



都立 青梅総合高等学校

定時制課程

School Guide 2026



Friend

Study

Ifaurim

Mascot



あおていスキル

人と関わる力
自分を見つめる力
未来を切り拓く力

本校の教育目標のもと、私たちは、生徒に身に付けて欲しい力として「あおていスキル」を定めています。



あおてい 青梅総合高校定時制の魅力とは？

① 自分らしさを出せます！

自由な校風ですので
染髪や私服 OK です。

昼間働きながら
学べます。

ソーシャルワーカーや
カウンセラーなど
教育相談体制も
充実しています。



産業社会と人間



人間と社会



「生命・自然系列」
授業の様子



「生活・福祉系列」
授業の様子

② 卒業するコースを選択できます

4月に3年間卒業か
4年間卒業かを選びます。

早めに自立したい
生徒を支援します。

③ 自分だけの時間割を作れます！

たくさんある選択科目から
自分にあった授業を選べます。

少人数で基礎から
学べます。

④ 就職も進学も可能です！

資格取得を応援します。

将来やりたいことを見つけます。

あおてい一日



学校の日

時 限	時 間
火・水・金 A 限	15:40 ~ 16:25
B 限	16:25 ~ 17:10
給 食	17:00 ~ 17:34
SHR	17:35 ~ 17:40
1 限	17:40 ~ 18:25
2 限	18:30 ~ 19:15
3 限	19:25 ~ 20:10
4 限	20:15 ~ 21:00
部活動	21:00 ~ 21:50
最終下校	22:00



15:30
〈登校〉

A・B 限のある
生徒が登校
してきます



15:40
〈A・B 限〉

自分の好きな
科目を学びます



16:50
〈登校〉

多くの生徒が
登校してきます



17:00
〈給食〉

友達と一緒に
食堂で食べます



17:35
〈SHR〉

クラスで担任の先生から
連絡事項を聞きます



17:40
〈1~4 限〉

農業や生活福祉を
学べるのも
本校の魅力です



21:50
〈下校〉

駅チカなので
遅くても安心！



21:00
〈部活動〉

初心者でも大歓迎！



17:40
〈1~4 限〉

総合高校とは？

自分が社会でどのように役立つかを考え、
必要な力を身につける教育（キャリア教育）に力を入れています。



農業科や家庭科を
中心にたくさんの
選択科目があります。

自由選択科目

系列選択科目

必修科目

なりたい姿
希望の進路先

あなたの学びを支えます。

「産業社会と人間」(1 年次)
「総合的な探究の時間」(2 年次)

将来、どのような社会人になりたいか、
そのために何の授業を選択すればよいかを
考えるための授業です。

自分のペースで卒業しよう

3年間卒業・4年間卒業、
入学時に自分で決められます！



コンピュータールーム



査査前勉強会



自習室



農 場



4年間で卒業コース

- 夕方 17 時以降の授業を 4 時間受けて、4 年間で卒業を目指します。
- 仕事・アルバイトや家の手伝いなどと、学業の両立が可能です。
- じっくり自分と向き合う時間が持てるので、心身ともに大きく成長することができます。



《 学習する科目と 1 週間あたりの時間数 》

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
1 年次	現代の 国語		地理総合		数学I		科学と 人間生活		体育		保健	英語 コミュニ ケーションI		家庭基礎		情報I		産業社会 と人間		HR	
2 年次	言語文化		公共		数学I		生物基礎		体育		保健	英語 コミュニ ケーションI		農業と 環境		音楽I 美術I 工芸I		総合的な 探究の時間		HR	
3 年次	歴史総合		体育		英語 コミュニケーション 演習 A		系列選択科目				自由選択科目									総合 探究	HR
4 年次	体育		系列選択科目						自由選択科目											総合 探究	HR

4年間で卒業コースの時間割例

必修科目 必ず履修する科目

1 年次	月	火	水	木	金
	給食 17:00-17:34	SHR 17:35-17:40			
1 限	家庭基礎	数学I	地理総合	情報I	体育
2 限		英語コミュニケーションI	現代の国語		
3 限	地理総合	産業社会と人間	科学と人間生活	数学I	保健
4 限	科学と人間生活		LHR	英語コミュニケーションI	現代の国語

4 年次	月	火	水	木	金
	給食 17:00-17:34	SHR 17:35-17:40			
1 限	自由選択科目	体育	自由選択科目	自由選択科目	系列選択科目
2 限					
3 限	系列選択科目	自由選択科目	総合的な探究の時間	系列選択科目	自由選択科目
4 限			LHR		

※必修科目が少なくなり、自分が選んだ科目が多くなります。

3年間で卒業コース

- 「4年間で卒業を目指すコース」に加えて、週3回 A 限・B 限（15:40～17:10）の授業を受けて、3年間で卒業を目指します。
- やる気と努力、継続する力が必要です。軽い気持ちでは続きません！「授業を休まないで、絶対に3年間で卒業する！」という強い意志を持って選択して下さい。



《 学習する科目と 1 週間あたりの時間数 》

	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
1 年次	現代の国語	地理総合	数学I	科学と人間生活	体育	保健	英語コミュニケーションI	家庭基礎	情報I	産業社会と人間	系列選択科目	自由選択科目	HR													
2 年次	言語文化	公共	数学I	生物基礎	体育	保健	英語コミュニケーションI	農業と環境	音楽I 美術I 工芸I	総合的な探究の時間	歴史総合	系列選択科目	自由選択科目	HR												
3 年次	体育	系列選択科目					自由選択科目										総合探究	HR								

3年間で卒業コースの時間割例

必修科目 必ず履修する科目

1 年次	月	火	水	木	金
A 限		自由選択科目	自由選択科目		系列選択科目
B 限					
	給食 17:00-17:34	SHR 17:35-17:40			
1 限	家庭基礎	数学I	地理総合	情報I	体育
2 限		英語コミュニケーションI	現代の国語		
3 限	地理総合	産業社会と人間	科学と人間生活	数学I	保健
4 限	科学と人間生活		LHR	英語コミュニケーションI	現代の国語

3 年次	月	火	水	木	金
A 限		自由選択科目	自由選択科目		自由選択科目
B 限					
	給食 17:00-17:34	SHR 17:35-17:40			
1 限	自由選択科目	体育	自由選択科目	自由選択科目	系列選択科目
2 限					
3 限	系列選択科目	系列選択科目	総合的な探究の時間	体育	自由選択科目
4 限			LHR		

※ A 限は 15:40 から始まります。

※必修科目が少なくなり、自分が選んだ科目が多くなります。

たくさんの選択科目

他校にない科目がたくさんあります。自分だけの時間割を作り、将来に必要な学習ができます。

系列選択科目

学校の施設や設備をいかした専門的な科目です。希望する職業と直接関わらなくても、専門的な知識を学習し、将来仕事につくための心がまえを学びます。

生命・自然系列

生物活用・農業総合(A・B・C)・農業探究・食品製造
食品微生物・食品栄養・植物バイオテクノロジー

生活・福祉系列

服飾手芸・被服・フードデザイン
保育基礎・生活と保育・社会生活と福祉

※系列を超えて選択することができます。

自由選択科目

希望する進路を実現するための科目です。進学や就職に役立ちます。

文学国語、国語基礎演習 A、国語基礎演習 A・B、言語文化演習、政治・経済、日本史演習、数学 A、数学 I 演習、化学基礎、地学基礎、生物基礎演習、軽運動と健康、スポーツ、論理・表現 I、くらしと英語、英語コミュニケーション演習 B、音楽 II、美術 II、工芸 II、情報の表現と管理、情報デザイン

point!

総合学科の目玉授業です！
社会生活の基本となるコミュニケーション能力を高めながら将来の職業や人生について考えます。

point!

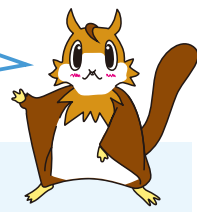
数学・英語は 習熟度別授業、
農業・家庭科は 少人数授業です。

point!

外国にルーツをもつ生徒への
サポートとして
「日本語」授業開講

スクールライフ

学校の様子を
Xで紹介
しているよ。
(@omesogot)



行事

全日制にも引けを取らない、熱気あふれる学校行事の数々。
「あおてい」スクールライフを彩ります。



部活動

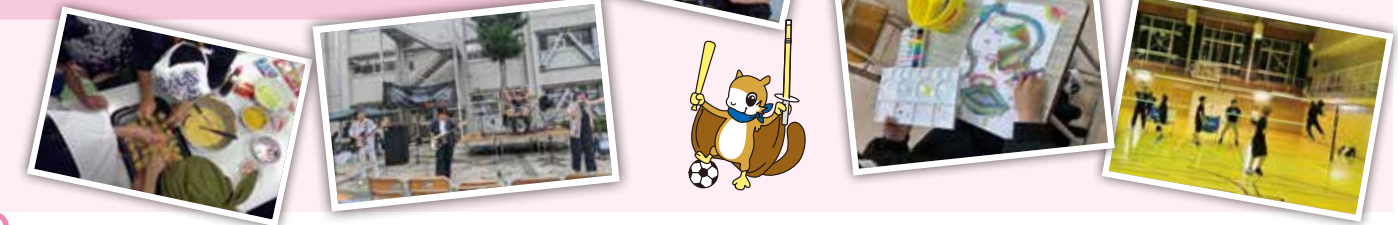
8の部活動・同好会が活動しています。
仲間と協力して練習を重ね、
大会や発表の場に臨んでいます。

運動部

男子バスケット サッカー
バドミントン バレーボール

文化部

文芸・美術 軽音楽 器楽 家庭科



生徒会活動

生徒のアイディアを取り
入れやすい環境が整っ
ているのも、定時制の魅力
の一つです。



実現力!

卒業後の進路

令和7年3月14日時点

進学先	学校名	学部学科	進路先	企業名	職種
大学	杉野服飾大学	服飾学科モードテクノロジー系	就職	(株)オザム	製造
	明星大学	経済学部		(株)サーテック	製造
専門学校	青梅看護専門学校	看護学科		(株)タチエス	製造
	埼玉県農業大学校	野菜学科施設栽培専攻		(株)サムライ T シャツ	製造
	日本ホテルスクール	国際ホテル学科英語専攻科		(株)平山	製造
	多摩リハビリテーション学院	介護福祉科		今井苑	介護
	トヨタ東京自動車大学校	自動車整備科		あゆみ園	介護
年 11 回の「進路ガイダンス」や 年 4 回の「面接指導」など、 進路実現に向け、手厚い指導を行っています！				立川ゴルフパーク(株) 立川国際カントリー倶楽部	技能
				(株)ウォールナット	調査
				西濃運輸(株)	配送
				自衛隊	一般曹候補生
				その他	16名

年11回の「進路ガイダンス」や
年4回の「面接指導」など、
進路実現に向け、手厚い指導を行っています!

卒業生にインタビュー

質問内容

- 1 青梅総合高校定時制を選んで、良かったことは?
- 2 高校生活で、頑張ったこと・楽しかったことは?
- 3 本校を志望している受験生に、メッセージ!

田邊 日向

進学 東京都立青梅看護専門学校

- 1 先生方の仲がよく、生徒にしっかり寄り添ってくれるので学校全体がとても温かい雰囲気です。生徒は文化や年齢が異なる方が多く楽しい経験になりました。三修制を選択すると三年間で卒業でき、進路指導も手厚かったです。
- 2 文武両道を目指し、勉学と部活動を両立できるよう頑張りました。イベントも多く、毎日の学校生活が楽しかったです。
- 3 とにかく先生方が温かく、学校のイベントを考えてくれて生徒はそれを楽しみにして学校生活を送っていると思います。

柳澤 柊 就職 株式会社オザム

- 1 年の差があっても、クラスメイトは仲良くしてくれるし良い先生ばかりで4年間とても楽しく学校生活を過ごすことができました。
- 2 4年間同じ委員会で活動し、そのうち2年間は委員長としてみんなをまとめました。また毎日の出席を頑張り、欠席は4年間で3日しかしませんでした。
- 3 この学校に入学する人は、一生懸命勉強し、友達と楽しく過ごしてください。

長島 楓

就職 特別養護老人ホーム 今井苑

- 1 授業は少人数で質問もしやすかったです。単位制で時間割を自分で作れますが、就職先・進学先に活かせるような科目を選ぶことができるところです。
- 2 私は日々の勉強を頑張りました。夢だった介護士に近づけるよう特に介護の授業を頑張りました。楽しかったことは、体育祭です。初めてやる種目が多くとても面白かったです。
- 3 定時制はあまり人数が多くないので積極性やコミュニケーション力など社会で必要なスキルを身に付けることができる学校です!

田中 里音

進学 杉野服飾大学 服飾学科

- 1 様々な授業の中から自分の学びたいことを選ぶことができ良かったです。また定時制では珍しく三修制を選択すれば3年で卒業できることもこの学校の良い点です。
- 2 頑張ったことは卒業まで毎日通学できたことです。苦手なこともあったので大変でした。
- 3 先生方のサポートが手厚いですが、自分でも進路を考え過ぎないとあっという間に高校生活が終わってしまいます。自分を成長させるため、気合が必要です。

島崎 修斗 就職 西濃運輸

- 1 この学校を選んでよかった点は、駅から近く、先生がとても優しく話しやすいところです。
- 2 高校生活で頑張ったことは部活動でバドミントン部の部長として頑張りました。楽しかったことは体育の授業や農業の授業です。
- 3 先生や生徒みんなが優しく温かいので安心して学校に通えます。学校のルールを守ることも大切なので頑張ってください!

小原 翔馬

進学 吉祥寺二葉栄養調理専門学校

- 1 私は将来食に関わる仕事に就きたいので、調理や食の文化について学べる授業があってとても良かったです。調理実習もたくさんありました!
- 2 家庭科部に所属しており、部活動がとても楽しかったです。調理実習やたまにボードゲームなどを行い、部員でワイワイと盛り上がりました。定時制の放課後の活動なのでパーティーをしている気分でした。
- 3 夜に行う体育祭は不思議な魅力があります。是非体験してほしいです!また他の多くの学校と違い服装に縛りが無いのでオシャレができます!

2025年度(令和7年度)

Information

授業公開(入学希望者向け)

第1回

6/5木~6/6金

第2回

11/6木~11/7金

第1回 学校説明会 + 収穫体験

11/15土 15:00~17:00

第2回 学校説明会 + 授業見学

1/15木 18:00~19:00

第3回 学校説明会 + 個別相談会

3/ 6金 18:00~19:00



@omesogot

日程など詳しくは ホームページを
ご覧ください。

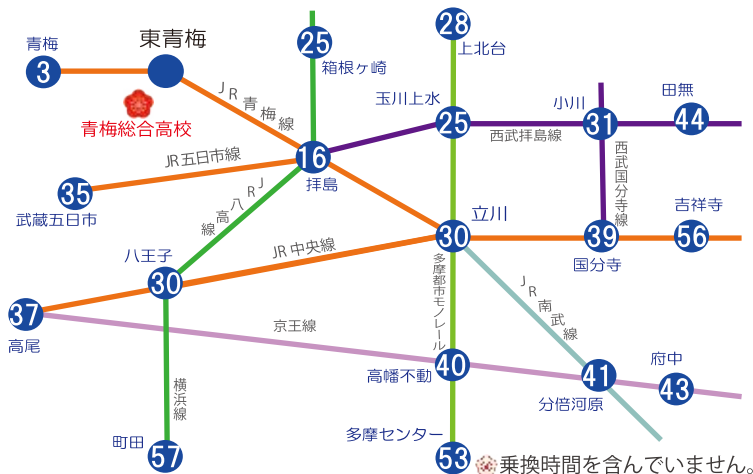
※個別の学校案内を随時受け付けております。
お気軽にお電話ください。



むさびが
本校のマスコットです。

本校案内図

主要駅から東青梅駅(最寄り駅)のおおよその乗車時間(分)



東京都立青梅総合高等学校

<https://www.metro.ed.jp/ome-sogo-he/>

〒198-0041 東京都青梅市勝沼1-60-1

☎ 0428-22-7604 FAX 0428-22-7624



リサイクル適性(A)
この印刷物は、印刷用の紙へ
リサイクルできます。