

# 2025 OPEN SCHOOL

第1回

開催  
日程

8.1 [金] / 10.11 [土]

第2回

お気軽にご参加ください。  
お友達同士や担任の先生、保護者様もご一緒にどうぞ！

最新情報は  
通摩高校  
HPから！



通摩高校を体験し  
高校生活をイメージしよう！



島根県立通摩高等学校

〒699-2301 島根県大田市仁摩町仁万907  
TEL: 0854-88-2220 FAX: 0854-88-4417  
E-mail: nimakoko@pref.shimane.lg.jp H P: <https://www.nima.ed.jp/>



# NIMA HIGH SCHOOL

GUIDE 2026



学びたいことは自分で決める

島根県立通摩高等学校

2026年度 学校案内

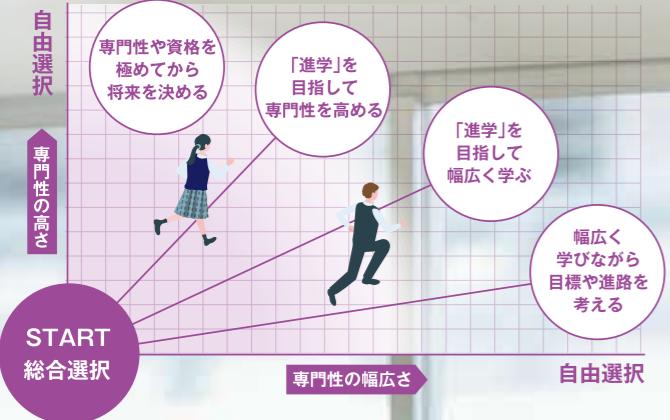
思ふ描く未来のために

# 邇摩高校で多様な系列の学びが可能に！

思い描く未来のために学びたいことは自分で決める

専門性を高める学びも多様性のある学びも

思い通りの学び方が邇摩高校で実現できる



## － 那摩高校で学べる 4 つの系列 －



## 目指す学校像

人間性豊かで、将来の地域産業を担う  
職業人・社会人の育成

### 生徒育成方針（グラデュエーション・ポリシー）

- 1 地域に愛着と誇りを持ち、地域の発展に貢献できる生徒
- 2 自らの課題や目標を設定し、自己実現に向けて主体的に取り組む生徒
- 3 多様性を認め、協働しながら、課題を解決できる生徒
- 4 自己肯定感・自己有用感が抱ける生徒



### 生徒募集方針 (アドミッション・ポリシー)

- 基本的な生活習慣と基礎学力が身についており、主体的に粘り強く何事にも取り組める生徒
- 本校の学習内容に興味・関心があり、他の生徒と協力しながら、より良い学校生活を築いていくことができる生徒
- 地域に愛着と誇りを持ち、将来、地域に貢献しようとする志を持つ生徒
- 自他ともに尊重し、思いやりをもってより良い人間関係を築こうとする生徒

## 産業社会と人間

自分を見つめ、多様な価値観を育成する

# 通摩高校の教育課程

将来の進路や目標に合わせ、  
「自分のための時間割」を作ることができます



## 総合学科研究部長より -message-

将来の夢や目標を決めて入学する人も、  
これから考える人も...

1年生で学習する「産業社会と人間」は、校内外の人との出会いを通して多様な価値観や考え方につれ、視野を広げながら自分自身や将来の目標・進路を深く考える授業です。2年生からは系列・モデルが指定する「総合選択科目」で専門分野の基礎的な力を習得し、さらに専門的に勉強したい人、進学のための勉強をしたい人、幅広く多様な分野を勉強したい人など、自分の目標に合わせた「自由選択科目」を選んでください。

## 総合選択科目

各系列・モデルで  
必ず選択する

## 自由選択科目

全系列の専門的な科目、  
普通教科科目等、系列を超えて  
自由に選択する

## 1年生

	全クラス
1	現代の国語
2	
3	言語文化
4	
5	歴史総合
6	
7	公共
8	
9	数学 I
10	
11	
12	科学と人間生活
13	
14	体育
15	
16	保健
17	音楽 / 工芸 / 書道
18	
19	
20	英語コミュニケーション I
21	
22	家庭総合
23	
24	情報 I
25	
26	産業社会と人間
27	
28	総合的な探究の時間
29	

HR (ホームルーム活動)

ボランティア実践

年間でボランティア活動を30時間以上行うと科目「ボランティア実践」の単位が修得できます

2年生から系列・モデルを決める

## 2年生

	農業とくらし	みらい ビジネス	食とこども	ひとと 福祉
	園芸 モデル	食品製造 モデル	食物 モデル	保育 モデル
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
総合選択科目 [6時間]	園芸基礎 食品製造	簿記	フードデザイン 社会福祉基礎	
1				
2				
3				
4				
5				
6				

自由選択科目 [6時間]※受講人数により開設できない場合もあります

1	森林科学	生物活用	食品微生物
2	情報処理	ビジネス・コミュニケーション	商品開発と流通
3	ファッショントレーニング	幼児教育音楽	
4	コミュニケーション技術		
5	文学国語	総合英語 I	化学基礎
6	数学 II	英会話	中国語

HR (ホームルーム活動)  
ボランティア実践 (希望者)

3年生は週14時間の豊富な

自由選択科目があります

自由選択科目には、右記の科目群を設置しています

1週間の授業時数

## 3年生

	農業とくらし	みらい ビジネス	食とこども	ひとと 福祉
	園芸 モデル	食品製造 モデル	食物 モデル	保育 モデル
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
総合選択科目 [6時間]	草花・ 野菜	食品製造	マーケ ティング	介護福祉 基礎
1				
2				
3				
4				
5				
6				

1	食品流通	地域資源活用	生物活用
2	総合実習	財務会計 I	ビジネス・マネジメント
3	原価計算	情報処理	ビジネス・コミュニケーション
4	観光ビジネス	ソフトウェア活用	ビジネス法規
5	プログラミング	幼児教育音楽	保育基礎
6	栄養	服飾文化	フードデザイン
7	社会福祉基礎	こころとからだの理解	生活支援技術
8	素描	化学基礎	英語 コミュニケーションII 教養国語
9	ペン習字	文学国語	観光英語 医療系生物
10	石見神楽	韓国語	英語探究 政治・経済
11	ポルトガル語	数学探究	体育概論 生活数学
12	異文化理解	しまねの地理・歴史	数学 II きらめく羅針盤 (自立活動)
13	石見銀山ガイド		
14			

HR (ホームルーム活動)  
ボランティア実践 (希望者)

- ◆ コミュニケーション力を育成するための科目群
- ◆ 地域理解を探るための科目群
- ◆ 探究する能力を育成するための科目群
- ◆ 表現する能力を育成するための科目群

# 年間行事

令和7年度予定

# SCHOOL EVENT

4 APR

- ◆入学式
- ◆1学期始業式
- ◆1年生校内研修



7 JUL

- ◆球技大会
- ◆1学期終業式



10 OCT

- ◆仁心祭(文化祭の部/体育祭の部)
- ◆オープンスクール②  
<10月11日(土)>



1 JAN

- ◆学習成果発表会
- ◆学年末試験【3年生】



5 MAY

- ◆生徒総会
- ◆1学期中間試験
- ◆遠足



6 JUN

- ◆県総体
- ◆進路ガイダンス
- ◆1学期期末試験



8 AUG

- ◆2学期始業式
- ◆オープンスクール①  
<8月1日(金)>



9 SEP

- ◆2学期中間試験



11 NOV

- ◆邇摩高フェア  
<11月15日(土)>
- ◆2学期期末試験



12 DEC

- ◆球技大会
- ◆系列別総探発表会【3年生】
- ◆2学期終業式



2 FEB

- ◆しまね探究フェスタ
- ◆3学期期末試験【1・2年生】



3 MAR

- ◆卒業式
- ◆進路デー
- ◆3学期終業式



## ■ 総合学科の学び ■

-3年間のキャリア学習-

1年生

原則履修科目 産業社会と人間

体験活動を通じてものごとの見方や考え方を広げ、自分の将来の生き方や進路について深く考えます。

4月

- ◆ガイダンス
- ◆出雲養護学校邇摩分教室との交流学習

5月

- ◆仁摩健康公園内花時計植替え(年5回)
- ◆自立型人間育成研修

6月

- ◆職業人講話



7月

- ◆ボランティア講話
- ◆就職・進学について考える



9月

- ◆石見銀山学習I



10月

- ◆石見銀山保全活動I
- ◆系列別分野別進路ガイダンス



11月

- ◆おもてなし講座
- ◆邇摩高フェア



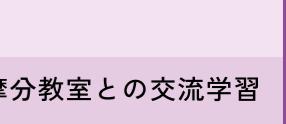
12月

- ◆ボランティア講話



1月

- ◆学習成果発表会



2月

- ◆出雲養護学校邇摩分教室との交流学習  
(部活動体験)



3月

- ◆クラス発表会

1～3年生

総合的な探究の時間

自己、学校生活、地域社会の課題に対し、主体的・協働的に学習する姿勢を身につけながらよりよく解決するためのリーダーシップと社会に貢献できる豊かな人間性を育てます。

1年生

- ◆自己課題の発見
- ◆基礎学力の定着
- ◆系列体験授業 / 見学
- ◆系列選択

2年生

- ◆石見銀山保全活動II
- ◆石見銀山学習II
- ◆地域課題解決型学習

3年生

- ◆地域課題解決型学習
- ◆キャリア学習
- ◆邇摩高フェア企画 / 運営



**農業とくらし**  
園芸モデル × 食品製造モデル

**実習を通して農業のスペシャリストを目指す**

農業の自営や農業関連産業及び食品製造業を目指す人材を育成するため、屋外や食品加工室での実習を通して、園芸や食品に関する知識や技術を身に付けます。

農業は、私たちの生活を支える大切な産業です。実習が多く、野菜や花を育てたり、加工品を作ったりすることは、大変な作業が多いですが、やりがいや達成感を感じることができます。

**選択できる科目**

**2年次**

- 農業と環境
- 総合実習
- 森林科学
- 園芸基礎
- 生物活用
- 地域資源活用
- 食品製造
- 食品微生物

**3年次**

- 野菜
- 生物活用
- 草花
- 食品流通
- 食品製造
- 総合実習



**みらいビジネス**

**ビジネススキルを身につけ実践力を磨く**

商業に関する各分野について、体系的・系統的に理解し、実践的・体験的な学習を通して、経済社会や地域産業の発展を担う力を身に付けます。

**選択できる科目**

**2年次**

- 簿記
- 情報処理
- ビジネス基礎
- ビジネス・コミュニケーション
- マーケティング
- 総合実践
- 財務会計I
- ビジネス・マネジメント
- 原価計算
- ソフトウェア活用
- プログラミング
- 観光ビジネス
- ビジネス法規

**3年次**

- 全国商業高等学校協会
- 日本商工会議所
- 国家試験
- 簿記 / ビジネス計算 / 情報処理
- ビジネス文書 / 商業経済の1~3級
- 簿記 / 珠算2・3級
- ITパスポート試験



## 食とこども

食物モデル  
×  
保育モデル



### 人のくらしを支える学びを実践し磨く

実験・実習、製作、調査研究等を通して、食物、保育に関する知識や技術を習得し、それらを活用して資格取得や課題を解決する力を身に付けます。

#### 目指すことのできる進路

- ◆ 食物・保育に関する四年制大学／短期大学／専門学校
- ◆ 調理や製菓に関する職業従事者

#### 取得を目指す資格

- ◆ 全国高等学校家庭科  
食物調理技術検定 1～3級
- ◆ 全国高等学校家庭科  
被服製作技術検定 2・3級
- ◆ 全国高等学校家庭科  
保育技術検定 1～3級

選択できる科目

2  
年次

- フードデザイン ● ファッション造形基礎
- 保育基礎 ● 生活と器(学校設定科目)
- 幼児教育音楽(学校設定科目)

3  
年次

- 調理 ● 栄養 ● 保育基礎 ● 保育実践
- 幼児教育音楽(学校設定科目)
- 服飾文化 ● フードデザイン



## ひとと福祉



### 専門力を高め福祉の現場で活躍する人を目指す

社会福祉施設の見学、実験・実習、調査研究など実践的・体験的な学習を通して、福祉や介護に関する知識と技術を習得し、福祉観や倫理観を高めます。

#### 目指すことのできる進路

- ◆ 福祉系四年制大学／短期大学／専門学校
- ◆ 医療系専門学校
- ◆ 福祉に関する職業従事者

#### 取得を目指す資格

- ◆ 介護職員初任者研修課程
- ◆ 社会福祉・介護福祉検定
- ◆ 福祉住環境コーディネーター
- ◆ 普通救命講習 I
- ◆ 認知症サポーター

選択できる科目

2  
年次

- 社会福祉基礎 ● 介護福祉基礎
- コミュニケーション技術

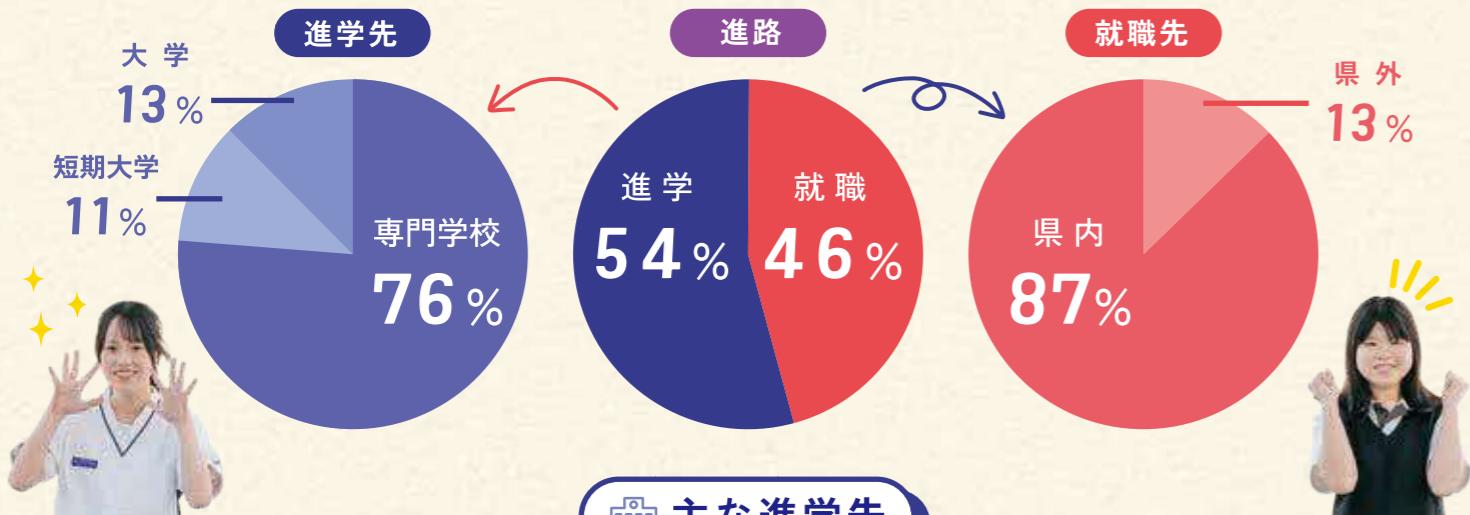
3  
年次

- 介護福祉基礎 ● 生活支援技術
- 介護総合演習 ● こころとからだの理解
- 社会福祉基礎

数字で  
見る

## 進路状況

卒業後の進路を  
見てみよう！



### 主な進学先

#### 【大学】

島根県立大学 看護学科 / 島根県立大学 地域政策学部 / 福山大学 心理学科 / 広島経済大学 経営学科 / 比治山大学 現代文化学部  
広島都市学園大学 看護学部 / 岡山商科大学 経営学科 / 環太平洋大学 健康科学科、体育学科 / 吉備国際大学 看護学科  
東亞大学 芸術学部 / 関西福祉大学 社会福祉学部 / 大阪商業大学 経営学科、公共学科 / 仏教大学 仏教学科  
千葉商科大学 経営学科、経済学科 他

#### 【短期大学】

島根県立大学短期大学部 保育学科 / 島根県立大学短期大学部 総合文化学科 / 鳥取短期大学 幼児教育保育学科  
比治山大学短期大学部 美術科 他

#### 【看護系専門学校】

石見高等看護学院 / 浜田医療センター附属看護学校 / 松江総合医療専門学校 / 出雲医療看護専門学校 他

#### 【各種専門学校】

理学療法 / 作業療法 / 歯科衛生 / 歯科技工 / 医療事務 / 自動車整備 / 林業 / 野菜 / 動物 / 介護福祉 / 保育 / 栄養 / 調理 / 製菓  
美容 / 情報 / 建築 / ブライダル / CG / 情報 / スポーツ / 漫画アニメ 他

### 主な就職先

#### 【県 内】

大田市役所 / 島根県警察 / 島根電工 / 石見銀山建設 / 安井組 / シティプラスチック / トヨタレンタリース島根 / 島根トヨペット  
ソラスト / イズミ / ライフアークス / 旭養鶏舎 / アルファー食品 / 出雲村田製作所 / 板倉重機 / イワタニ島根 / 置名土木  
菅公アパレル / 共立メンテナンス / 三協 / ジェイ・エム・エス / 島根県社会福祉事業団 / 島根ダイハツ販売 / 島根日野自動車  
生活協同組合しまね / ダイハツメタル / 第一稀元素化学工業 / 長楽園 / 帝人コードレ / DMG MORI キャステック  
ドクターリセラ / 中村ブレイス / 日研トータルソーシング / 日本郵便 / 仁摩福祉会 / パブリックロード / 原商  
Blue Sky Frontier / 松崎製作所 / 森田製菓 / 山崎組 / 悠新仮設 / よろこぼう屋 / わかば会 / 若女食品 他

#### 【県 外】

育福会 / 共楽堂 / キンレイ / サカイ引越センター / 作道印刷 / サンデリカ / 自衛官候補生 / ネオ・エモーション / 山崎製パン  
共立メンテナンス / キャピタル東洋亭本店 他

### 進路指導部長より

かなえられる夢がきっとここにある

本校卒業後は、本人の希望により就職・進学のどちらも対応できます。推薦型選抜による国公立大学をはじめとする四年制大学や短期大学、看護や栄養系への進学、多種多様な専門学校に進学できます。また、就職希望者の多くが島根県内に就職し、地元地域で活躍できる人材を育成しています。幅広い進路に対応するため、充実したサポート体制で、皆さんの夢が実現できるよう応援します。

## 卒業生からのメッセージ



株式会社シティプラスチック

系列 農業とくらし  
食品製造モデル

笠松 奈々

私が邇摩高校を選んだ理由は、選べる4つの系列（農業とくらし、みらいビジネス、食とこども、ひとと福祉）に魅力を感じたからです。中学生の時は自分がやりたいことがまだ決まっていませんでしたので、最初の1年間は4つの系列を体験しながら考えて、2年生から興味を持った系列で専門的に学習ができる邇摩高校を選びました。系列の授業では実習の時間がとても多く、ジャムやパンなど様々な食品の加工品を作りました。この実習から学んだことは、皆と協力することの大切さや、ものを作る楽しさです。お客様に販売するものなので安全に気を付けながら、大量に作らないといけませんが、それでも皆と一緒に作る楽しさです。

卒業後は高校での経験を活かして製造業への就職が決まりました。やりたいことが見つかって将来が不安だったこともありました。系列で様々な経験ができたお陰で、自分がやってみたいと思う事が見つけられたので、邇摩高校を選んで良かったと思います。



出雲コアカレッジ

系列 みらいビジネス

太田 千翔

私は将来の目標に向けてこれから需要が増えてくるパソコン関連の資格を取得したいと思い、邇摩高校に入學してみらいビジネス系列へ進みました。みらいビジネス系列ではパソコンだけではなく、簿記や電卓、ビジネスに関するコミュニケーション、プログラミングなど幅広く学ぶことができます。資格も取得できる機会が多くあり、私も多くの資格を取得する事ができました。進路に関しては、2年生の後半まで決まっていなかったので悩んでいましたが、授業でIT企業の会社見学を行った際の雰囲気や福利厚生が良く、将来就きたい仕事だと感じました。そのためより高度で専門的なことを学べる県内の専門学校に進学することにしました。実践的な経験や知識スキル習得ができるように頑張りたいと思っています。

このように邇摩高校では自分にあった系列や科目を選択することができ、自分に合う学びが実現できます。そして進学サポートもしっかりとしているので、自分にぴったりの進路を見つけることができます。



株式会社キャピタル東洋亭本店

系列 食とこども  
食物モデル

土江 美乃梨

私が邇摩高校を選んだ理由は、一から食について学び、知識・技術を見に付けたいと思ったからです。小さい頃から食や料理をすることに興味があり、将来は食に関わる仕事に就きたいと思っていました。

食とこども系列食物モデルでは、2年次に計量の仕方、食材の切り方、調理器具、器の種類などを学び基礎的な知識や技術を身に付けます。最終的には練習を重ね検定試験を受験します。3年次には調理の応用が増え、さらにレベルアップした勉強を行います。検定では、自分で一から献立を考えて試作と工夫を重ねなければならないので、これまで身に付けた技術を試す場でもあります。検定はもちろん不合格になることもあるので、私は何回も練習と工夫を重ねて、最後の検定も無事合格できました。食とこども系列食物モデルでは食について徹底的に学ぶことができ、資格取得もできます。

就職先を決めた理由は、職場見学を行った時の接客をされている様子やお客様への思いやりの心を強く感じ、私もこの場所で料理の知識をより深めて、社会人としてのマナーを身に付けて行きたいと思ったからです。また、将来は自分のお店を持ちたいので、これからも邇摩高校で学んだことを精一杯活かして頑張りたいです。



トリニティカレッジ出雲医療福祉専門学校

系列 ひとと福祉

松浦 祐汰

私は中学生の時に、介護福祉士になりたいという夢を持つようになりました。邇摩高校では4つの系列から自分に合う学びができるることを知り、介護の専門的な知識が学べるので進学することを決めました。

ひとと福祉系列では、自分の知らない介護の知識を学び、身に付けることができます。それを仲間と実践し合い、車椅子などの福祉補助具を活用することができました。実際に車椅子を使って校内や地域で実習を行い、どの部分に注意して介助したら良いか、段差を移動する時の方法などを楽しく学ぶ事ができました。

2年生のインターンシップは、地域の介護施設で行いました。そこでは、ひとと福祉系列で学んだ事を活かして、介護の体験や利用者さんとのコミュニケーションの方法を学びました。また、職員の方からは介護をする上の楽しさや難しさなどを教えていただき、介護福祉士になりたいという気持ちがさらに強くなりました。

卒業後は県内の専門学校に進学します。進学先は介護福祉の授業が充実しており、実習や演習も多く専門的な知識や技術を活かせる学習環境に魅力を感じています。

邇摩高校では、介護の知識や技術の基本を身に付けることが出来たので進学先でも活かしていきたいと思います。

# 寮生活ってどんな感じ?



令和4年度  
リフレッシュ工事完了!



## 青雲寮

自分の身の回りのこと(洗濯や掃除)は、自分でしなければなりません。

また、寮という集団の中で規律ある生活を仲間と一緒に過ごすことで、自主性・社会性が育ちます。



### 食事 3食付 / 朝食 + 夕食 + 昼食(お弁当)

調理師の方々が工夫を凝らした愛情たっぷりの手作りの料理が並びます。旬の食材を取り入れたり、栄養を考えたバランスの良いメニューで生徒の健康面をサポートします。

写真はとある日の夕食です



## 制服紹介



「N」のエンブレムに  
こだわったシンプルな  
紺色ブレザー



長袖ポロシャツ

落ち着いたチェック柄のスカートとスラックス。

白を基調にしたポロシャツは襟元にグレーの差し色があり、締め付けがなく、他校にはない邇摩高校ならではのデザインです。

スラックス



上記の制服以外にも行事等で使用する系列別のポロシャツもあります。【みらいビジネス】は紫、【農業とくらし】は緑、【ひとと福祉】は青、【食とこども】は赤です。



体操服

ジャージ

POINT!

バックプリントがかっこいい!

POINT!

バックプリントがかっこいい!



School  
Life

邇摩高校で仲間と一緒に学び  
様々なイベントや経験をして  
ともに成長していこう！

#兎

enjoy

#勉強もしっかり！

club activity

#ランチタイム

#青春謳歌中

#邇摩高生の日常

study

#😊

## 体育系

1つのボールを仲間と繋ぐ！  
思いやりを大切に、元気に活動しています！



バレーボール部  
(女子)

甲子園を目指して  
チーム一丸となって  
頑張っています。



野球部  
(男子)



ソフトテニス部  
(男子・女子)

新入部員大歓迎！  
学年男女問わず楽しく活動中！  
サンドミュージアムのコートで  
待っています。

初心者大歓迎です  
みんなで楽しく武道を  
してみませんか？

バスケに興味があるなら  
ぜひ体験に来てみてください！

弓道部  
(男子・女子)



みんなで楽しく  
練習をし、インターハイ  
出場を目指し  
日々頑張っています。



バスケットボール部  
(男子)

一球一球集中し、  
全力で取り組んでいます！  
初心者も大歓迎です。

卓球部  
(男子・女子)

初心者も経験者も大歓迎！  
男女学年関係なく仲が良く、  
楽しく熱心に活動しています！



バドミントン部  
(男子・女子)



柔道部  
(男子・女子)

## 部活動紹介

邇摩高校には14の様々な部活動があります  
気になる部活動をチェックしてみましょう！

初心者大歓迎！  
自分のペースで  
気軽に楽しく！

## 文化系

みんな仲良し！自分のやりたい曲が  
たくさん演奏できる！  
一緒にやりましょう♪



吹奏楽部

「感謝・敬神・伝統」を  
意識して練習した  
演目を地域イベントや  
学校行事で披露します。



書道部

文章の読み書きが好きな人、  
絵を描くことが好きな人、  
ぜひ一緒に活動しましょう。



経験がない方でも  
大歓迎です！  
オリジナルの写真を  
撮ってみよう！



写真部



石見神楽部

珠算・電卓、ワープロなどで  
中国大会や全国大会を  
を目指します！



ビジネス同好会

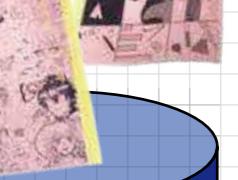


どの部活動も  
楽しそう！！

## 部活動体験・見学会

オープンスクールにて部活動体験・見学会  
がありますので、ぜひご参加ください！

詳しくは裏表紙をチェック！ ▶▶▶▶



文芸部



文芸部