

三本木高等学校は**創立100周年**

附属中学校は**開校20周年**をむかえます



学校案内 2026

三本木高等学校附属中学校

附属中での3年間の学びが夢の実現を支える

G グローバル ～語学を力に幅広い進路へ～ 大学に行きたい！海外で働きたい！商品を開発したい！



充実した授業

英語の授業時数は標準よりも多く、内容の濃い授業となっています。1クラスに2人の英語の先生がつきます。3年生では高校の先生による授業も行われています。



インターナショナルデイ

例年、3学期に英語劇（3年生）や英語によるクイズ大会など、一日の大半を英語で過ごす日があります。



オンライン海外研修

1年生から3年生までの希望者を対象に、夏休み中の3日間、オンラインで英会話学習やフィリピンの学校との国際交流を行っています。



東京グローバルゲートウェイ

2年生の修学旅行では、英語での天気予報の番組制作体験やドラマ制作体験など、英語によるさまざまな体験活動が組み込まれています。



ブリティッシュヒルズ

3年生の希望者を対象に1泊2日でテーブルマナーを含め英国式の生活を体験しながら英語を学びます。



台湾派遣交流事業

三本木高校は台北市代理高級中学とで協定を結んでいます。令和7年度は三高から台湾へ研修に行きました。令和8年度は代理高級中学の生徒が三高を訪問します。

高校での学び
台湾での体験を
附中生に発表

S サイエンス ～専門性の高い学びを～



大学訪問・大学教授による授業

夏休み中に大学の理系の学部を高校生といっしょに訪問し、大学教授から講義を受けます。令和8年度は東北大学と東京大学を訪問する予定です。（希望制）



森林環境学習

お借りしている国有林「三本木夢と生命(いのち)の森」でブナ等の植物の生態系について学んだり、奥入瀬溪流でコケの観察をしたりします。GSコースの高校生も参加します。（令和8年度は休止）

高校生との交流



School Life 思い出に残る行事



入学式

新しい仲間、新しい先生方との出会いに胸をはずませて、新生活をスタートさせます。



生徒総会

全校生徒一人一人が生徒会の一員であるという自覚をもって、説明を熱心に聞きます。



中体連夏季大会

学校の代表として努力の成果を発揮します。選手、応援団が一体となります。3年生にとっては最後の大きな大会です。



三高祭

学級展示やステージ発表等、企画からはじめて仲間と協力して創り上げます。



福祉体験

夏休みに希望者を対象に行われます。介助される側と介助する側の両方を体験し、たくさんのことに気づきます。



中体連新人大会

3年生が引退したあと、1、2年生が暑い夏を乗り越えて自分たちがどのくらい成長できたかを試す大会です。



体育祭

赤白の2つに分かれ、3年生幹部を中心に団結し、熱い戦いを繰り広げます。学級対抗リレーは学年オープンで行われます。応援合戦には特に力が入ります。



合唱コンクール

十和田市民文化センターで行います。学級タイムの時間にリーダーを中心に練習を積み重ね、ハーモニーを響かせ合います。



生徒会役員選挙

生徒会長1名、副会長2名を決める選挙です。立候補者たちは「よりよい学校にしたい!」という熱意をもって公約を掲げ、演説をします。



冬季スポーツ教室

バスで八戸のスケートリンクへ行き、スケートの体験をします。初めての人でも大丈夫!基礎から楽しく学べます。（3年生対象）



お弁当の日

この日は、冬休み中に考えたお弁当を自分で作って持ってきて見せます。栄養や彩りを考え、どれもおいしそうです。



ダンス発表会

体育のダンスの授業の一環で行っている発表会です。得意な生徒も苦手の生徒も一生懸命、楽しそうに踊っています。

総合的な学習



1年 企業訪問

「さまざまな職種を知る」を大きなテーマに青森市内に出かけ、企業訪問を行います。



2年 修学旅行(企業訪問)

大学訪問や企業訪問等の体験学習を行い、自分の進路選択のために活用しています。



3年 職場体験

「働く」ということはどういうことなのかを3日間の職場体験を通して学びます。



給食

令和7年度4月から給食(無償)が始まりました。協力して準備を早く行い、楽しく食事しています。



日課表

区分	開始	終了
朝の会	8:10 ~	8:20
1校時	8:25 ~	9:15
2校時	9:25 ~	10:15
3校時	10:25 ~	11:15
4校時	11:25 ~	12:15
給食	12:15 ~	12:40
昼休み	12:40 ~	13:25
5校時	13:25 ~	14:15
6校時	14:25 ~	15:15
清掃	15:20~15:35	7校時 15:25~16:15
帰りの会	15:40~15:55	帰りの会 16:20~16:25
(Sタイム)	(16:00~16:25)	
部活動	16:00~	部活動 16:30~

- 週に一度、7時間授業があります。
- Sタイムでは委員会活動や全校集会等の生徒会活動を行っています。

部活動

【運動部】

軟式野球・陸上競技・サッカー・ソフトテニス
男子ハンドボール(令和7年度中体連東北大会出場)
女子バスケットボール・剣道

【文化部】

吹奏楽(令和7年度吹奏楽コンクール東北大会出場)
自然科学(科学ジュニアの甲子園 全国大会出場)・美術

