

# HIGASHI KURUME SO GO!

東京都立  
東久留米総合高等学校  
全日制 SCHOOL GUIDE 2025

ここで私をデザインする



# ここで私をデザインする！

**東**久留米総合高校（くるそー）では、3年間を通じた手厚いキャリア教育を通じ、一人ひとりの生徒が夢を見つけられるよう支援します。あわせて、総合学科ならではの豊富に設置された選択科目の履修を通じ、その夢を叶える一歩を踏み出すための学びを実現します。

3年間を貫く  
系統的  
キャリア教育体系

## 1st

講座名  
「産業社会と人間」  
自己理解と職業理解

「自己理解」を目的に「適性・適職診断」を、「職業理解」を目的に「職業人による講話インタビュー」を行います。

年間を通じて、自分がやりたいことは何か、自分にはどのような職業が向いているのかといった将来のイメージを導き出します。

## 2nd

講座名  
「人間と社会」  
具体的な将来像を考える(大学・職業)

働く自分像を具体的に考え、またそれを可能にする大学進学をはじめとした自己の進路を見つけることを通じて「ここで私をデザインする」ための基礎を作ります。

年度の後半からは、3年次の課題研究に向けて、研究分野の探索や問いからの仮説のたて方など、研究するために必要な様々なことを学ぶ、「プレ課題研究」を行います。

## 3rd

講座名  
「課題研究」  
研究論文の作成とプレゼンテーション

自分の将来につながるテーマを設定し、様々な研究方法を用いながら、8千字程度の論文を執筆します。

また、プレゼンテーションを通して、研究成果を発表し、論理的思考力や表現力など、社会で活躍するために必要な能力を養います。

この研究成果を、大学受験の「総合型選抜」や「学校推薦型選抜」に活用し、合格を手にする生徒もいます。



# 時間割をデザインする

「必修+α」で「**自分だけの時間割**」を作ろう!!  
2年次以降、自分の興味・関心や進路の希望に応じて、科目を選択し、「**自分だけの時間割**」を作って学習します。

コース制ではないので、複数の系列から科目を選択することが可能です。  
(※希望する科目の時間割が重なってしまった場合は、両方を同時に履修することはできません)

現2年次生に、どのように時間割をデザインしたのかを聞いてみました。

## 2025年度生のカリキュラム

単位	1年次	2年次	3年次
1	言語文化	論理国語	文学国語
2		文学国語	論理国語
3	現代の国語	公共	体育
4		公共	
5	歴史総合	物理基礎	英語コミュニケーションⅢ
6		物理基礎	
7	地理総合	生物基礎	論理・表現Ⅲ
8		生物基礎	
9	数学Ⅰ	体育	総合選択科目 (系列選択科目) 自由選択科目
10		保健	
11	数学A	英語コミュニケーションⅡ	総合選択科目 (系列選択科目) 自由選択科目
12		英語コミュニケーションⅡ	
13	化学基礎	論理・表現Ⅱ	総合選択科目 (系列選択科目) 自由選択科目
14		論理・表現Ⅱ	
15	体育	家庭基礎	総合選択科目 (系列選択科目) 自由選択科目
16		家庭基礎	
17	保健	総合選択科目 (系列選択科目) 自由選択科目	総合選択科目 (系列選択科目) 自由選択科目
18			
19	音楽Ⅰ/美術Ⅰ 書道Ⅰ	総合選択科目 (系列選択科目) 自由選択科目	総合選択科目 (系列選択科目) 自由選択科目
20			
21	英語コミュニケーションⅠ	総合選択科目 (系列選択科目) 自由選択科目	総合選択科目 (系列選択科目) 自由選択科目
22			
23	論理・表現Ⅰ	総合選択科目 (系列選択科目) 自由選択科目	総合選択科目 (系列選択科目) 自由選択科目
24			
25	情報Ⅰ	総合選択科目 (系列選択科目) 自由選択科目	総合選択科目 (系列選択科目) 自由選択科目
26			
27	産業社会と人間	人間と社会	課題研究
28			
29	LHR	LHR	LHR
30			
31	LHR	LHR	LHR
32			

## 系列ごとの想定進路と選択科目 (2025年度生予定)

※科目名は変更になる可能性があります

系列名/想定進路	2年次選択科目	3年次選択科目
<b>国際・人文社会</b> ・国立・私立文系	選択古典探究、実用国語 日本文学探究 日本史探究、世界史探究 地理基礎、人物史研究 総合英語Ⅰ、検定英語Ⅰ グローバルコミュニケーション 韓国語会話、中国語会話 ドイツ語会話、フランス語会話 観光ビジネス、マーケティング グローバル経済	現代文演習、古文演習 漢文演習、論作文演習 日本文学探究、 日本史演習、世界史演習 地理探究 歴史総合演習 政治・経済、倫理、人物史研究 英語基礎、検定英語Ⅱ グローバルコミュニケーション 総合英語Ⅱ 韓国語会話、中国語会話 ドイツ語会話、フランス語会話 観光ビジネス、マーケティング グローバル経済
<b>自然科学探究</b> ・国立・私立理系	理系数学Ⅱ、理系数学演習(ⅡB) 文系数学Ⅱ、文系数学演習(ⅠA) 数学B 総合化学、科学探究入門	数学Ⅲ、数学C 数学ⅠA特講、数学ⅡB特講 文系数学Ⅱ(3年)、看護数学特講 文系数学ⅠA特講、データ科学 生物、生物基礎演習 物理、物理基礎演習 化学、化学基礎演習 地学基礎、ヒトの生物学
<b>スポーツ</b> ・国立体育 ・私立体育 ・体育専門	スポーツⅡ スポーツ概論Ⅰ トレーナー概論Ⅰ	スポーツⅠ スポーツ概論Ⅱ トレーナー概論Ⅱ スポーツ総合演習
<b>芸術・表現</b> ・国・私立芸術系大学 ・芸術系専門	音楽、素描 ビジュアルデザイン クラフトデザイン 情報デザイン ネットワークシステム 伝統文化(箏曲・茶道) 演劇	音楽Ⅱ、器楽 絵画、イラストレーション 映像表現、陶芸 書道Ⅱ 服飾手芸 情報システムのプログラミング 演劇、音楽 伝統文化(箏曲・茶道)
<b>看護・保育</b> ・看護学部 ・看護専門 ・福祉系大学 ・幼児教育	心理学基礎 看護入門 社会福祉入門 保育基礎	社会福祉入門

系列とは、本校生徒の進路希望にマッチした科目を学問及び職業分野ごとに分類したグループです。専門学科高校やコース制の高校とは異なり、時間割が許す範囲で、すべての系列から授業を選択しても構いません。



### 私大文系

私は4年制大学へ進学したいと考えています。受験に必要な科目を中心に選択し、普通科高校と似たような時間割をデザインしました。

	月	火	水	木	金	土
1	必修	選択古典探究	必修	日本史探究	必修	必修
2				必修		
3		必修	検定英語Ⅰ	必修	日本史探究	※年18回 土曜授業あり
4		総合英語Ⅰ	必修	人間と社会 LHR		
5						
6						



### 私大理系

私は建築関係の仕事に就きたいと思っています。選択科目では建築学科の受験に必要な「理系数学Ⅱ」、「数学B」などを選択し、受験に対する対策を進めています。

	月	火	水	木	金	土
1	必修	数学B	必修	理系数学Ⅱ	必修	必修
2				必修		
3		必修	総合英語Ⅰ	必修	理系数学Ⅱ	※年18回 土曜授業あり
4		総合英語Ⅰ	必修	人間と社会 LHR		
5						
6						



### 美術系

私はパッケージデザイナーになりたいと思っています。その為美術大学に進学しようと思っており、選択科目では美大受験に必要な科目である「素描」や「ビジュアルデザイン」を選択しています。

	月	火	水	木	金	土
1	必修	素描	必修	世界史探究	必修	必修
2				必修		
3		必修	ビジュアルデザイン	必修	世界史探究	※年18回 土曜授業あり
4		総合英語Ⅰ	必修	人間と社会 LHR		
5						
6						



### 看護系

私は看護師になりたいと思っています。「文系数学Ⅱ」、「総合化学」、「総合英語」を選択し受験対策を行っています。また、看護に必要な知識を身に付けるため、看護師の先生が行う「看護入門」を選択しています。

	月	火	水	木	金	土
1	必修	看護入門	必修	総合化学	必修	必修
2				必修		
3		必修	文系数学Ⅱ	必修	総合英語Ⅰ	※年18回 土曜授業あり
4		心理学基礎	必修	人間と社会 LHR		
5						
6						

## from a Graduate -卒業生の声-



令和5年度卒業生  
**八田 拓海**  
(練馬区立貫井中学校 出身)  
—  
順天堂大学スポーツ健康科学部  
スポーツ健康科学科

大学で保健体育の教員免許を取得したいので、その基礎となる勉強をするため、また入試に活かすために「スポーツ概論」の授業を履修しました。「スポーツ概論」の授業は、生徒が授業内容を決め、授業を運営します。また、スポーツの実際の現場のことやコーチングについて知ることができました。加えて、RICE処置\*の仕方など教員としても練習になる経験を多く積むことができました。これは大学入試の面接や口頭試問で大いに役に立ちました。

\*RICE処置：肉離れや打撲、捻挫など外傷を受けたときの基本的な応急処置方法





# 学校生活をデザインする

## 年間行事 School Events

- 5月 遠足
- 6月 体育祭
- 9月 しらさぎ祭（文化祭）
- 1月 修学旅行（2年次）
- 2月 合唱コンクール
- 3月 球技大会



修学旅行



修学旅行



体育祭



体育祭



球技大会



遠足



## 部活動 Club Activities

### ■ 運動部

陸上競技／男子サッカー／女子サッカー／水泳／男子テニス／女子テニス  
ソフトテニス／ソフトボール／バドミントン／卓球／剣道／ダンス  
女子バレーボール／男子バスケットボール／女子バスケットボール

### ■ 文化部

吹奏楽／美術／華道／映画制作／軽音楽／文芸同好会／演劇／イラスト／パソコン  
箏曲／クッキング／写真／生物／ボランティア／囲碁・将棋／茶道

## 施設紹介 Facilities

総合学科高校ならではの  
施設が充実しています。

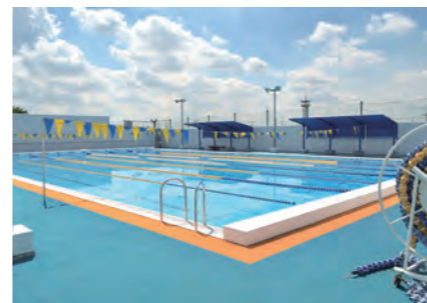
CHECK! クリエイター Lab 計画中!



人工芝のグラウンド



タータントラック



プール



伝統芸能室



自習室



看護・福祉実習室



CG室



トレーニング室

## Message



生徒会長  
小池 佳斗  
(西東京市立田無第四中学校 出身)

**東**久留米総合高校は生徒一人ひとりが主役として活躍  
できる学校です。

行事は生徒が主体となって企画や運営を行っています。実行委員会を中心に話し合いを繰り返しながら、仲間との協力を通じて生徒全員が関わるため、どの行事もとても盛り上がり、達成感があります。

また、親しみやすい先生が多く、先生と生徒の距離が近い  
ため学習面や部活動、進路なども気軽に相談しやすく、自  
分の目標や夢に向かって全力で取り組めるところも本校の  
魅力です。



# キャリアをデザインする

現在の大学入試は、ただ単に学力だけを測るのではなく、学力に加えて高校までの“多様な学び”が評価されます。東久留米総合高校は、「個別対応指導」と「課題研究」の二本柱で、大学入試を突破する力を育てます。

## ■ 個別対応指導

3年次生で希望する生徒は、志望理由書・小論文の添削や面接指導を受けることができます。生徒一人ひとりに担当の教員が配置され、志望校合格を目指してサポートします。

## ■ 課題研究

2年次の後半より始まる課題研究では、生徒一人ひとりが研究テーマを設定し、文献調査やアンケート調査、インタビュー、さらにはフィールドワークを行います。

3年次になるとより専門的な指導を受けるため、生徒はそれぞれゼミに所属し、担当教員より指導を受け、8千字程度の論文を執筆しプレゼンテーションを行います

### 【15期生（令和5年度卒業）研究テーマ抜粋】

- 共生社会の実現について（社会福祉学部進学）
- 天然レザーと環境（家政学部造形学科進学）
- 落下した食品の安全性について～3秒ルールは正しいのか～（理工学部応用化学科進学）
- 現在の法整備で誹謗中傷は対処しきれぬのか（法学部進学）
- 睡眠とパフォーマンスの関係性（ヒューマンケア学部トレーナー・鍼灸コース進学）



from a Graduate —卒業生の声—



令和5年度卒業生  
高橋 なつ美  
(東村山市立東村山第二中学校 出身)  
東京農業大学農学部動物科学科

課題研究の内容は、動物実験を題材に研究を行いました。私は将来、製薬会社に就職し、研究職に就きたいと考えています。その際に、避けては通れないのが動物実験です。そのため、この研究テーマを選択しました。研究の中で、動物実験についての考え方を調査しました。海外と日本の教科書を比較し、学生や街にいる外国人の方にアンケートを実施しました。この研究を通じ、動物実験とは何かをより深く理解できただけではなく、日本人と外国人との実験への考え方の違いや、国が実験に対して行っている政策の違いがわかりました。将来、自分が製薬会社で動物実験に携わる際に活かしたいと思います。また、大学入試の際にも、高校生活で頑張ったこととして課題研究をアピールしました。その結果、第一志望の大学に進学することができました。





毎年多くの生徒が、  
キャリア実現の夢へ向けて歩き出しています。

## 四年制大学

大学名	2024	2023	2022	2021
	現+既	現+既	現+既	現+既
国公立大学				
埼玉県立大学			1	
愛媛大学	1			
防衛医科大学校				1
防衛大学校			1	
私立大学				
青山学院大学	2	1		2
亜細亜大学	20	10	7	12
跡見学園女子大学	1	8	3	5
桜美林大学	2	2	2	2
学習院大学			1	1
神奈川大学	6			
近畿大学	1	5	2	
共立女子大学				7
杏林大学	9	6	3	4
恵泉女学園大学			2	1
工学院大学			1	
國學院大学	1	2	2	2
国土館大学	4	2	4	
駒澤女子大学				2
駒澤大学	2	6	6	2
実践女子大学			2	2
芝浦工業大学		1		
十文字学園女子大学	4	1	5	4
淑徳大学	1	2	2	2
順天堂大学	3		1	2
城西大学		2	3	1
昭和女子大学	1	1		1
女子栄養大学			1	
女子美術大学	2			1
白梅学園大学			1	3
成蹊大学	6	4	4	3
成城大学				1
清泉女子大学	2			
専修大学	3	5	6	10
創価大学	1		3	1
大正大学	3	1	1	1
大東文化大学	3	4	6	7
拓殖大学	5	2	5	6
玉川大学	7	1		1

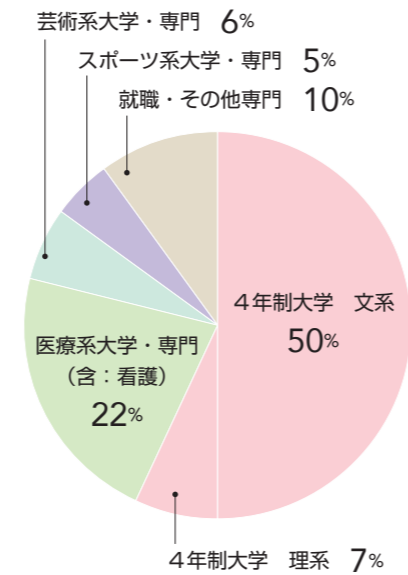
## 看護系大学及び専門学校

学校名	人数
大学	
東京医療保健大学	1
西武文理大学	1
文京学院大学	1

大学名	2024	2023	2022	2021
	現+既	現+既	現+既	現+既
多摩美術大学			4	
中央大学			11	3
津田塾大学				4
帝京科学大学		2	3	1
帝京大学	6	18	16	15
帝京平成大学	9	10	6	5
東海大学	1	1	4	1
東京医療保健大学	1	5	2	
東京医療学院大学	1	2	1	
東京家政大学	4	5	4	7
東京経済大学	6	7	5	11
東京工科大学	1	1	4	4
東京国際大学	10	6	12	11
東京女子体育大学			1	
東京女子大学				1
東京造形大学		1		
東京電機大学			3	
東京農業大学	1		2	
東京理科大学			1	
東洋大学	4	17	10	8
獨協大学		2	5	2
二松学舎大学				1
日本社会事業大学	4		3	1
日本女子体育大学	2		3	
日本女子大学				1
日本体育大学	2	1	7	1
日本大学	8	6	6	9
文京学院大学	2	3	2	1
文教大学			1	1
法政大学		3	3	4
武蔵大学	3	4	2	3
武蔵野大学	3	7	3	3
明治薬科大学	1	1		
明治大学		1	8	1
明星大学		7	8	6
目白大学		5	4	5
立教大学	2	1		1
立正大学		2	3	1
その他の大学	23	12	41	31
合計(合格者数)	196	198	262	233

学校名	人数
専門学校	
東京都立北多摩看護専門学校	1
板橋中央看護専門学校	1
東京警察病院看護専門学校	2
日本大学医学部附属看護専門学校	1
合計(合格者数)	8

## 進路別割合



## 専門学校(看護系以外) 15期生

学校名
赤堀製菓専門学校
織田調理師専門学校
大原ビジネス公務員専門学校
大原簿記公務員医療福祉保育専門学校立川校
神田外語学院
桑沢デザイン研究所
国際航空専門学校
国際文化理容美容専門学校
社会医学技術学院
専門学校デジタルアーツ東京
東京ビューティー & ブライダル専門学校
東京マルチ・AI 専門学校
東京医療専門学校
東京電子専門学校
日本デザイナー学院
日本工学院専門学校
日本児童教育専門学校
日本電子専門学校
ヒューマンアカデミー新宿校
山野美容専門学校
ESP エンタテインメント東京



## 3年間を振り返って

High School Memories

令和5年度卒業生に、東久留米総合高校での3年間を振り返ってもらいました。



### 鈴木 楽生

(練馬区立大泉中学校 出身)

立教大学 スポーツウエルネス学部  
スポーツウエルネス学科

私が東久留米総合高校に入学した理由は、サッカー部が全国レベルであり、また人工芝のグラウンドをはじめとした素晴らしい施設があったからです。

くるそーで過ごした3年間を振り返ると、素晴らしい仲間・先生方に出会えた事が何よりの思い出です。素晴らしい仲間のおかげで私は充実した高校生活を送ることができ、そして先生方は真摯で丁寧に接してくれました。

くるそーでの様々なキャリア教育は、どれも「なぜ勉強するのか」ということを考えることに繋がります。サッカー部の活動と並行し受験勉強をした中で、ただ勉強するのではなく、「なぜ勉強するのか」を考え勉強することがとても大切だと感じました。部活動と受験勉強の両立は決して簡単ではありませんでしたが、モチベーションを維持することに繋がり志望校に無事合格することができました。



### 佐々木 陽由

(昭島市立瑞雲中学校 出身)

杏林大学 保健学部  
リハビリテーション学科 理学療法学専攻

私が東久留米総合高校に入学した動機は、自分が好きなサッカーを真剣に取り組める環境が揃っていることから、この学校でサッカーをしたいと考えたからです。

3年間を通じて部活動と勉強の両立をするために、「日々の授業を大切に復習を欠かさず取り組む」という目標を立てました。わからないことがあったらすぐに先生や友人に聞き、日々の小テストも常に良い点数が取れるように対策をし、隙間時間を有効活用して両立をしていました。そして、3年次では受験を意識し、部活動で帰りが遅い日でも勉強しない日を作らないようにして勉強をする習慣をつけました。何より同じサッカー部で、大学合格を目指す仲間が多かったことが何よりの助けになりました。

文武両道を目指す上で、目標を立てそこから逆算し、考えて取り組むことが大切だと思います。この高校には、部活動に一生懸命になれる素晴らしい環境や、将来の夢につながる選択科目が充実しており、生徒思いな先生方がたくさんいます。



### 宮城 未来

(東久留米市立西中学校 出身)

東京医療保健大学  
立川看護学部

東久留米総合高等学校に入学した動機は、「看護入門」などの専門的なことを学ぶことができる選択科目が豊富であることに加え、1年次から始まるキャリア教育を通じて目標を持ちながら学校生活を送ることができるからです。私は看護師を志望し、2年次から進路を見据えた選択科目を受講しました。

特に役に立ったのが「看護入門」の授業です。現役看護師の先生による、血圧測定の方法や看護の実際の医療現場の事例を題材にした授業を通じ、より看護についての学びを深めることができました。加えて、定期的に行われる看護志望者のためのガイダンスも役に立ちました。看護大学に進学するための勉強や準備はとても大変でしたが、私の周りにいた友人も看護師を目指していたため、お互いに励まし応援あいながらモチベーションを高めていました。

くるそーでは普通科高校には無い総合学科ならではの選択科目や活動がたくさんあり、看護学校の情報もたくさん知ることができるため看護師を目指している人にはおすすめです。



### 井上 淑巴

(練馬区立大泉中学校 出身)

女子美術大学 芸術学部  
アート・デザイン表現学科 メディア表現領域

私が東久留米総合高校に入学した動機は、昔から絵を描くのが好きで、液晶タブレットを使った授業など、美術系の選択科目が多く設置されていたからです。卒業した今、入学当時に自分が思い描いていた進路を実現することができ、その実現を最後まで支えてくれた先生方に感謝しています。

くるそーに入学したことで私は大きく成長できました。3年間所属した女子バスケットボール部では多くの仲間に恵まれ、楽しい青春を過ごすことができました。

また、3年間文化祭実行委員会に所属し、3年次には委員長を務め、コロナ禍では出来なかった、食品関係のお店を開くなど、先輩方が体験してこなかったことに新たに挑戦しました。勉強、部活、委員会をどれも両立するのが大変でしたが、多くの人に支えられて次の道に進むことができました。

くるそーは先生と生徒の距離が近く、頼りやすいです。総合学科で、普通科と少し違うところもありますが、様々なことに挑戦でき、沢山成長出来る場所だと自信をもって言えます。



## 制服

School Uniform

濃いチャコールグレーを基調とした3つボタンのジャケットに、ストライプ柄のスカートやスラックスを組み合わせたデザインの制服です。夏服として紺と白のポロシャツも用意しています。女子はスカートと全く同じデザインのキュロットスカートを選ぶこともできます。またオプションとしてリボン、スラックスも用意されています。



校長  
荒井 篤

『ここで私をデザインする』というコンセプトのもと、皆さんが夢を見つけ・育て・素敵な未来の自分につなげていくことを全力でサポートします。

充実した3年間の「キャリア教育」と、文系・理系はもちろんのこと、スポーツや芸術・表現、看護・保育系列などを柱に、多彩な選択科目を用意しています。希望進路や興味・関心に応じて授業を選び「自分だけの時間割」を作り、「私をデザイン」してください。

行事などの生徒会活動や広報活動も、生徒が主体的・自律的に運営することで、年々盛り上がりを見せています。また本校を代表するサッカー部だけでなく、様々な運動部や文化部の活動も盛んで、自分らしさを発揮する、生き生きとした生徒の表情を見ることが出来ます。是非その目で確かめてください。

## 授業公開

5.11 [±] · 6.22 [±]

9.28 [±] · 10.26 [±] · 11.9 [±]

## オープンスクール

7.27 [±] · 8.3 [±]

8.24 [±]

## しらさぎ祭 (文化祭)

9.14 [±] · 9.15 [日]

## 学校説明会

第1回 10.26 [±]

第2回 11.16 [±]

第3回 12.7 [±]

※第1回～第3回は同内容です。

各イベントの詳細は、決定次第学校 HP に掲載します。



学校 HP



Instagram  
(学校生活の様子を日々更新中)

## ACCESS MAP



### 西武池袋線

#### ■清瀬駅

徒歩：南口より15分  
バス：(武13) 武蔵小金井行  
南口より7分  
東久留米総合高校下車  
徒歩5分

#### ■東久留米駅

徒歩：西口より18分  
バス：(武21) 武蔵小金井行  
西口より5分  
さいわい福祉センター下車  
徒歩5分

### JR中央線

#### ■武蔵小金井駅

バス：(武13) 清瀬駅南口行  
北口より30分  
東久留米総合高校下車  
徒歩5分

### 西武新宿線

#### ■花小金井駅

バス：(武13) 清瀬駅南口行  
花小金井駅入口より15分  
東久留米総合高校下車  
徒歩5分 ※SEIYU横のバス停



## 東京都立 東久留米総合高等学校

〒203-0052 東京都東久留米市幸町5-8-46  
TEL:042-471-2510 FAX:042-475-8400  
<https://www.metro.ed.jp/higashikurumesogo-h/>

