

令和8年6月26日

各中学校長 殿

青森県立八戸西高等学校
校長 畑井和人
(公印省略)

令和8年度青森県立八戸西高等学校
スポーツ科学科公開講座及び運動部活動体験・見学会について（御案内）

初夏の候、貴職におかれましてはますます御清栄のこととお喜び申し上げます。

本校スポーツ科学科では、生徒が将来各分野の指導者やリーダーとして活躍していくための資質向上を目指し、各種公開講座運営の補助等を行うことを学習活動の一環としております。

この度開催いたします公開講座は、本校スポーツ科学科で実施している授業を中学生の皆さんが体験し、本校スポーツ科学科への理解を深めるための時間です。さらに、日頃体験できないスポーツ種目等を体験することで、スポーツに興味・関心を持っていただき、スポーツをとおした交流を楽しむことを目的としております。

また、本校の部活動の実態を理解していただくために、公開講座の日程とあわせて「運動部活動体験・見学会」を実施いたします。「運動部活動体験・見学会」については、スポーツ科学科だけでなく、普通科の受検を検討している中学校3年生も対象としております。

つきましては、御多用中とは存じますが、貴校所属生徒の皆様にご案内していただき、参加について特段の御高配をいただきますようお願い申し上げます。

なお熱中症予防の観点から、実施要項に記載のとおり中止の判断をすることがありますことを申し添えます。

記

- 1 期 日 令和8年7月27日（月）又は令和8年7月29日（水）のどちらか希望する日
- 2 時 間 【第1部】 スポーツ科学科公開講座 9：00～12：00
【第2部】 運動部活動体験・見学会 13：30～15：30
- 3 場 所 【第1部】【第2部】ともに、本校で（実施要項のとおり）実施
第1部は、生徒玄関から入り、第1体育館で受付します。
第2部は、生徒玄関前で受付します。
- 4 対 象 【第1部】 本校スポーツ科学科の受検を検討している中学校3年生
【第2部】 本校普通科又はスポーツ科学科の受検を検討している中学校3年生
- 5 申込み 参加に当たっては、実施要項をご確認の上7月15日（水）までにGoogleフォームにてお申し込みください。
- 6 その他 運動中の事故に備え保険に加入いたします。なお、費用は本校で負担いたします。

〔担 当〕 青森県立八戸西高等学校
【第1部】 スポーツ科学科主任 鈴木 俊博
【第2部】 生徒指導保健部主任 越 秀昭
TEL：0178-27-5365/FAX：0178-27-5366

令和8年6月19日
八戸西高校スポーツ科学科
八戸西高校生徒指導部

令和8年度青森県立八戸西高等学校
スポーツ科学科公開講座及び運動部活動体験・見学会実施要項

- 1 目的 (1) 公開講座をとおして、スポーツ交流による本校と地域中学校との連携を図る。
日頃体験できないスポーツ種目を体験することで、興味、関心を持ってもらう。
(2) 中学3年生に対して、本校スポーツ科学科の授業を体験してもらい、学校の雰囲気や施設など見て、感じて、進路選択の一助となる機会にしてもらう。
(3) スポーツ科学科2年生が講座の補助をすることで、様々な年代の人々との交流により、リーダーシップ、ボランティア精神、コミュニケーション能力の向上を目指す。
(4) 中学生に対して部活動体験・見学会を実施することにより、本校の部活動の実態を理解してもらうとともに、将来的な部活動の活性化を図る。

- 2 日時 令和8年7月27日(月)又は令和8年7月29日(水)のどちらか希望する日
第1部 スポーツ科学科公開講座 9:00~12:00
第2部 運動部活動体験・見学会 13:30~15:30

	時間	
第1部 スポーツ科学科公開講座 (参加中学生数 27日: 名、29日: 名)		
準備	8:10~	スポーツ科学科2学年が出校して、準備をする
受付	8:40~ 8:55	生徒玄関から誘導し1体入口で受付
開講式	9:00~ 9:10	第1体育館
1	9:15~ 9:55	① スポーツII (バスケットボール) ② スポーツVI (体づくり運動) ③ スポーツ概論 Aグループ: ①③②の順で実施。 Bグループ: ②①③の順で実施。
2	10:10~10:50	
3	11:05~11:45	
閉講式	11:50~12:00	第1体育館
昼食	12:00~	※スポーツ科学科2学年教室を昼食会場として開放
第2部 運動部活動体験・見学会 (参加中学生数 27日: 名、29日: 名)		
受付	13:20~13:30	生徒玄関前にて受付 (各部担当者が案内する)
部活動 体験 見学	13:30~15:30	各部活動の場所にて解散とする。

3 場 所 ・ 内 容

【第1部 スポーツ科学科公開講座】

本校第1体育館（開講式・閉講式）

第1体育館（スポーツⅡ）、第2体育館（スポーツⅥ）、
スポーツ科学科2学年教室（スポーツ概論）

スポーツⅡ	○ルール説明 ○基礎的技能
スポーツⅥ	○体づくり運動の説明及び簡単な実技
スポーツ概論	○スポーツ科学科紹介を含む ※授業内容の詳細については、現在検討中です。

【第2部 運動部活動体験・見学会】 別紙参照

4 対 象

【第1部 スポーツ科学科公開講座】

本校スポーツ科学科の受検を検討している中学校3年生

【第2部 運動部活動体験・見学会】

本校普通科又はスポーツ科学科の受検を検討している中学校3年生

※留意事項

- 参加する中学生に対して、中学校教員の引率は必要ありません。
- 当日は気温が高いことが予想されますので、最初から軽装でご参加ください。
(各中学校、体育の授業時及び部活動時に着用しているTシャツ・短パン等)
- ※ 気温が高い場合の配慮として、第1部については、冷房を使用できるスポーツ科学科2学年教室を待機場所（休憩場所）として、休憩時間を長く確保します。また、第2部については、見学のみとすることもあります。
- ※ 前日に熱中症特別警戒アラート及び熱中症警戒アラートが発表された場合等、運動をすることが危険であると判断した場合には、第1部、第2部とも、中止することもあります。
「中止」の場合には、前日の16：30までに判断し、本校学校HPに掲載しますので、確認をお願い致します。



← 本校学校HPのQRコード

- 参加される中学生は、保護者の方々に送迎をお願いいたします。
- 当日の朝に検温及び体調確認をしていただき、体調不良の場合には参加を御遠慮くださいますよう、御協力をお願いいたします。
- **運動中の事故に備え保険に加入いたします。費用は、本校で負担いたします。**
- ※ 保護者の方、中学校関係者の方も見学は出来ますが、駐車可能な台数には限りがありますので、自動車での来校は控えてくださいますよう、御協力をお願いいたします。

- ### 5 準 備 物
- 運動用シューズ（各中学校の上履きで構いません）、筆記用具、タオル、マスク、着替え、水分補給できる水筒やペットボトルなど
※第2部については、別紙の記載内容を御確認ください。

- 6 担 当 【第1部】総括：鈴木（野口）
 (1) スポーツⅡ（球技：バスケットボール） 指導者：野月（越）
 (2) スポーツⅥ（体づくり運動） 指導者：赤平（齋藤）
 (3) スポーツ概論 指導者：鈴木貴（齋藤）
 (4) 記録 桜田（齋藤）
 【第2部】総括：越
 (1) 受付・案内 浪打、野口、野月
 (2) 巡回（安全確認） 竹ヶ原、松橋、佐々木
 ※保険加入に関すること 越

- 7 補 助 【第1部 スポーツ科学科公開講座】
 スポーツ科学科第2学年39名（男子24名 女子15名）
 (1) スポーツⅡ（バスケットボール） 男子 名 女子 名
 (2) スポーツⅥ（体づくり運動） 男子 名 女子 名
 (3) スポーツ概論 男子 名 女子 名
 (4) 受付・案内 男子 名 女子 名
 (5) 会場準備 男子 名 女子 名
 【第2部 運動部活動体験・見学会】
 各運動部から2名が受付・案内を担当する。※各運動部顧問が責任者となる。

- 8 参加案内 三八管内及び上北管内の全中学校へメールにて案内する。
 また、本校学校ホームページに掲載する。

- 9 参加申込 公開講座の参加に当たっては、7月15日（水）までにGoogleフォームにてお申し込みください。なお、令和8年7月27日（月）又は令和8年7月29日（水）の、どちらか希望する日を選択してください。

申込先：右のQRコード

又は次のURLから入力してください。

<https://forms.gle/qgyx2f6BMtdWPJvk7>



[担当]

八戸西高等学校

【第1部】スポーツ科学科主任 鈴木 俊博

【第2部】生徒指導保健部主任 越 秀昭

TEL 0178-27-5365

FAX 0178-27-5366

令和8年度八戸西高等学校部活動体験（7／27日・29日）

部名	日付	体験の有無	活動場所	準備物品	体験内容	その他
硬式野球部	27日	見学のみ・体験有り	野球場	アップシューズ（持っていけばスパイク）、グローブ、飲み物、タオル、動きやすい服装（あれば練習着等ユニフォーム）、帽子	アップ、キャッチボール、バッティング、ノック	見学のみも可
	29日	見学のみ・体験有り				
陸上競技部	27日	見学のみ・体験有り	陸上競技場	シューズ、持っていけばスパイク、飲み物、タオル、動きやすい服装	27日陸上競技の基礎的なトレーニング及び各専門種目の練習等	見学のみも可
	29日	無				
ラグビー部	27日	見学のみ・体験有り	ラグビー場	アップシューズ、飲み物、タオル、動きやすい服装	通常の練習（パス練習）を体験参加	見学のみも可
	29日	見学のみ・体験有り				
サッカー部	27日	見学のみ・体験有り	多目的運動場 （トレセン前）	シューズ、サッカーのできる服装、飲み物、タオル等	日々のトレーニングと一緒に体験する。	見学のみも可
	29日	見学のみ・体験有り				
ソフトボール部	27日	見学のみ・体験有り	ソフトボール場	運動できる服装、飲み物、運動靴（持っていけばスパイク）、グローブ、帽子、タオル	キャッチボール、バッティング、ノック	見学のみも可
	29日	見学のみ・体験有り				
バスケットボール部	27日	見学のみ・体験有り	第一体育館	シューズ、飲み物、タオル、着替え	・通常の練習を体験（主にシューティングドリル）	見学のみも可
	29日	見学のみ・体験有り				
男子バレーボール部	27日	見学のみ・体験有り	第二体育館 奥側	シューズ、バレーボールのできる服装、飲み物、タオル	各種練習（各種基本プレイ）	見学のみも可
	29日	見学のみ・体験有り				
女子バレーボール部	27日	見学のみ・体験有り	第二体育館 入口側	シューズ、バレーボールのできる服装、飲み物、タオル	各種練習（主に基礎基本プレイを用いたゲーム等）	見学のみも可
	29日	見学のみ・体験有り				
テニス部	27日	見学のみ・体験有り	テニスコート	テニスシューズ、テニスの出来る服装、飲み物、タオル	各種ショット（フォアハンド・バックハンド・ボレー）を打つためのラケットの握り方	見学のみも可
	29日	見学のみ・体験有り				
弓道部	27日	見学のみ・体験有り	弓道場	運動できる服装、飲み物、タオル等	ゴム弓で簡単に体験する	見学のみも可
	29日	見学のみ・体験有り				
柔道部	27日	見学のみ・体験有り	柔道場	柔道着、短パン、Tシャツ、飲み物、タオルなど	通常練習 西高独自の反復練習を体験してみてください。	見学のみも可
	29日	見学のみ・体験有り				
剣道部	27日	見学のみ・体験有り	剣道場	飲み物、動きやすい服装	竹刀で面打ち	見学のみも可
	29日	見学のみ・体験有り				
スケート部	27日	無	YSアリーナ八戸	氷上練習と陸上トレーニングの準備	通常の練習と一緒に参加してください。 氷上練習割り当て前に1時間ほど陸トレ、氷上練習は1クールです。	15時頃から始められると思います。
	29日	見学のみ・体験有り				