

夢、  
実れ。

都立  
千歳丘  
高校



東京都立千歳丘高等学校 2026年度入学案内

## 校長挨拶 校長 萩谷 磨

ようこそ「望みに夢に 血潮ぞ燃ゆる」千歳丘高校へ



本校は、東京都が東京府と呼ばれていた1942年（昭和17年）に東京府立第19高等女学校として開校し、今年で創立83年を迎えた伝統ある全日制普通科高校です。小田急線千歳船橋駅から徒歩7分、世田谷区の閑静な住宅街の中にありながら緑豊かで広大な敷地を有しており、学習環境として大変恵まれております。そのような環境の下、本校生徒は、保護者、地域、同窓会の方々から支援を受け、伸び伸びと学校生活を過ごしています。

本校生徒は約50%が4年制大学進学を希望しており、また、医療・看護をはじめとしたさまざまな自己実現のための専門学校への進学希望者や公務員を目指す生徒もおります。生徒の進路実現のために習熟度授業や少人数授業の実施、校内寺子屋、補習や講習など、生徒のニーズに合わせたきめ細かく手厚い学習指導を実施し、生徒をサポートしております。

本校で、自身の夢の実現に向け、心を磨き、身を鍛え、可能性を大きく伸ばし輝いてみませんか。黄金の美し稲（うましね）になれるよう、撓（たゆ）まず学び続け、主体的に行動しようとする生徒の皆さんの入学をお待ちしております。

## 教育目標

「高志」 目標を高く掲げ、自ら学び行動し、夢を実現する。

「自律」 よりよい生き方を求めて、自分で深く考え判断し、進んで実行する。

「信頼」 信頼を築き、信頼を守り、人間関係を大切に育てる。

## 「夢、実れ。」

千歳丘高校のキャッチコピーです。

本校で生活する中で夢を見つけ、その夢を育て、最後に実った夢を掴み、次のステージへ進む稲を苗から大切に育て、最後には美しく黄金に輝く美し稲（うましね）となり収穫の時を迎え、生徒一人ひとりが知識と教養を身につけ、社会で活躍できる人材になるよう願いを込めています。

## 夢を实らせる4つの特色

本校では、生徒一人一人の夢を实らせるために様々な教育活動に取り組んでいます。

それらをわかり易く4つの特徴として、校歌【→P8】の一部を引用しながら紹介します。

1. 撓たゆまず学びいそしみて →P3 授業について
2. 心を磨き 身を錬きたへ →P4 生活指導について
3. わが青春の 楽しさよ →P5-6 学校生活について
4. 美うるはしき 者とはならん →P7 進路活動について

千歳丘高校マスコットキャラクター「うましねくん」

千歳丘高校（通称「ガオカ」）に通う馬の妖精だよ。  
頭から生えた稲穂と、希望の光をイメージした額の毛並みが特徴だよ。  
ガオカ生の夢のパワーが集まると、稲穂が成長するんだよ。



# 千歳丘高校の一日

08 : 30

## 登校

校門にいる先生に挨拶して  
元気に一日を始めます。



08 : 30

## ショートホームルーム

ホームルームクラスで  
朝の連絡を聞きます。



08 : 40

## 午前授業

午前は 50 分授業を 4 コマ行い  
ます。

本校の授業では、基礎を固め、  
発表や演習、実験等の多様な活  
動により主体的に学び、知識と  
応用力を身につけていきます。



12 : 30

## 昼休み

クラスメイトと教室で昼食。  
自動販売機でおにぎりやパン、  
ドリンクを購入できます。



食べ物の自動販売機



12 : 30

13 : 15

13 : 15

15 : 05

## 午後授業、ショートホームルーム

午後は 50 分授業を 2 コマ行います。



## 放課後

部活動、寺子屋、進路、生徒会活動など  
部活動、進路や生徒会の活動などに自主的  
に取り組みます。

数学、英語の基礎力を強化する校内寺子屋、  
補習も行い、生徒の学力を伸ばしています。  
生徒会を中心としたリーダーの育成、生徒の  
アイデアを生かした学校改善にも取り組んで  
います。



## 下校

今日も充実した一日でしたね。また明日！

# たゆ 撓まず学び いそしみて

努力する生徒の学力を伸ばします

本校では、「興味・関心を引き出すわかる授業」を行っています。  
 将来のために、3年間で大きな力をつけられるよう学びましょう。  
 補習や長期休業中の講習、基礎を固める数学と英語の無料の個別塾（校内寺子屋）を開講しています。



## 千歳丘高校の教育課程【カリキュラム】

本校の教育課程は、1、2年では基礎学力を定着させ、3年では進路に応じて多くの選択科目から授業を選ぶことができます。それぞれの授業では、様々な活動を通して学びを深めることができます。

	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
1年	現代の国語②	言語文化②	地理総合②	公共②						数学Ⅰ③		数学A②	化学基礎②			体育③		保健①		芸術Ⅰ②		英語コミュニケーション③			論理・表現Ⅰ②		情報Ⅰ②	総合的な探究の時間①	ホームルーム①	
2年	論理国語②	文学国語②	歴史総合②				数学Ⅱ③		物理基礎②	生物基礎②		体育③		保健①		英語コミュニケーション③			論理・表現Ⅱ②		家庭基礎②			必修 A 政治・経済 B 化学基礎 C 英語4技能演習	選択科目 ② 古典基礎 ③ 芸術Ⅱ ④ 数学B	総合的な探究の時間①	ホームルーム①			
3年	論理国語②	文学国語②	数学C または 日本史探究③	世界史探究 または 日本史探究③			体育②		英語コミュニケーション③ 演習	論理・表現Ⅱ演習②		古典探究④	政治・経済②	数学Ⅲ④	物理④	化学④	生物④	地学基礎②	音楽Ⅲ②	美術Ⅲ②	総合英語基礎②	自由選択科目④～⑭ ④ 現代文演習② ⑤ 古典演習② ⑥ 実践演習② ⑦ 国語演習② ⑧ 地理演習② ⑨ 日本史演習② ⑩ 政治・経済演習② ⑪ 数学Ⅰ演習② ⑫ 数学Ⅱ演習② ⑬ 体育演習② ⑭ 音楽表現② ⑮ デザイン演習②	総合的な探究の時間①	ホームルーム①						

②の中の数字は単位数を表しています。「芸術」では、「音楽」、「美術」、「書道」から1科目選択します。教育課程は変更される場合があります。「人間と社会」は、「総合的な探究の時間」で代替します。

## # 在校生からのメッセージ

私は1年生のときから定期考査を頑張っています。中学生のときは勉強をきちんとしなかったのが受験する際にもっと勉強しておけば良かったという後悔がありました。だから高校では後悔しないように1年生のときからしっかり定期考査に取り組もうと決めました。最初は勉強方法もわからず諦めそうになりましたが、先生に質問したり自分なりにノートをまとめたりして頑張りました。そして学年が上がるにつれて自分に合った勉強方法を見つけることができ、点数も安定するようになりました。

これまでの定期考査を受けて感じたことは、勉強は日頃の積み重ねだということです。定期考査直前に勉強しても良い点数を取ることはできません。だから日頃の授業はただ受けるだけではなく、どこが重要なのかを自分で考えたり、疑問点はそのままだしないで先生に聞いたりすることが大切だと思います。時には、とても頑張って自信があったのに点数が下がってしまうこともありました。しかしその時の努力は無駄にはならないし、その努力は次の自分に繋がります。だからこれからもそのときやるべきことを精一杯取り組み、頑張っていきたいです。

# 自分に合った勉強法 # 勉強は日頃の積み重ね



# 心を磨き 身を錬へ

規範意識を育てます

社会で生活していくためには、一定のルールが必要です。まずは千歳丘高校のルールを守り、信頼される人になりましょう。



## 千歳丘高校の生活指導

本校では、生徒が充実した学校生活を送ることを第一に考えています。

生活指導では、「何が問題なのか」を深く考え、自ら改善していく姿勢を身につけてもらいます。

### ○制服のルールについて

ブレザー、ネクタイまたはリボン、スカートまたはスラックスは指定のものを着用します。

スカートは白と本校イメージカラーのオレンジのチェック柄です。入学式などの式典や学校が特に指定する日は正式な青いワイシャツを着用します。

平常の授業の日は市販の白いワイシャツでも可とします。

夏服期間中、ブレザー、ネクタイやリボンの着用は自由とし、シャツは本校指定の紺のポロシャツでも可とします。

千歳丘高校自慢の制服を正しく着用しましょう

### ○身だしなみ指導の徹底

本校のルールに従ってきちんと指導します。

- ✗ スカートを短くしての着用
- ✗ 染色や脱色などの頭髪の加工
- ✗ 口紅やチークをはじめとした化粧
- ✗ ピアスやカラーコンタクトなどの装飾品

### ○定期的な先生との面談

本校では、面談週間を定期的に設けており、日々の学習や、進路指導、友人関係等の不安を解消しやすい環境作りを進めています。また、スクールカウンセラーが週に2回来校し、担任と連携を取りながら生徒をサポートします。

## # 在校生からのメッセージ

私は千歳丘高校に入学してとても良かったと思います。それは、周りの人たちに恵まれたからです。友達や先生、部活動の仲間など支えてくれる人がいたからこそ毎日がとても充実していました。特にダンス部では、一番の行事である文化祭に向け何度も練習を重ね、時には意見がぶつかることもありましたが、最後には心を一つにして最高の舞台を作ることができました。それも部員のみんに支えられてできたことだと思います。

体育祭ではクラス全員で団結し、応援や競技に全力で取り組んだことでクラスの絆が深まったと思います。放課後には友達と遊びに出掛けたり、ファストフード店でおしゃべりしたりする何気ない時間が今しかできないとても大切なことだと実感しています。

これまでの学校生活を振り返って思うのは、「自分から行動すること」が大切だということです。声をかけたり、挑戦したりすることで、自分の世界が広がり人との繋がりも増えていくと思います。高校生活はあっという間に過ぎていきます。人生に一度の高校生活だからこそ、一日一日を大切に、今しかできないことを思いきり楽しんで欲しいです。私にとってこの3年間は一生の思い出です。

# 自分から行動すること # 一生の思い出

## わが青春の 楽しさよ

### 笑顔あふれる学校生活

高校3年間でしか経験できないことがあります。体育祭や文化祭、修学旅行などの行事や部活動、生徒会活動などを通じ、本校の仲間と楽しい時間を共有し、物事を達成する楽しさと充実感を味わってほしいと考えています。



### 千歳丘高校の行事



入学式



新入生歓迎会

遠足



体育祭

### # 在校生からのメッセージ

僕は千歳丘高校に入学し、3年間男子バレーボール部に所属しています。キャプテンとしてチームをまとめながら日々の練習に取り組んできました。部員のサポートがあり最後までキャプテンの役割を果たせたと思います。

僕はキャプテンを任されるまで人をまとめることが得意ではありませんでした。そのため当初はどう振る舞えば良いかわからず、戸惑うことばかりでした。練習中の声かけ一つにしても何を言えばチームの雰囲気よくなるのか、どうすれば部員が自分についてきてくれるのかとても悩みました。それでも自分なりに考え試行錯誤を繰り返し、少しずつ出来ることを増やしていきました。時には思うように行かず悔しい思いをすることもありましたが、チームのみんなが支えてくれたおかげで前向きに頑張ることが出来ました。

毎日の厳しい練習を乗り越える中で自然とチームの団結力が高まり、次第にキャプテンとしての自覚と自信が持てるようになりました。

ここまで続けてこられたのは自分一人の力ではなく、支えてくれた仲間達のおかげです。これからも感謝の気持ちを忘れず努力を重ねていきたいです。

# 試行錯誤を繰り返し

# 感謝の気持ち

## 千歳丘高校の国際交流

国際交流を通じて日本を知り、世界を知る。

本校の姉妹校である台湾の「国立宜蘭（イーラン）高等商業職業学校」の生徒が本校に来校し、交流しています。

日本の文化や伝統を見直すとともに、多様な文化や考え方、あり方を理解・尊重できるような人になることを期待しています。



美稲祭【文化祭】



宜蘭校来校



修学旅行

卒業式

## # 在校生からのメッセージ

私は何かを演じるのが好きで演劇部に入りました。

初めは先輩や先生が書いた台本を演じるだけでしたが、幼少期に体操と空手を習っていた経験を活かしアクションをやりたいと希望を出しました。台本に組み込んだところ客席から歓声が上がリ、嬉しかったのを覚えています。私は意見を言うのが苦手な周りに合わせることも多かったのですが、生徒が脚本を書くので意見を出し合う場面が増えました。そこから新たなアイデアが生まれることもあり、自分の意見を言うのが億劫でなくなりました。

少人数の部活なので時間の融通が効く分、一人の都合で全体に遅れが出ることもあるので、調節しながら作品を作るということを意識して取り組んできました。また、1年生で脚本作りに取り掛かったのですがやはり難しく、話の構成などがあまり上手いきませんでした。その反省を活かし、2年生の去年11月頃から構想を練り、今年の10月の地区大会の台本を書くことにしました。台本に手を抜きたくなかったため、完成した後も少しでも違和感があれば、おまかならずじは変えずに設定を変えることもありました。

『納得いくまで作り続ける』ということを目指し、演劇も勉強も趣味も頑張るのが私のモットーです。

# 歓声が上がリ嬉しかった

# 納得いくまで作り続ける

美はしき 者とはならん

進路実現を後押しします

希望進路を実現し、社会で輝ける人物を育てたいと考えています。

本校では、生徒一人一人の進路実現に向けて、様々な取り組みを行っています。

本校での3年間で、みなさんの夢や希望を見つけ、それを実らせてほしいと考えています。

1年

自分を知る

自らが興味を持つ分野を知る

2年

深める

進路についての学びを深める

3年

未来へつなぐ

希望する進路を実現させる

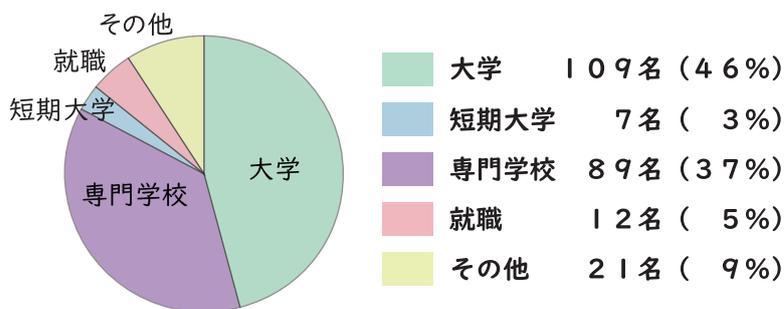
千歳丘高校では、本校から進学後のさらに先の進路も見据えて進路指導を行っています。



千歳丘高校の進路実績【2024年度卒業生】

卒業生の 91% が自分で見つけた希望の進路に進んでいます。

卒業後の進路



主な進路先【掲載は一部のみです】

大学

- 亜細亜大学
- 桜美林大学
- 杏林大学
- 國學院大学
- 国士館大学
- 産業能率大学
- 実践女子大学
- 淑徳大学
- 専修大学
- 高千穂大学
- 東京成徳大学
- 拓殖大学
- 帝京大学
- 東海大学
- 武蔵野大学
- 明星大学

短期大学

- 国際短期大学
- 貞静学園短期大学
- 目白大学短期大学部

専門学校

- 草苑保育専門学校
- 国際動物専門学校
- 至誠会看護専門学校
- 新宿医療専門学校
- 日本外国語専門学校
- 日本電子専門学校
- 東放学園専門学校
- 文化服装学院
- 真野美容専門学校
- 国際文化理容美容専門学校
- 桑沢デザイン研究所専門学校

就職

- 西武・プリンスホテルズ ワールドワイド
- 京王ストア
- イオンリテール
- NPO 法人グレースケア機構
- 刑務官



主な指定校推薦【大学のみ抜粋】

- 亜細亜大学 桜美林大学 大妻女子大学 國學院大学
- 国士館大学 実践女子大学 白百合女子大学 帝京大学
- 東京家政大学 武蔵野大学 明星大学 立正大学

2024年度卒業生の指定校推薦の抜粋（大学のみ）です。その他多数の大学、短期大学、専門学校の指定校推薦があります。

# 生徒会からのメッセージ

高校受験を考えている中学生の皆さんにとって、受験は不安やプレッシャーと切り離せないものだと思います。ですが、それは「本気で頑張ろうとしている証拠」でもあります。今の努力はきっと実を結び、未来の自分を支える力になります。勉強がうまいかない日もあるし、周りと比べて焦ることもあるかもしれませんが、でも、比べるべきなのは周りとは自分ではありません。昨日の自分と今の自分です。昨日より少しでも前に進めたらそれは立派な一歩です。

これから受験が本格的に忙しくなる時期だと思います。苦しいときこそ自分の目標や夢を思い出してください。なぜその学校に行きたいのか、どんな未来を思い描いているのか。その気持ちが、きっとあなたを支えてくれるはず。受験はゴールではなく、新しいスタートのための一歩です。自分が知らない新しい何かを発見する機会になります。焦らず諦めず、自分のペースで前に進んでください。皆さんのことを陰ながら応援しています。あなたの努力は、必ず実を結びます。

最後まで諦めず、全力を尽くして下さい。



# 千歳丘高校の施設紹介

## 校舎



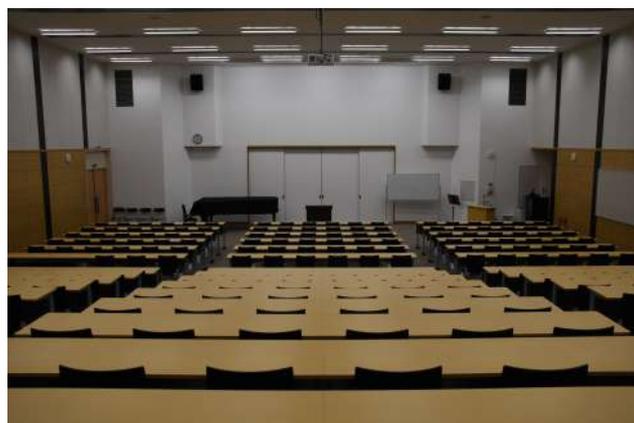
## 教室



## 体育館



## 視聴覚室



## # 校歌 作詞 大木 惇夫 作曲 山田 耕彦

千歳が丘の さみどりけふる  
わが学園の 清しさよ  
木陰に集ひて 望みあり  
撓まず学び いそしみて  
智恵さとき 者とはならん  
ああ 友よ

望みに夢に 血潮ぞ燃ゆる  
わが青春の 楽しさよ  
花咲くアカシヤ 香り満つ  
心を磨き 身を錬へ  
美はしき 者とはならん  
ああ 友よ

千歳が丘に ゆたけくみのる  
わが精励の ゆかしさよ  
黄金の美し稲 光あり  
明日に備へいよいよに  
新しき 日本を建てん  
ああ 友よ

## ○文化・スポーツ等特別推薦について

2025年度は、硬式野球部で文化・スポーツ等特別推薦を実施しました。  
以下の全ての条件に当てはまる生徒を募集しました。

- 運動能力に優れた者。
- 入学後、硬式野球部に所属し、3年間活動する意思のある者。
- 本校の指導方針に従い、学校生活のルールを守り、学業と部活動の両立ができる者。

## # 硬式野球部からのメッセージ

文化・スポーツ等特別推薦の受験を考えている中学3年生の皆さん、千歳丘高校で野球をしませんか。  
本校野球部は2012年夏の大会でベスト8に入っています。もう一度ベスト8になるために日々練習に励んでいます。  
本校には23区には珍しく練習試合のできる広いグラウンドがあります。その他にもピッチングマシンやバッティングゲージ、ブルペン、トレーニングルームなど恵まれた環境があるため、野球に打ち込むことができます。野球部の一員になると高校生活の半分以上を野球に費やすことになります。決して楽ではありませんが、千歳丘で出会う仲間たちと一緒に野球をすることは、言葉では言い表すことのできないものがあります。文化・スポーツ等特別推薦は自分の得意な事を活かすことが出来る入試制度です。勉強が苦手な人でも野球が得意であれば高校に入学できるチャンスがあります。得意な野球を最大限に活かし、より充実した学校生活を一緒に送りたい。



# 千歳丘高校の部活動 こがね うま ね 黄金の美し稲 光あり

どの部活動も精力的に活動しています。本校に入学後、みなさんの入部を待っています。



硬式野球部



サッカー部



男子バスケットボール部



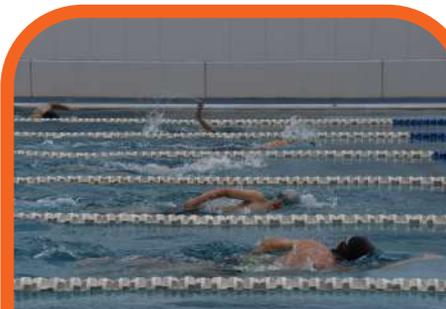
男子硬式テニス部



女子硬式テニス部



バドミントン部



水泳部



剣道部



演劇部



茶道部



天文部



パソコン部



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



陸上競技部



卓球部



ダンス部



吹奏楽部



美術部



創作部



軽音楽部

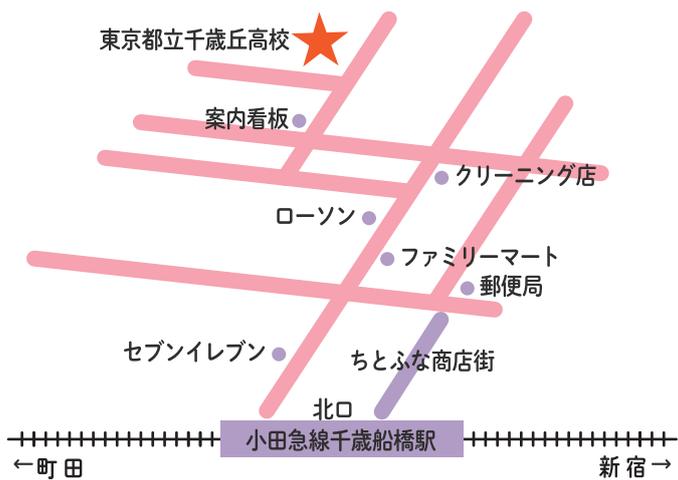


合唱部

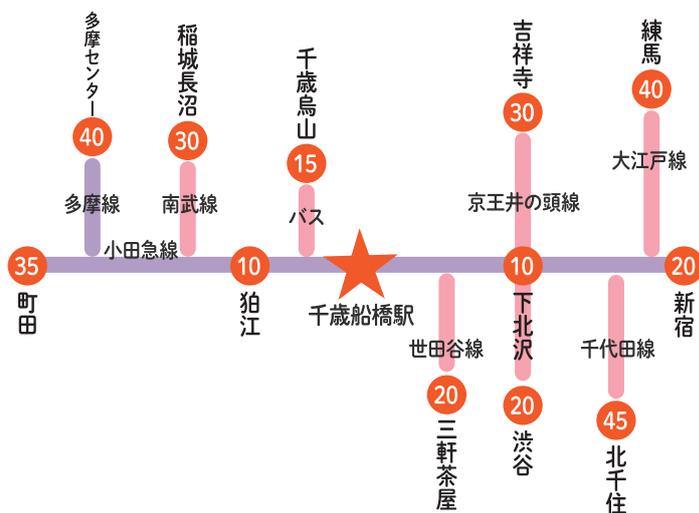


テーブルゲーム同好会

# アクセス



小田急線千歳船橋駅から徒歩7分です



千歳船橋駅までのおおよその所要時間です

# 地域別通学者数

世田谷区	209	目黒区	9	千代田区	2
調布市	74	練馬区	9	立川市	2
杉並区	69	品川区	7	日野市	2
狛江市	64	板橋区	7	中央区	1
三鷹市	55	大田区	5	港区	1
府中市	38	北区	5	豊島区	1
町田市	37	武蔵野市	4	荒川区	1
新宿区	35	小金井市	4	葛飾区	1
渋谷区	33	江東区	4	国分寺市	1
稲城市	27	足立区	4	あきる野市	1
八王子市	19	小金井市	4	東大和市	1
中野区	15	江戸川区	3	青梅市	1
多摩市	14	西東京市	3		



4月にここで会いましょう

# 学校説明会など

**夏の学校見学会** ※予約制  
7月29日(火) 10:00~  
8月19日(火) 10:00~

**美稲祭【文化祭】** ※予約不要  
9月12日(金) 非公開  
9月13日(土) 一般公開

**学校説明会** ※予約制  
10月 4日(土) 10:00~  
11月 8日(土) 10:00~  
14:00~  
12月13日(土) 10:00~  
14:00~  
1月10日(土) 10:00~

本校ホームページ



ちとせがおか

## 東京都立千歳丘高等学校

〒156-0055 東京都世田谷区船橋3-18-1

TEL: 03-3429-7271

FAX: 03-3429-2441

夏の学校見学会、学校説明会の予約は本校ホームページから申し込みをお願いします。  
(上記のQRコードを読み込んでください)