

生徒一人ひとりが
主役の学校



高

2025 学校案内

岩手県立沼宮内高等学校

Iwate Prefectural Numakunai High School

ニツクな青春
マシヤク
～来たれ、沼人～





生徒一人ひとりが 主役の学校



2年 大森 絢陽

沼高のいいところは、先生との距離が近いところ。

3年 府金 流駈

質問した箇所を丁寧に教えてくれて本当に助かります。



2年 柴田 宇宙

少人数クラスなので、授業でわからなかったことを一人ひとりが気軽に先生に話すことができる。



1年
共通コース

2・3年

Aコース

主に就職、
専門学校等を希望する

Bコース

主に4年制大学等を目指す

学習時間		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学年		現代の国語		言語文化			公共		数学Ⅰ		数学A		人間生活	科学と	体育	保健		英語コミュニケーション	表現Ⅰ	論理・表現Ⅰ		家庭基礎		情報Ⅰ		選択 美術Ⅰ	音楽Ⅰ		LHR		
2学年	Aコース	論理国語	文学国語	地理総合	歴史総合			数学Ⅱ		生物基礎		体育	保健	英語コミュニケーションⅡ	ビジネス基礎	情報処理	選択 美術Ⅱ	音楽Ⅱ		LHR											
	Bコース	論理国語	文学国語	地理総合	歴史総合		数学Ⅱ	数学C	化学基礎	生物基礎		体育			保健	英語コミュニケーションⅡ	表現Ⅱ	論理・表現Ⅱ		LHR											
3学年	Aコース	論理国語	文学国語	地歴探究		総合数学	生物基礎		体育	健康生活	英語コミュニケーションⅡ	マーケティング	活用	ソフトウェア	選択 美術Ⅲ	音楽Ⅲ		LHR													
	Bコース	論理国語	文学国語	地歴探究		数学B	数学C	選択 総合数学	数学Ⅲ	総合理科		体育	英語コミュニケーションⅢ	情報処理				LHR													
総合的な探究の時間																															

総合的な探究の時間

- 1年次では確かな学力を身につけるため、必要な基礎・基本科目を全員が共通で学びます。スタディサブリを活用した授業も行っています。
- 2年次からは進路希望に応じたコース制を採用し、Aコースでは主に就職希望者向けに、Bコースでは主に進学希望者向けにきめ細やかな指導を行っています。

地域との関わりが深い

岩手町からの支援、協働が充実

総合的な探究の時間

岩手町の「みらい創造課」や地域おこし協力隊、NPO法人等の方々が、伴走者として生徒と一緒に探究活動をすすめます。地域の大人が積極的に関わってくれている恵まれた環境であり、地域全体で生徒を育てています。



町で働くこの人たちも先生です

岩手町みらい 創造課
田村 寿さん

SDGs岩手町ツアーでトウモロコシ畑での収穫作業の様子。これ以外にも、震災復興学習旅行や沼高祭などのイベント、そして「総合的な探究の時間」では毎週のように来校し生徒たちと関わってくれます。行動力を備えたアイデアマンで、様々な面からサポートしてくれています。

株式会社sinKA
SDGs推進プロジェクトリーダー
村山 真子さん

岩手町からの委託を受け、みらい創造課の田村寿さんと一緒に「総合的な探究の時間」に関わってくれています。伴走者である地域おこし協力隊の方々と生徒を繋ぐキーパーソンです。



地域と共に生きる

岩手町秋まつりには全校をあげて参加



沼高祭は町の産業まつりとコラボ。毎年かなりの賑わいです。



令和6年度PTA会長・学生寮のハウスマスター
小澤 啓一さんと奥様の小澤 紫野さん

メンタルトレーナーの資格を持ち、ホッケーの指導者でもあります。寮のハウスマスターとして親元を離れて暮らす生徒の親代わりをしてくれています。PTA会長としても入学式、卒業式で心に残るメッセージを伝えてくれます。また、奥様の紫野さんの料理は寮生から絶賛されています。

沼宮内高校のある岩手町は、2020年にSDGs未来都市に選定されたことを受け、持続可能な社会の実現に向け様々なプロジェクトを進めています。沼宮内高校の「総合的な探究の時間」ではSDGsの視点で地元である岩手町の活性化を高校生の視点で探究しています。

SDGs未来都市×高校生

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



2年 下田 侑樹

岩手町からの支援が厚く、検定試験やアイランド派遣などいろいろなことに挑戦してみようという気持ちになる。

3年 今松 流星

「総探」で町の方々と関わることで、生徒たちだけでは用意できないモノやデータを準備してくれて流石だと思った。

3年 今松 咲桜

沼高祭が「いわて町産業まつり」とコラボしているのが他校にはない特徴で、各地からかなりの方々が来場する。

学校行事

3年間の学校生活、 仲間と一緒に思いっきり楽しもう!

5月 トークフォークダンス



6月 職場見学



10月 沼高祭

5月 震災復興学習旅行



7月 たまなぼうや市場ボランティア



8月 地域みらい留学フェス



11月 修学旅行



アイルランド訪問交流



アイルランド首都ダブリンにある
マウントテンプル総合学校との相互交流。
文化の違いを人を通して身近に感じることができます。

3年 若子内 あすか

アイルランド滞り期間中は、ホストファミリーの親切さに感銘を受けました。日本のことやアイルランドの文化などたくさん話をし、もっと知りたい、もっと学びたいという好奇心が高まりました。



2年 民部田 茂香

アイルランドとの交流では、習った英語を実際に使ってアイルランドの生徒と会話することができるので、学習意欲が高まる。



体育祭では人数が少ない分、参加できる競技が多いので、たくさん楽しめます。運動が苦手な人も楽しめるe-スポーツもあります。

スキー



ゴルフ



6月 体育祭



新種目 e スポーツ

部活動

岩手町はホッケーのまち

昭和 45 年の岩手国体で岩手町がホッケー競技会場となったのがきっかけ。
指導者層も厚く、町民ホッケー大会も毎年開催されています。



岩手町総合運動公園も
近くにあり、恵まれた環境で
練習ができます。

オリンピック女子ホッケーにおいて、本校卒業生が 2008 北京で1名、
2020 東京で1名が選手として、2024 パリでは1名がスタッフとして参加しています。
また、年代別日本代表選手 (U21・U18) に選出された本校生徒も複数名おり、
日々高い志と、レベルの高い練習で全国制覇を目指しています。

卓球部/フリースポーツ部

ホッケーではない、でもスポーツは楽しみたい！
バスケ、バレー、サッカー、野球、バドミントン等、生徒が
主体となり、楽しく運動をしたい生徒のための新しいス
タイルの部です。

文化部

アートがあふれる岩手町

高校のすぐ近くには石神の丘美術館があり
ます。町内各所に石彫が点在し、まち全体が
アートにあふれています。本校の美術部もそ
のような環境で創作活動に励んでいます。

事業所訪問

様々な事業所を訪問し、将来の道を探ります。

3年 佐々木大輝

ホッケーグラウンドは人工芝やナイター設備
もある。何より指導者も皆全国トップレベル
で、恵まれた環境で練習できる。

3年 今松流星

フリースポーツ部では、自分の好きな競技
を選ぶことができるのが最大のメリット

2年 柴田宇宙

事業所訪問では、実際に足を運んで見学すること
でイメージがより具体的になりました。実際に働
いている方々の話はやはり説得力があります。

1年次で事業所訪問を実施し、
2年次で地域の職場でのインターンシップ研修を体験します。

The Key Numbers

数字で見る沼高

岩手町からの 手厚い補助

制服、通学、給食、検定試験、共通テスト受験料をはじめ、町からの補助が非常に充実しており、家計にも優しい学校です。

就職・進学に 向けての自分磨き

ビジネス文書検定、英検や漢検を受検し、就職に有利な資格取得に挑戦しています。外部講師を招いてのマナー講座も実施しています。

78年

創立
(昭和23年開校)

15名

アイランド
派遣 総数

6名

「いわて留学」を
利用した県外生
(R7 在籍)

100円

給食
(副食)1食

4万円

入学時制服代

万円の補助

5割補助

定期券等交通費
英検・漢検等受検料

割補助

20万円

国公立
4年制入学時
生活支援金給付

10万円

国公立
短大入学時
生活支援金給付

2時間

東京駅〜いわて沼宮内駅
新幹線で最短

28分

5:5

進学と
就職の
割合

14回

男子ホッケー部
全国優勝(通算)
インターハイ6回、
全国選抜8回

98%

入学させて
よかったと思う保護者
(肯定評価)

近年の主な進学先・就職先

■4年制大学

・岩手大学・岩手県立大学・岩手保健医療大学・盛岡大学・東北学院大学・東北工業大学・仙台大学・八戸工業大学・弘前学院大学・駿河台大学・千葉科学大学・東京農業大学・東京福祉大学・東海学院大学・山梨学院大学・朝日大学・天理大学

■短期大学

・岩手県立大学盛岡短期大学部・岩手県立大学宮古短期大学部・山形県立米沢女子短期大学・盛岡大学短期大学部

■文部科学省 所轄外の学校

・岩手県立産業技術短期大学校・岩手県立二戸高等技術専門学校・岩手県立農業大学校・いわて林業アカデミー

■専門学校

・上野法律ビジネス・大原簿記情報ビジネス医療福祉・北日本ハイテクニカルッキングカレッジ・北日本医療福祉・菜園調理師・盛岡医療福祉スポーツ・盛岡外語観光&ブライダル・盛岡公務員法律・盛岡情報ITクリエイター・盛岡情報ビジネス&デザイン・盛岡ヘアメイク・盛岡ペットワールド

■岩手町内

・一方井土地改良区・SWS東日本岩手工場・上平建設・佐藤建設・春陽会(あんずの里)・外山商店・ニチコン岩手・ホクリョウ・渡電気

■岩手県内

・キオクシア岩手・九戸精密・J.Mエンジニアリング・TDKエレクトロニクスファクトリーズ北上工場・山の神温泉優香苑

■岩手県外

・旭ファクトリー・アストリア・エスティーシー・日本郵便・ユニバース(青森/秋田/岩手)

■公務員

・自衛隊

■盛岡管内

・IGRいわて銀河鉄道・IBCソフトアルファ・岩手農協チキンフーズ八幡平工場・岩手日野自動車・岩手ホテルアンドリゾート・いんペクリーニング・小山田工業所・カガヤ・くずまき高原牧場・小岩井農牧・サンデリカ・新岩手農業協同組合・シミックCMO西根・みちのく協会・ジャパンファーム東日本・西部産業・西武プリンスホテルズワールドワイズ・いこいの村岩手・トヨタカローラ岩手・中儀化粧品・西根工業・日産チェリー岩手販売・日産プリンス岩手販売・日新堂(ケアホームやすみ)・日新福祉会・日本通運・ベルジョイス・マジックパール・ユニバース(盛岡地区)

進学希望者には課外授業、模擬試験などを行い幅広い進路希望に対応できるよう取り組んでいます。

2年 大森絢陽

進路指導では、一人ひとりの個性に合わせた指導をしてくれるのがうれしい。



3年 遠藤真衣

給食の提供によりお弁当を準備しなくても大丈夫なことが何よりありがたい。



Access Map

