に合格することが出来たのは自分達自信が相当努力をすることが出来たからだけでなく先生方が親身になって勉強を教えてくださいましたからです。西高校はそれぞれの方が自分の進路に向かって活動できるいい学校です。行事もとても楽しく、本当に楽しい高校生活を過ごすことが出来ると思います。

2022年度卒業 林 真奈香 さん

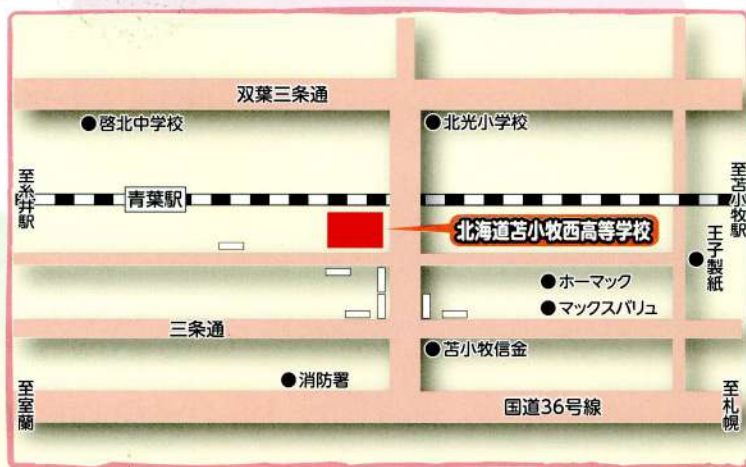
ホクレン農業協同組合連合会苫小牧支所 就職

私は4月から社会人になりました。主に事務の仕事をしています。私は進路を決めなければいけない時期ギリギリまで悩んだ末に就職に進路を決めました。私は大学に行くにしても、就職をするにしてもいいところに行きたいという気持ちが、入学当初から変わらずにあったため3年間成績は上位を目指して努力していました。

就職は決して多くはない求人の中から、自分に合った会社を選ばなければいけません。その上、いい会社は校内と他校とで競争率が高く自分が就職したいところに就職するのはなかなか難しいと思います。そのため、3年生の夏休みには自分の印象を付けるためや、就職してから失敗することのないよう、職場の雰囲気や人柄を知るためにも何社も職場見学に行きました。面接練習のため何度も学校に行き、それと並行して、テスト勉強にも手を抜かずに取り組みました。最後の夏休みは楽しいものではなかったですが、その結果私は難しいと言われていた就職先に第1志望で内定をきめることができました。放課後や夏休み中に何度も何度も面接練習を手伝ってくれ、就職活動を支えてくださった進路担当の先生には本当に感謝しています。今は良い職場に就職したこともあり、社会人生活はものすごく充実しています。高校3年生のときにちゃんと手を抜かず会社を選んで、必死に勉強してよかったと心から思います。

西高校は楽しむ時には一緒に思いきり楽しんでくれる先生方や、頑張っている生徒にはそれと同じ熱量で向き合ってくれる先生方が多くいるのでとても魅力的だと思います。楽しい行事も沢山あるので自然と息抜きもできるし、勉強もその分頑張れるのではないかと思います。コロナも治まり、元気がたくさん西高校なのできっとすごく楽しい充実した学校生活を送ることができると思います。メリハリをつけてみなさんも頑張ってください！応援しています！

【学校への通学は】 登校時間は、8時30分。通学は公共交通機関としてJR通学(最寄駅はJR青葉駅)やバス通学(最寄バス停は西高校前・青葉町1丁目)が利用でき、市内はもとより管内からの通学も、交通アクセスが非常に良くなっています。また、自転車通学については届出制となっており、冬季以外については多くの生徒が自転車通学をしています。



北海道苫小牧西高等学校

〒053-0807 北海道苫小牧市青葉町1丁目1番1号

TEL(0144)72-3003 FAX(0144)74-2977

<http://www.tomanishi.hokkaido-c.ed.jp/>