

学校案内 2022

# 宮崎県立 宮崎西高等学校

Miyazaki Nishi High School



未知の  
我を求めて

Seek Your  
Unknown Self



スーパーサイエンスハイスクール基礎枠 開発型  
令和2年度～6年度（文部科学省5年間指定）



## 令和3年度主な進路実績(既卒生含む)

**東京大学** 7名

**京都大学** 7名

大阪大学 7名

東京工業大学 2名

名古屋大学 2名

神戸大学 2名

九州大学 28名

広島大学 8名

熊本大学 25名

**宮崎大学** 62名

鹿児島大学 35名

国公立大学  
**医学部医学科** 32名

など

国公立大学合計 287名

自治医科大学医学科 2名

東京理科大学 3名

早稲田大学 8名

立命館大学 7名

同志社大学 5名

西南学院大学 6名

福岡大学 32名

など 私立大学合格者も多数



## 切磋琢磨できる

ライバルが  
見つかる



東京大学理科I類

**西山 聖**

理数科  
宮崎西中学校出身  
バーボール部

学校生活も勉強も  
**メリハリ**をつけて  
楽しもう



宮崎大学医学部医学科

**荒武 俊一朗**

普通科  
大淀中学校出身

夢が見つかず、志望校を決めたのは成績が伸びてきた3年になってからです。それまでは学校と塾を両立していましたが、目標が定まってからは学校の授業と宿題に絞っていました。特に役に立ったのが、大学入学共通テスト後の特編授業です。進路別の授業のおかげで、二次試験に自信を持って臨みました。西高はカリキュラムがしっかりしているので、授業をしっかりと受けなければ目標に必ず届きます。私は得意教科もなければ苦手教科もありませんでした。得意教科があればよかったです。苦手教科がないのも入試では有利でした。苦手教科がなかったのは定期テストにしっかりと取り組んだからだと思います。

学校生活で息抜きになっていたのは休み時間です。友人たちと他愛のない話をして過ごした時間はかけがえのない思い出です。特に受験前は、敢えてふざけ合ったりしたことで緊張がほぐれました。そんな友人たちも勉強ではライバル。実は、成績が伸びたきっかけはライバルの存在でした。友人に追いつきたい一心で頑張り、同じ大学に進学することができました。西高では切磋琢磨できるライバル、高め合える仲間が必ず見つかります。

西高は先生との距離が近いのが良いところです。職員室の前の自習スペースでは、その場で先生に質問することができます。どの授業でも内容を掘り下げ、背景まで教えて下さるので興味を持って取り組めます。

医師である父への憧れもあり、3年の夏に地域医療に貢献できる医師になりたいと思うようになりました。先生が親身に相談にのつて下さり、夢に合った進路を選ぶことができました。合格のために心掛けたのは、第一に規則正しい生活です。睡眠時間は必ず6時間とり、勉強は決めた時間に集中してやると決めて3年間続けました。課外後の特別授業で超難関コースを選択したことも大きかったです。理数科のメンバーと一緒に受ける授業で実力をつけることができました。西高で学べば、頑張った分、進路の選択肢が増えると思います。

西高にはやるときはやる、はしゃぐ時ははしゃぐという気風があります。メリハリがあるから行事も、休み時間や放課後も楽しめます。また、西高には絶景ポイントがあります。渡り廊下から見る街の景色です。一日を振り返りながら眺めた夕焼けはずっと私の心に残るでしょう。

## 学科紹介

	クラス数	定 員
普通科	6	240名
理数科	3	120名(うち80名は附属中学校からの内進)

## 令和3年度宮崎西高校スクールミッション

○進学校・中高一貫校として、「感性」(ART) と「理性」(STEM) が融合した主体的・対話的な深い学びを展開し、生徒一人一人に潜在する資質・能力を高め、将来の宮崎、日本、世界を牽引する人材の育成を目指す学校。

○生徒同士がともに切磋琢磨し協働する中で、探究的な学びを重視し、自ら問いを立てる力や、批判的思考力・協働的思考力・創造的思考力の育成を目指す学校。

○自己や他者の人権や価値観、多様性を尊重し、協力し合う豊かな人間性と、高い目標に挑戦し試練を乗り越える逞しい心身の育成を目指す学校。

## 西高生の一日

通常の50分授業の場合

登校完了	7:25
朝 課 外	7:30~8:15
朝の読書	8:20~8:30
黙 想	8:30~8:32
S H R	8:32~8:40
1限目	8:45~9:35
2限目	9:45~10:35
3限目	10:45~11:35
4限目	11:45~12:35
昼 休 み	12:35~13:20
耕耘(清掃)	13:22~13:32
5限目	13:40~14:30
6限目	14:40~15:30
7限目	15:40~16:30
終 礼	16:35~16:45

\*朝課外は希望制ですが、毎年98%の生徒が希望しています。

\*朝のS H Rは黙想から始まります。

\*宮崎西高校では、清掃活動のことを「耕耘」(大清掃は「徳耕耘」と呼び、豊かな人間性を育む時間と位置づけ、黙想をしてから取り組んでいます)。

## NFC(Nishiko Future Competency)

宮崎西高校・附属中学校で育成する資質・能力

学びに向かう力 人間性等

(どのように社会・世界と関わり、よりよい人生を送るか)

感性

道徳心

Art

+  
Science  
Technology  
Engineering  
Mathematics

探究心

主体性

想像力

創造力

協働力

行動力

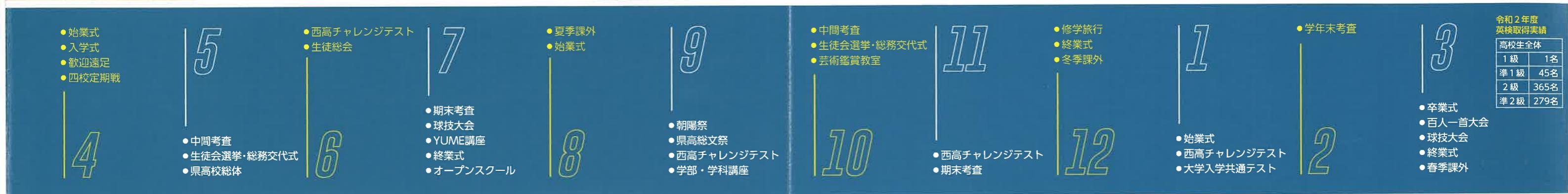
自他肯定力

知識・技能

(何を理解しているか 何ができるか)

思考力・判断力・表現力等

(理解していること できることをどう使うか)



## 文化部

- 音楽部 (合唱・管弦樂)
- 美術部 (書道部・演劇部・文芸部)
- 吹奏樂部 (吹奏樂部)
- 物理部 (物理部)
- 化學部 (化學部)
- 生物部 (生物部)
- 英語・ディベート部 (英語・ディベート部)
- 放送部 (放送部)
- 写真部 (写真部)
- 国際ボランティア部 (国際ボランティア部)
- 茶道部 (茶道部)
- 囲碁将棋部 (囲碁将棋部)
- ダンス部 (ダンス部)
- 数学プログラミング部 (数学プログラミング部)

宮崎県学生栄誉賞 第13回全国英語スピーチコンテスト 第2部 第1位 年賀ルデヤ  
英語・ディベート部 第18回宮崎県高校英語ディベート大会

化學部 令和2年度九州高等学校研究発表大会 化學部門  
第28回九州地区高等学校化学クラブ研究発表会

写真部 第64回日本学生科学賞 宮崎県審査  
第42回宮崎県高等学校総合文化祭

第3回写真撮影技術競技会  
ハイスクール部門

吹奏樂部 第42回宮崎県高等学校総合文化祭  
美術部 第42回宮崎県高等学校総合文化祭美術部門

物理部 物理チャレンジ2020全国大会  
日本生物学オリンピック2020



## 運動部

- 陸上競技部 (陸上競技部)
- 柔道部 (柔道部)
- 剣道部 (剣道部)
- 弓道部 (弓道部)
- 卓球部 (卓球部)
- 山岳部 (山岳部)
- 野球部 (野球部)
- テニス部 (テニス部)
- ソフトテニス部 (ソフトテニス部)
- サッカー部 (サッカー部)
- ラグビー部 (ラグビー部)
- ハンドボール部 (ハンドボール部)
- バレーボール部 (バレーボール部)
- バスケットボール部 (バスケットボール部)
- バドミントン部 (バドミントン部)
- 水泳部 (水泳部)
- ソフトボール部 (ソフトボール部)
- 体操部 (体操部)

陸上競技部 宮崎県高等学校R2大会 110mH 1位 藤原 康人

第74回宮崎県陸上競技選手権大会 110mH 1位 藤原 康人

女子50m平泳ぎ 1位 金子 万葉

女子100m平泳ぎ 1位 金子 万葉

ラグビー部 宮崎県高等学校一年生大会ラグビーフットボール競技 7人制の部 優勝

第22回九州高等学校10人制ラグビーフットボール大会 ラグビー競技 優勝

体操部 宮崎県高等学校一年生大会 体操競技大会 男子団体 優勝

体操部 宮崎県高等学校一年生大会 女子100m平泳ぎ 1位 金子 万葉

女子200m平泳ぎ 1位 金子 万葉

女子200m背泳ぎ 1位 大岡 野乃

体操部 宮崎県高等学校新人大会 男子団体 優勝

山岳部 宮崎県高等学校新人総合体育大会 登山競技 1位 井崎 安奏

空手道部 宮崎県高等学校1年生大会第43回空手道競技大会 男子形個人戦 1位 井崎 安奏



## 部活にも行事にも 全力投球できる



広島大学教育学部  
第四類健康スポーツ系コース

藤島 慶人

普通科  
陸上競技部キャプテン  
生目台中学校出身

高校生活を振り返ってみると、1日1日は確かにきつかったのですが、勉強が大変だったという印象ではなく、楽しくて充実した3年間でした。入学した時から部活も頑張りたいという目標を持っており、大会では結果を出すこともできました。部活で友達が増え、冬のきつい練習を乗り越えたことで忍耐力もつきました。部活は火曜日から金曜日の放課後と土日にあります。勉強は限られた学習時間に気持ちを切り替えて取り組みました。疲れた時や眠い時はまず寝る。その分、朝、勉強しました。無駄な時間もなく、生活リズムを作ることができたのは部活をしていたからこそだと思います。

夢は保健体育教師。きっかけは良い先生方との出会いがあったことです。総合型選抜入試で専門的なテーマのプレゼンや論文、実技がありましたが高校生活での活動をアピールして突破することができました。

行事で思い出深いのは朝陽祭です。体育祭では団長をつとめました。合唱コンクールではクラスが団結し、一体感が生まれます。どんな場面でもみんな一生懸命で、行事が楽しいのも西高の魅力です。部活も行事も全力でやりたい人は、西高がおすすめです！

# 未来を待つのではなく、創る人になれ。

いま私たちは、ワクワクする未来の入り口にいます。

「あったらいいな」が現実になっていく、

その時代の到来を待つか。

それとも、自分の手で創り出すのか。

選択権は、あなたにあります。

未来を創りたいのなら、

自分の可能性が引き出せる高校を選んでほしい。

宮崎西高等学校は、

文系と理系、どちらの方向にも伸びる生徒の将来を見つめ、

2つの学科と新しい学びのプログラムで、

次代のリーダーを育てていきます。



高校3年間のカリキュラム（令和3年度）

	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	31	32	33	34	35
普通科	1年	国語		地歴		数学		物理	化学	生物		体育	保健	芸術		英語		家庭	情報	総探	LHR														
	2年	文系	国語	地歴	公民		数学		理科		体育	保健	芸術		英語		情報	総探	LHR																
		理系	国語	地歴	公民		数学		化学	物理・生物	体育	保健	芸術		英語		情報	総探	LHR																
	3年	文系	国語	地歴	公民		数学		化学	物理・生物	体育		英語		情報	総探	LHR																		
		理系	国語	地歴	公民		数学		化学	物理・生物	体育		英語		情報	総探	LHR																		
	1年	国語	地歴	理数数学	理数物理	理数化学	理数生物	体育	保健	芸術		英語		家庭	総探	LHR	Comp.																		
理数科	2年	文系	国語	地歴	公民	理数数学	理数物理	理数化学	理数生物	理数物理	理数化学	理数生物	体育	保健	英語		総探	LHR	Comp.																
		理系	国語	地歴	公民	理数数学	理数物理	理数化学	理数生物	理数物理・生物	体育	保健	英語		情報	総探	LHR	Comp.																	
	3年	文系	国語	地歴	公民	理数数学	理数物理	理数化学	理数生物	理数化学	理数物生	体育	英語		Expt.	総探	LHR																		
		理系	国語	地歴	理数数学	理数物理	理数化学	理数生物	理数物理・生物	体育	英語	Expt.	総探	LHR																					

\*普通科・理数科ともに文系の2・3年次では地歴2科目対応ができます。 \*理数科の理数数学・理数物理・理数化学・理数生物は、普通科の数学・理科とは教科書・進度が異なります。

\*「きみろん」は「総合的な探究の時間」のことです。 \*「Comp.」「Expt.」はSSH設定科目です。

\*令和4年度より新課程に変わります。

## 高めあえる仲間がいるから、伸びる。

西高には、宮崎市内外から多くの生徒が集まっています。初めて出会う個性に、きっと大きな刺激を受けるはずです。そして、それが学ぶ意欲につながることを多くの先輩が証明しています。「西高の生徒はよく勉強する」と言われるのは、そのためです。もちろん、高校では多くの勉強量が必要になります。それでも頑張れるのは、高めあえる仲間がいるから。努力できる環境があるからこそ、入学後、飛躍的に成長できるのです。

## 時間を使う上、部活動と勉強を両立させる。

生徒の多くは部活動に所属して、勉強と両立させています。それができるのは、時間の使い方を工夫しているからです。その一つが、空き時間を利用した学習です。職員室前にずらりと並んだ長机には、早朝から生徒が集まり、静かに自主学習を始めます。先輩の姿を見ながら、後輩たちは次第に時間をうまく使えるようになります。こうした時間の使い方や自主性は、間違いなく卒業後の人生に大きなプラスをもたらします。

## 茶道を通して身についた集中力



宮崎大学医学部医学科

落合 桜子

理数科  
茶道部  
加納中学校出身

茶道でお茶をたてることを「お点前」といいます。お点前では集中力が必要です。稽古を通して集中力が鍛えられ、繰り返し練習することの大切さを知りました。朝陽祭では全校生徒にお点前を披露します。また年1回、県内高校の茶道部が集まるお茶会に参加します。それらの時に、お客様や裏方のスタッフなどの周りの動きを見ることの大切さを学びました。部活動で学んだことや身についたことは、この先の人生で役に立ちそうです。

茶道部は百人一首部と部室を共用しているので、活動は週2回。私にとって、良い息抜きの時間でした。週の活動時間が少ないのに、勉強と両立しやすいのもメリットです。私は部活のある日となり日、それぞれの学習計画を立て、休み時間などの隙間時間も有効に使いました。茶道部の他にも週2~3回の活動の部があるので、時間の使い方に合わせて選べます。兼部している人もいて、みんな好きなことに熱中しています。

西高は学べる環境が整っています。支えてくれる先生たちや刺激を与えてくれるクラスメートや部活の仲間たちがいるから、夢に向かって頑張り続けることができます。

# どんな興味も追求できるから面白い。 君だけの学びから、世界は広がります。

「きみろん」とは、「君にしか書けない論文コンクール」の略。西高では、「きみろん」という学内コンクールに向けた論文の完成を目指しながら、思考力や追求力、表現力など、将来に必ず役立つチカラを育てていきます。難しそうと思うかもしれません、段階的に身につけていくので心配はいりません。これまでの勉強とは違う本物の「学び」に触れることで、知ることの楽しさを発見できます。

先輩たちが1年生の時に書いた論文を紹介します。

## 先輩の論文

**卵の殻の中でスクランブルエッグはできるのか**

英語模試のリスニングで「卵の殻の中でスクランブルエッグを作る」という問題があり、本当にできるのか実験した結果をまとめています。

## 先輩の論文

**漢文の返り点を処理するプログラムの作成**

論文に必要な「導入」や「結果」の記述はないものの、学内コンクールで内容が評価された作品です。この後、この先輩は国内のコンテストで優秀な成績を収め、情報オリンピックの世界大会に日本代表として参加し、銀賞を受賞しました。



## SSHへの挑戦

西高は、文部科学省のSSH（スーパー・サイエンス・ハイスクール）に指定されています。これは、先進的な理数教育を行う教育機関に与えられるもの。加えて西高では、生徒の創造性や独創性、国際性を育むため、新しい教育手法を取り入れ、独自の教材開発を進めています。

## 問い合わせ止まらない授業で、一緒にワクワクしよう

**東口 匠樹**先生（地理）

赴任してきて西高のイメージは覆されました。生徒たちは明るくて素直。やらされているのではなく、何にでも自分達から食らいついていく。行事にもクラス運営にも自主的に取り組みます。授業や課外の後は質問の嵐。私たちも生徒たちのやる気に応えたいと熱が入ります。

西高の授業では生徒と先生が共に、自ら問いを立て、深めていきます。先生は生徒に歩き、最後に背中を押してあげる存在でありたいと考えます。例えば地理の授業では、「西高はなぜ坂の途中にあるのか」など身近なテーマで問い合わせをたくさんしています。

グループ学習で対話を重視し、生徒たちに自由な発言を促し、どんな発言も否定しないことを伝えます。こうして問い合わせつながり、循環する授業を展開しています。生徒たちが授業を通して様々な考え方や価値観があることを知り、将来、多様性のある社会で生き抜く力をつけてくれることを願っています。

授業ではipadを使うなどICTを活用しています。疑問が湧いたらwebサービス「Classi（クラシィ）」を通していつでも先生や授業のメンバーに投げかけることができます。いろいろな学び方を通して、調べる力や情報社会での対応力も身につけて欲しいですね。



## 未来授業計画

これから受ける授業では、さまざまな世界の扉が開かれます。言語や自然科学、歴史、身体表現、芸術など、学ぶほどに点が線となって興味が広がり、知りたいことが増えていきます。ここから、自分の未来につながる自由な発想が生まれていくのです。



## 「YUME講座」が進路選択のきっかけの一つに



北九州市立大学外国語学部英米学科

**森 穂花**

普通科  
バスケットボール部  
大塚中学校出身

## STEAMプログラム

STEAMとは、Science（科学）・Technology（技術）・Engineering（工学）・Art（藝術）・Mathematics（数学）の頭文字。授業で芽生えた探究心からテーマを設定し、さまざまな方法を用いて数理的な解説を目指すためのプログラムです。生徒の学びを支えるのは、情熱あふれる教員たち。さらに研究の最前線で活躍する卒業生のサポートを受け、多くの視点から一人ひとりの向学心に応えます。



英語が好きなので、漠然と教育学部に進学して英語教師になる夢を持っていました。しかし、様々なジャンルの講師による職業講話「YUME講座」で視野が広がり、考え方väりわきました。その時の講師はアラビア語が専門の外交官。言語を生かして仕事をする方の話を聞き、仕事の選択肢が広い外国語学部を本気で目指そうと思うようになったのです。英検準一級に合格したことでも自信になりました。

英語の勉強では、普段の授業を一番大切にしました。入試時期は、大学入学共通テスト後の特編授業で志望校より高いレベルの英語の授業を選択。周囲から刺激を受け、ラストスパートをかけることができました。家では毎日3時間の学習時間を習慣づけていました。先生から英語学習では音読が大切だとアドバイスを受けたので、部活などで疲れた時も音読だけは欠かさずにやったのがよかったです。

先生も生徒も一緒に頑張る雰囲気が、気持ちを高め続けてくれた3年間でした。また、西高は勉強が大変だというイメージがあるかも知れませんが、朝陽祭などの行事は思い切り楽しめます。勉強も部活も行事も頑張れる環境で夢を叶えましょう。

# 先輩からの Message



理数科 2年  
川野 留佳  
(加納中学校出身)



普通科 2年  
日高 恒顕  
(生目台中学校出身)



普通科 2年  
代永 小夏  
(大塚中学校出身)



理数科 2年  
甲斐 大智  
(宮崎大学附属中学校出身)



理数科 2年  
畠山 結  
(宮崎西中学校出身)



普通科 2年  
甲斐 勇輔  
(生目中学校出身)



普通科 3年  
水尻 茉奈花  
(生目中学校出身)



理数科 3年  
有田 康太郎  
(五十市中学校出身)



普通科 3年  
金子 万葉  
(大塚中学校出身)



理数科 3年  
徳留 勿伸  
(赤江中学校出身)



理数科 3年  
高岡 有紗  
(宮崎大学附属中学校出身)



普通科 3年  
平尾 啓竜  
(大塚中学校出身)

県下ナンバー1の高校と聞いて志望しました。入ってみると課題や小テストなどが、毎日、目白押し。大変と思った時期もありましたが、日々の勉強を大切にしたこと、成績がグンと伸びました。今では数学や英語などコツコツと問題に向かうのが楽しいです。将来医師を目指していますが楽しみながら合格したい。

私は理数科特有の活動ができることに惹かれて選びました。特に「君にしか書けない論文コンテスト(通称:きみろん)」や数学オリンピックなどの勉強ができるのが魅力です。さまざまな題材を突き詰めると見える世界が変わります。それは思考力でもたらされると思います。本校と一緒に「考えることを楽しもう！」

書道部の部長をしています。最近、部員募集のために自分たちでPR動画を撮影したんですよ！この学校は人間性が磨けると思います。知識豊かな友達がいて、彼らから学ぶ部分も多いです。将来、小学校の先生になりたて西高を志望しました。ここを目指すなら、自信が持てるぐらいまで勉強を頑張って！

テレビのニュースで観た、先輩方が吹き抜けで勉強している光景が印象的で志望しました。生徒会での活動に力を入れていますが、春は特に恒例の四校定期戦に向けて準備が忙しいです。受験勉強は大変かもしれないですが、西高に入ってしまえば勝ち。周囲に感化されて自然と勉強のやる気ができる学校です。

文系が得意で、話すことに自信があります。将来は、自分の得意分野を生かせる、弁護士を目指しています。生徒会役員をしていますが、行事の企画運営が楽しいですね。本校は、勉強する環境が整っているため、成績に自信がない人でも、入ってしまえば自然と勉強する力が身に付きます。上位の大学を目指すならぜひ。

私は小児科医を目指しています。夏のオープンスクールで、「将来の夢を本気で考えるなら西高」という話を先輩から聞いて志望しました。中学から始めたバスケットボール部に所属していますが、部活と勉強を両立しようとするとなり濃い毎日になります。文武両道は難しいですが、両立しながら目標も達成したい。

学校の特色を一言で表すと「多様性の宝庫」です。誰一人として同じ考えはないし、それぞれに志があって哲学的な部分があります。学生同士で学術的な議論をすることもあるし、自分で考えるのも西高的かも。私は弓道部で部長もしていますが、勉強と部活と両立して充実した日々を過ごしています。

本校はなんといっても勉強はもちろん部活や行事など好きなことに全力で取り組める環境が整っています。先生方の指導は熱心で、生徒中心にいろいろなことが進むのも特徴。クラス全員で盛り上がるグラスマッチや朝陽祭など、準備も楽しいです。勉強に部活、学校行事など充実した3年間を望むならお勧めです。

西高は「自分の個性を伸ばせる」学校。西高の創設の言葉「未知の我を求めて」という言葉が印象深くて志望しました。勉強はもちろん、部活など好きなことにも取り組めるのが本校の良さ。バスケットボール部に所属し両立は正直大変ですが試合がうまく行くと最高の気分です。仲間が支えてくれるから頑張れます。

勉強するのが苦手ですが、部活も勉強も頑張って充実した高校生活にしたいという思いがありました。本校の宿題の量は多いです。しかし、先生方のサポートが厚く、成績も結果が出せます。部活は陸上部で短距離をしていますが、高校に入って多くの種目に挑戦し、自己ベストも更新。文武両道を目指しています。

中学3年生でオープンスクールに参加して、先輩たちが明るくイキイキと発表や案内をしているのが印象的でした。私自身は水泳部に所属し平泳ぎで県1位にも。授業が終わって2時間の部活は大変ですが、楽しいこともたくさんあります。目標がある人なら、選択肢が広がる本校はお勧め。ぜひ限界突破してほしい。

西高の甲子園出場を見て、私も部活と勉強どっちも上を目指したいと思うように。野球部は他の部活と比べても練習量が多く大変ですが、勉強との両立に挑戦し続けています。四校定期戦は、学校が一つになり盛り上がるイベントです。そのグラウンドに立ち、大勢の声援を受けながらプレーしたいです。

表紙の写真は、左から山中颯人（理数科1年：東大宮中学校出身）、井上桃杏（普通科2年：生目中学校出身）、原田康平（普通科2年：大塚中学校出身）、六反田要（普通科1年：生目中学校出身）、甲斐大智（理数科2年：宮崎大学附属中学校出身）です。

## 令和3年度宮崎西高校オープンスクールのお知らせをいたします。



第1回 令和3年 7月30日(金)  
《普通科・理数科合同》



令和3年 10月16日(土)  
《普通科・理数科合同》

\* 詳細は学校ホームページをご確認下さい。 <https://cms.miyazaki-c.ed.jp/6037/htdocs/>

オープンスクールの  
情報や申し込みはこちら



宮崎県立宮崎西高等学校

Miyazaki Nishi High School

〒880-0951 宮崎県宮崎市大塚町柳ヶ迫 3975-2

TEL.0985-48-1021 FAX.0985-48-0783