



発見・挑戦・実現
青森県立百石高等学校

普通科
君の輝く場所
食物調理科
がある

個性と才能を伸ばす学校。

だからこそ輝く

みんなちがう、



おいらせ町苗平谷地46
電話：0178-52-2088
FAX：0178-52-8315

充実したキャリア教育で夢を実現

校訓 誠実・努力・自立

「分かって、できて、 おもしろい授業」の推進

本校では、生徒の主体的・対話的・協働的な学びを促し、基礎学力の定着や希望進路実現のために必要な学力を身につけることを目指し、「分かって、できて、おもしろい授業」を推進しています。

活発に意見を交わし 成長し続ける「生徒会活動」

生徒会活動では、生徒会役員が中心となり生徒主体の行事運営のもとで、1年間の学校行事が実施されています。全ての行事に生徒の創意工夫が盛り込まれ、一人一人にとって満足度の高いものとなっています。

「地域」に貢献する人材育成

地元イベントのボランティアや、保育園・老人施設での体験学習など、地域の中で活動する場面を多く設定しています。

普通科では、Feel度 Walk や町長とのフレッシュトークなど、地域について学ぶ活動を行っています。

食物調理科では、小中学校へ出向いての食育教室、おいらせ町二十歳の記念式典での料理提供など地域に根ざした活動を行っています。また、調理クラブでは地元食材を利用したレシピ開発やイベントでの料理提供などの活動を行っています。

生徒定員

令和7年度

学科	学年	第1学年	第2学年	第3学年	合計
普通科		80 (2)	80 (2)	80 (2)	240 (6)
食物調理科		40 (1)	40 (1)	40 (1)	120 (3)
合計		120 (3)	120 (3)	120 (3)	360 (9)

() 内は学級数



「いちようマラソン」ボランティア



町内ゴミ拾い

おいらせ町からの支援

おいらせ町では、平成27年度から本校を支援する事業をスタートさせ、現在では「百石高等学校魅力アップ推進事業」として、本校生徒の教育活動を強力にバックアップ。(令和7年度は以下のとおり)

1. 4年制大学・短期大学へ進学するために学習塾等へ通う生徒への費用の一部を助成
2. 進学用各種外部模擬試験の受験費用の全額を助成(1人年6回を上限)
3. 「英検」、「漢検」などの各種検定費用の半額を助成(一部全額助成もあり)
4. 全校生徒が利用する学習支援システム「Classi」の使用料の一部を助成

取得可能な資格等

資格取得を目指す生徒に対して、講習会や校内模擬試験等を実施して合格に向けた支援を行います。

◆普通科・食物調理科共通

- 日本漢字能力検定(2～3級)
- 実用英語技能検定(2～3級)
- 全商ビジネス文書実務検定(1～3級)
- 全商情報処理検定(1～3級)

◆食物調理科

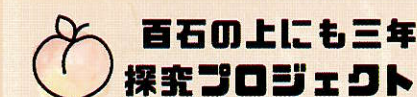
- 調理師免許
- 専門調理師(技術考査筆記のみ)
- 全国高等学校家庭科食物調理技術検定(1～3級)

総合的な探究の時間—百探— 価値ある学びへ

本物のキャリア形成を目指し、ヒトモノも充実した授業(普通科)を展開しています。



「心のエンジンを駆動させるプログラム」に令和6年度採択され、多くの支援をいただき、活動しています。



青森県立百石高等学校
総合的な探究の時間

普通科

普通科は総合的な探究の時間―百探―を核として各教科での学びを融合しながら、それぞれの興味関心を基に探究テーマを深め、自己のキャリアを育成します。

多様な進路目標達成に向けた充実したカリキュラム

資格取得のための講習会の実施、公務員模試、看護模試などの各種模擬試験の実施、大学等への進学志望者への進学ゼミ(課外講習)の実施などにより、資格取得や学力の向上を目指しています。

特色

- 1 総合的な探究の時間―百探―で、夢の発見・挑戦・実現を目指すカリキュラム。
- 2 地域の諸活動への積極的参加とともに地域資源を活用した教育活動。
- 3 2学年からは自分の進路志望や興味関心にあわせて授業科目を選択できるカリキュラムで、多様な進路志望に対応。



授業科目と時間数(令和7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
1学年	現代の国語	言語文化	地理総合	公共	数学Ⅰ	化学基礎	生物基礎	体育	保健	音楽Ⅰ	英語コミュニケーションⅠ	家庭総合	情報Ⅰ	総合的な探究	HR活動															
2学年	論理国語	文学国語 国語表現	歴史総合	数学A	数学Ⅱ	化学 生物	物理基礎	体育	保健	英語コミュニケーションⅡ	論理・表現Ⅰ	家庭総合	情報処理	総合的な探究	HR活動															
3学年	論理国語	文学国語 国語表現	政治・経済	数学Ⅱ	化学 生物	体育	音楽Ⅰ 書道Ⅰ 生活と福祉	英語コミュニケーションⅡ	論理・表現Ⅱ ソフトウェア活用	総合的な探究	HR活動																			

3年間を見通したキャリア教育

●…普通科
●…食物調理科
●…両科共通

新入生オリエンテーション Classi ガイダンス	4月	
花壇環境整備	5月	職業講話(3年) 校外実習(2年)
進路説明会(3年)	6月	職業講話(1,2年) 「ハーブ」植え付け
探究・専門WEEK 総合的な探究―百探― 中間発表会(1,2年)	7月	校外実習(2年) 家庭科食物調理技術 検定3級(1年) 洋菓子講習(1年)
社会人講話(1,2年)	8月	家庭科食物調理技術 検定1級(3年) サービスマナー講習(1年)
外部関係者による模擬面接	9月	高齢者福祉体験学習(1年) すし講習(2年) そば打ち講習(3年)
高齢者福祉体験学習(1年) 高齢者疑似体験(1年)	10月	テーブルマナー講習会(2年) 製パン講習(3年) 家庭科食物調理技術 検定2級(1年)
進路ガイダンス(2年) 消費者力検定(2年)	11月	洋菓子講習(1年) 保育体験学習(1年)
探究・専門WEEK 総合的な探究―百探―発表会 (3年)	12月	食育教室(2年) 家庭科食物調理技術 検定準1級(2年)
町長フレッシュトーク(1年)	1月	おいらせ町二十歳を祝う会 おもてなし料理(3年) テーブルマナー講習会(3年) 課題研究発表会
総合的な探究―百探―発表会 (1,2年) 進路ガイダンス(1年)	2月	

食物調理科

食物調理科は、専門的知識・技術を習得させることに加え、もてなす心と技術の育成、そして最終的には人間力の育成を目指しています。

県内公立高校では唯一、厚生労働大臣の指定を受けた調理師養成施設

本校の授業を受けて必要な単位を修得すれば、調理師の国家試験を受けなくても卒業と同時に調理師免許を申請することができます。

特色

- 1 ホテルのシェフなどの特別講師 20 名による充実した授業。
- 2 レストランでの現場実習、高齢者福祉施設や保育園での体験学習、ホテルでのサービスマナー講習など校外での幅広い体験。
- 3 学びが進路に直結。(調理師として就職、栄養士やパティシエを目指した進学など)



授業科目と時間数(令和7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
1学年	現代の国語	地理総合	数学Ⅰ	科学と人間生活	体育	保健	音楽Ⅰ 書道Ⅰ	英語コミュニケーションⅠ	家庭基礎	生活産業基礎	調理	食品	HR活動																	
2学年	言語文化	公共	数学Ⅰ	化学基礎	体育	保健	英語コミュニケーションⅡ	生活産業情報	調理	栄養	食品衛生	公衆衛生	HR活動																	
3学年	論理国語	歴史総合	数学A	生物基礎	体育	英語コミュニケーションⅡ	課題研究	食文化	調理	食品衛生	公衆衛生	総合調理実習	HR活動																	

スクール
ライコ

4月 入学式



6月 遠足



7月 体育祭



9月 文化行事



10月 たかしお祭



12月 校内レク大会



2月 スキー教室



3月 卒業式



青森県立百石高等学校 グランドデザイン

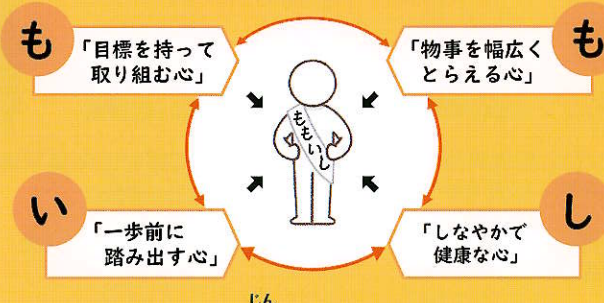
スクールミッション

活動・体験を重視した学習や地域についての理解を深める学習を通して、主体性を身に付けるとともに、地域や企業と連携したキャリア教育や食育に関する異年齢交流等により、地域に貢献する態度を養い、豊かな心を持った新たな時代を切り拓く人材を育成します。

【グラデュエーション・ポリシー】

- 次のような資質・能力を育成します。
- 明るく健康で、礼儀正しい生徒の育成
 - 自分で目標を定め、目標の実現に向かって努力する生徒の育成
 - 新しい時代を主体的に切り拓く、心豊かで、たくましい生徒の育成

ももいし心



「ももいし心を育成します」

【カリキュラム・ポリシー】

- 次のような教育活動を実施します。
- 充実したキャリア教育で夢実現の普通科カリキュラム
 - 卒業後申請により無試験で調理師免許が取得できる食物調理科カリキュラム
 - 地域の諸活動への積極的参加とともに地域資源を活用した教育活動
 - ICTを活用し、総合的な探究の時間(課題研究)等を通じて、自ら学び考え取り組める教育活動

【アドミッション・ポリシー】

- 次のような生徒を求めています。
- 本校を志望する明確な目的意識を持っている生徒
 - 志望する進路の達成に向けて学習に意欲的に取り組む生徒
 - ルールやマナーを守り、明るく挨拶ができるなど基本的な生活習慣が確立されている生徒
 - 特別活動、部活動やボランティア活動等に積極的に参加する生徒

部活動

運動部

(令和7年4月現在)

ソフトテニス部・卓球部・陸上競技部
女子バレーボール部・バスケットボール部
ボウリング部

文化部

(令和7年4月現在)

茶華道部・手芸部・将棋部
演劇部・ボランティア部・吹奏楽部
調理クラブ

自分の手元と先生の手元を比較しながら実習できます



同時進行で調理ができます

大画面で手元確認!

卒業生の声

八戸製錬株式会社

普通科
飯干 悠大 (百石中学校出身・野球部)

百石高校に入学して頑張ったことは、硬式野球愛好会に入部し、3年間継続したこと。人数が少なかったため他の学校と連合を組むことになり、休日の合同練習や練習試合がとても大変でした。硬式野球愛好会を引退後は、そこで培った体力を活かして、学校行事に積極的に取り組みました。体育祭や校内レクリエーション大会などではクラスのみならず、学校行事で総合優勝をすることができ、とても楽しかったです。ところが楽しいことばかりではなく、3年生の夏休みくらいから本格的に就職活動が始まりました。就職活動は、履歴書作成や面接練習などやることが多く、思っていた以上に大変でした。最終的に、第一希望の八戸製錬株式会社に合格することができて良かったです。

青森県職員(警察事務)

普通科
田嶋 心優 (百石中学校出身・女子バレーボール部)

私は3年間の高校生活で、挑戦し努力することの大切さを学びました。2年生の頃の私は、勉強や女子バレーボール部、ボランティアなどの活動に積極的に取り組み、充実した生活を送っていました。しかし、進路については、将来の夢が見つからずに迷っていました。そんな時に先生から公務員という選択肢を勧められ、安定した仕事で地域に貢献できる点に魅力を感じ、興味を持ちました。公務員試験の筆記試験の内容は、学校の勉強とは異なる部分も多く、外部の講習会に参加しながら対策を進めました。試験直前には、面接試験の練習を先生方や友人と何度も行い、自信を持って話せるよう努力しました。百石高校は、自分の目標に向かって努力できる環境が整っています。先生方も、生徒一人ひとりの進路実現のために、親身になり多くの場面で手助けしてくれ、挑戦し努力をすることで、選択肢は無限に広がります。ぜひ百石高校に入学し、自分の可能性を広げてください。

株式会社利久

食物調理科
原 心花 (百石中学校出身・卓球部)

私は食物調理科に入りましたが、将来何をしたいのか全然考えていませんでした。ですが、部活動やボランティア活動、そして食物調理科での活動を経験していくうちに、自分のやりたいことが明確になり、接客の仕事に就きたいと思いました。進路達成のため、今までの活動により力を入れ、検定も積極的に受け、自分にできることを増やして自信を付けることができました。食物調理科では総合調理実習や校外活動など貴重な体験がたくさんできて、自分次第でいくらでも技術を身に付けることができるので、調理の道に進みたい人にはとても良い環境です。調理の他にも学びや気づきがあり、自分を成長できるきっかけになれると思います。百石高校は、先生方が生徒想いで進路活動に積極的なので、どんどん相談して大丈夫です。進路達成のためにしっかりとメリハリをつけて、頑張るところはしっかりと頑張りたいです。三年間はあつという間なので、後悔せず楽しんでください。

東北学院大学 経営学部 経営学科

普通科
上新井田 菜央 (五戸中学校出身・ボランティア部)

私は入学当初、特にやりたいこともなく、今後苦勞しないために上位の成績をキープしようと思えました。高校2年生の時、元々興味があった経営について学びたいという思いから、進学したいと考えました。その後、いろいろな検定に挑戦し、「あおばな」などのイベントにも積極的に取り組みました。私は受験の日程上、2つの受験方法を準備する必要がありました。そのため、不安に押しつぶされそうな毎日を送っていました。しかし百石高校の先生方に励まされ、不安な気持ちが減り、受験に前向きに取り組めるようになりました。このような、生徒一人ひとりの話を親身に聞いて、寄り添ってくれる先生、そして個性豊かな明るい生徒の存在が百石高校の良さだと思います。私はこの3年間、自分自身を大きく成長させることができました。百石高校に入学したいと考えているみなさん、ぜひ入学していろいろなことを学び、友だちと素敵な思い出を作ってください。

株式会社虎屋

食物調理科
滝沢 耕平 (下長中学校出身・ボウリング部)

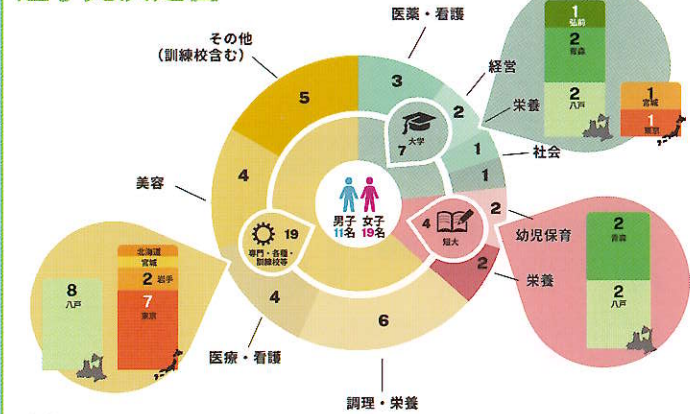
私は入学して1回目の調理実習で、正直3年間やっていけるか不安になりました。進路も決まっておらず、僕の高校生活は本当のゼロからスタートしました。調理実習では、特に日本料理が楽しかったです。進路も日本の食文化に関わる仕事がしたいと考えているようになり、和菓子職人に興味を持ちました。しかし、特別和菓子について詳しいというわけではなかったため、進路活動中ずっと不安でした。そこで私は担任の先生や進路指導の先生方にとにかくたくさんのお話を質問しました。初めて進路指導室に入室する時はとても緊張しましたが、先生方は自分の想いを聞いてくださいました。そして3年生で進路を決める時期になったとき、虎屋さんの製造の求人を知ってもらい、就職が決まりました。百石高校食物調理科では、3年間様々な授業や実習を経験することで、新しい発見や自分に足りないものを知ることができます。食物調理科に入学し、食生活と自分という人間を見つめ直しましょう。

柴田学園大学 生活創生学部 健康栄養学科

食物調理科
向折戸 彩音 (小中野中学校出身・ソフトテニス部)

私は百石高校に入学したときから、栄養系の学校に進学したいと考えていました。そのため、1年生のときから専門科目だけでなく理数系の教科にも力を入れ、定期考査では高い点数を維持できるように自分に合う勉強法を探すなど工夫しました。百石高校に入学して良かったことは、調理実習で本格的な料理を学べることに、高校生活だけでなく進学先や就職先にも生かせる経験がすることができ、例えば私は、ボランティア、食育イベントに参加しました。食育イベントでは様々な年齢の人を対象にし、その人の目線に合わせてコミュニケーションをとることができました。このことは将来管理栄養士として働いたときに生かせる、とても良い経験だと思います。百石高校は地域の人とつながることができるイベントや校内レク、文化祭などの楽しい行事がたくさんあります。百石高校に入学し、楽しく充実した高校生活を送ってみませんか。

進学先決定者



- 大学**
- ・青森大学 薬学部 薬学科・青森中央学院大学 経営法学部 経営法学科
 - ・柴田学園大学 生活創生学部 健康栄養学科・八戸学院大学 健康医療学部 看護学科 (2)
 - ・デジタルハリウッド大学 デジタルコミュニケーション学部 デジタルコンテンツ学科
 - ・東北学院大学 経営学部 経営学科
- 短期大学**
- ・青森中央短期大学 食物栄養学科 (2)・八戸学院大学短期大学部 幼児保育学科 (2)
- 専門・各種・訓練校等**
- ・専門学校アレック情報ビジネス学院 建築科 / IT エンジニア科
 - ・八戸保健医療専門学校 スポーツ栄養科・八戸理容美容専門学校 美容科 (2)
 - ・東北メディカル学院 作業療法学科 / 理学療法学科
 - ・青森県立八戸工科学院 自動車整備科・岩手理容美容専門学校 美容科
 - ・上野法律ビジネス専門学校 総合ビジネス科・吉祥寺二葉栄養調理専門職学校 栄養士科
 - ・国際製菓専門学校 製菓総合専門士科・住田美容専門学校 美容科
 - ・仙台スクールオブミュージック&ダンス専門学校 音楽コミュニケーション科
 - ・辻調理師専門学校 東京 製菓衛生士本科 (2)
 - ・東京ベルエポック製菓調理師専門学校 パティシエ科 / フードビジネス科
 - ・北海道医療専門学校 診療放射線学科

就職先決定者

