

令和8年度 みらい・LHRを中心としたキャリア教育年間計画

三重県立桑名北高等学校

令和8年4月1日

| 実施日/内容 | 5限目 みらい | | | | 6限目 LHR | | | | 実施日/内容 | | | | |
|------------|---------------------------------|------|--|--------|-------------------------|---------|--|--------|---------------------------------|--------|----------------------------|---------|------------|
| | 1年 | 場所 | 2年 | 場所 | 3年 | 場所 | 1年 | 場所 | | 2年 | 場所 | 3年 | 場所 |
| 4月9日 木 | 対面式/各部オリエンテーション(1~2限) | 体育館 | 評定平均値計算(1限目) 学年集会(2限目) | HR等 | 教科書販売(1~2限) | HR等 | LHR(3限目) 教科書販売(4限目) | HR | 教科書販売(3限目) LHR(4限目) | HR等 | 評定平均値計算(3限目) 学年集会(4限目) | HR等 | 4月9日 木 |
| 4月10日 金 | 宿題テスト(1~2限) ※ 30分×3教科 | HR | 宿題テスト(1~2限) ※ 30分×3教科 | HR | 宿題テスト(1~2限) ※ 30分×3教科 | HR | キャリアパスポート回収、HR写真、クラス役員決め(3~4限) | HR | LHR(3限目) 学年集会(4限目) | HR/体育館 | 学年集会(3限目) LHR/学習室利用説明(4限目) | 体育館・HR | 4月10日 金 |
| 4月10日 金 | クラブ紹介(PM) | 体育館 | (放課) | | (放課) | | クラブ紹介(PM) | 体育館 | (放課) | | | | 4月10日 金 |
| 4月13日 月 | 入学記念セミナー(1~2限) | 体育館 | 短縮授業(1~3限) | | 短縮授業(1~3限) | | 基礎力・クレペリンオリ(3限目) クレペリン検査(4限目) | 体育館・HR | クレペリン検査(4限目) | HR | クレペリン検査(4限目) | HR | 4月13日 月 |
| 4月14日 火 | 探究①オリ(1限目) みらいオリ(2限目) | 体育館 | 短縮授業(1~4限) | | 短縮授業(1~4限) | | LHR(3~4限) | HR | 短縮授業(1~4限) | | 短縮授業(1~4限) | | 4月14日 火 |
| 4月15日 水 | 探究②(若手経営者セミナー) | 体育館 | 探究① | 武道場 | 進路希望調査/個人面談 | HR | 前期生徒会役員選挙 | 体育館 | 前期生徒会役員選挙 | 体育館 | 前期生徒会役員選挙 | 体育館 | 4月15日 水 |
| 4月22日 水 | 情報モラルセミナー | 体育館 | 探究② | HR | R-CAP用アカウント作成/個人面談 | HR | 学年独自 | HR | 学年独自 | HR | 進路別集会① | 体育館・武道場 | 4月22日 水 |
| 4月27日 月 | 基礎力診断テスト①(1~3限×50分) | HR | 基礎力診断テスト①(1~3限×50分) | HR | 基礎力診断テスト①(1~3限×50分) | HR | 学習力チェック・身体測定(4~6限) | 各会場 | 学習力チェック・身体測定(4~6限) | 各会場 | 学習力チェック・身体測定(4~6限) | 各会場 | 4月27日 月 |
| 4月28日 火 | | | | | | | 遠足 | | | | | | 4月28日 火 |
| 4月30日 木 | LHR(5限目) 基礎力診断テスト自己採点 | HR | LHR(5限目) 基礎力診断テスト自己採点 | HR | LHR(5限目) 進路用個人写真 | 会議室 | 防災避難訓練(6限目) | HR/体育館 | 防災避難訓練(6限目) | HR/体育館 | 防災避難訓練(6限目) | HR/体育館 | 4月30日 木 |
| 5月13日 水 | デートDV防止セミナー | 武道場 | 探究③ | HR | 進路別集会② | 体育館・武道場 | デートDV防止セミナー | 武道場・HR | 体育祭選手決め | HR | R-CAP | HR | 5月13日 水 |
| 5月18日~21日 | | | 中間考査(テスト最終日 県総体の壮行会 + 1年校外清掃活動) ※ 考査中の放課後に Chromebookオリエンテーション(1年)、みらいセミナー事前指導(2・3年) | | | | | | | | | | 5月18日~21日 |
| 5月27日 水 | みらいナビ学習① | HR | みらいセミナー | 体育館 | みらいセミナー | 体育館 | 学年独自 | HR | みらいセミナー | 体育館 | みらいセミナー | 体育館 | 5月27日 水 |
| 5月29日 金 | 短縮授業(1~2限) | | 短縮授業(1~2限) | | 短縮授業(1~2限) | | 交通安全セミナー(3~4限) | 体育館 | 交通安全セミナー(3~4限) | 体育館 | みらいナビ学習(3~4限) | 武道場 | 5月29日 金 |
| 6月3日 水 | 探究③(インターンシップ行き先調べ) | HR | みらいナビ学習 | HR | 小論文模試 | HR | 北高祭一次企画 | HR | 北高祭一次企画 | HR | 北高祭一次企画 | HR | 6月3日 水 |
| 6月4日 木 | | | | | | | 平常授業(1~4限) + 北高祭の準備 | | | | | | 6月4日 木 |
| 6月5日 金 | | | | | | | 体育祭(雨天等による中止の際は、1・2年実力診断テスト(1~4限)を実施) ※ 6月8日体育祭予備日と内容を入れ替え | | | | | | 6月5日 金 |
| 6月8日 月 | 実力診断テスト(1~4限) | HR | 実力診断テスト(1~4限) | HR | 平常授業(1~6限) | | 平常授業(5~6限) | HR | 平常授業(5~6限) | HR | 平常授業(1~6限) | | 6月8日 月 |
| 6月10日 水 | 探究④(インターンシップの紹介) | 体育館 | 大学・専門・就職セミナー | 武道場 | クレペリン・R-CAPふり取り | HR | インターンシップ希望アンケート・母校へのメッセージ | HR | 修学旅行の説明・探究④ | 武道場 | アルバム用クラス写真・全体写真撮影 | 校内 | 6月10日 水 |
| 6月17日 水 | 北高祭企画 | HR | 科目登録説明 | 体育館・HR | 自己PR作成 | HR | 科目登録説明 | 体育館 | 北高祭企画 | HR | 北高祭企画 | HR | 6月17日 水 |
| 6月24日 水 | リクルート適性検査・母校へのメッセージ | HR | 探究⑤ | HR | 小論文セミナー | 武道場 | 基礎力診断テストふり取りと表彰 | 体育館 | 基礎力診断テストふり取りと表彰 | 体育館 | 基礎力診断テストふり取りと表彰 | 体育館 | 6月24日 水 |
| 6月29日~7月3日 | | | | | | | 期末考査 | | | | | | 6月29日~7月3日 |
| 7月7日 火 | | | テスト返却特編 | | 就職希望者集会(返却特編後) | 武道場 | テスト返却特編 | | 就職希望者集会(返却特編後) | 武道場 | テスト返却特編 | | 7月7日 火 |
| 7月13日 月 | 薬物乱用防止セミナー(1~2限) | 体育館 | 薬物乱用防止セミナー(1~2限) | 体育館 | 薬物乱用防止セミナー(1~2限) | 体育館 | 薬物乱用防止セミナー(1~2限) | 体育館・HR | 薬物乱用防止セミナー(1~2限) | 体育館・HR | 薬物乱用防止セミナー(1~2限) | 体育館・HR | 7月13日 月 |
| 7月13日 月 | 北高カイゼンミーティング(3限目) | HR | 北高カイゼンミーティング(3限目) | HR | 北高カイゼンミーティング(3限目) | HR | 人権学習(4限目) ※ 50分 | HR | 人権学習(4限目) ※ 50分 | HR | 人権学習(4限目) ※ 50分 | HR | 7月13日 月 |
| 7月14日 火 | 1~4限(45分授業) ※ 保育実習希望者 事前指導(放課後) | | 面接練習①(1~3限) | HR | 面接練習②(主に就職希望者) | 各教室 | 短縮授業(1~4限) ※ 保育実習希望者 事前指導(放課後) | | 短縮授業(1~4限) ※ 保育実習希望者 事前指導(放課後) | | 進路別集会③(4限目) | 体育館・武道場 | 7月14日 火 |
| 夏季休業中 | 保育実習(希望者) | 各保育所 | オープンキャンパス | 各大学 | 面接練習②(主に就職希望者) | 各教室 | 保育実習(希望者) | 各保育所 | オープンキャンパス | 各大学 | 面接練習②(主に就職希望者) | 各教室 | 夏季休業中 |
| 8月31日 月 | インターンシップ行き先別指導(放課後) | 各会場 | (放課) | | 学年集会(進路) | 武道場 | インターンシップ行き先別指導(放課後) | 各会場 | (放課) | | 学年集会(進路) | 武道場 | 8月31日 月 |
| 9月2日 水 | 探究⑤(インターンシップ行き先調べ) | HR | 探究⑥ | HR | 面接練習③ | HR | 大学・専門・就職講話 | 武道場 | 学年独自 | HR | 面接練習③ | HR | 9月2日 水 |
| 9月9日 水 | 探究⑥(インターンシップ行き先調べ/履歴書作成) | HR | 小論文模試 | HR | 進路激励集会 | 武道場 | 食育・健康セミナー | 武道場 | 修学旅行班決め/ホテル部屋割り | HR | 受験報告書作成に向けて/内定礼状 | HR | 9月9日 水 |
| 9月16日 水 | 探究⑦(インターンシップ履歴書作成(清書)) | HR | 探究⑦ | HR | 進学希望者集会/面接練習(就職) | 体育館・HR | 後期クラス役員決め・北高祭本企画 | HR | 後期クラス役員決め・北高祭本企画 | HR | 後期クラス役員決め・北高祭本企画 | HR | 9月16日 水 |
| 9月25日 金 | 基礎力診断テスト②(1~4限) | HR | 基礎力診断テスト②(1~4限) | HR | 平常授業(1~6限) | | 平常授業(5~6限) | HR | 平常授業(5~6限) | HR | 平常授業(1~6限) | | 9月25日 金 |
| 9月30日 水 | 探究⑧(インターンシップ事前セミナー) | HR | 修学旅行しおり製本 | HR | 自動車学校説明会 | 武道場 | 探究⑨(インターンシップ事前セミナー) | HR | 基礎力診断テスト自己採点 | HR | 学年独自 | HR | 9月30日 水 |
| 10月6日 火 | インターンシップ直前指導(5限目前半) | 体育館 | 修学旅行結団式(AM) | 体育館 | 午前中授業 | | インターンシップ行き先別指導(5限目後半) | 各会場 | 修学旅行結団式(AM) | 体育館 | 午前中授業 | | 10月6日 火 |
| 10月7日 水 | | | | | 短縮授業(1~2限) | HR | | | | | 環境セミナー(3~4限) | 武道場 | 10月7日 水 |
| 10月8日 木 | | | | | 短縮授業(1~2限) | HR | | | | | 卒業生座談会(3~4限) | 武道場 | 10月8日 木 |
| 10月9日 金 | | | | | 学年レクリエーション(AM) | 校内 | | | | | 学年レクリエーション(AM) | 校内 | 10月9日 金 |
| 10月12日 火 | インターンシップ | | 修学旅行 | | 自動車運転マナーセミナー(1~2限) | 校内 | インターンシップ | | 探究⑨(修学旅行ふり取り(1~2限)) | 武道場 | 自動車運転マナーセミナー(1~2限) | 校内 | 10月12日 火 |
| 10月14日 水 | インターンシップ | | 修学旅行 | | 金融・年金セミナー | 体育館 | 後期生徒会役員選挙 | 体育館 | 後期生徒会役員選挙 | 体育館 | 後期生徒会役員選挙 | 体育館 | 10月14日 水 |
| 10月20日~23日 | | | | | | | 中間考査 | | | | | | 10月20日~23日 |
| 10月28日 水 | 探究⑩ | HR | 献血セミナー | 武道場 | スーツ着こなしセミナー | 体育館 | 学年独自 | HR | 探究⑩ | HR | 学年独自 | HR | 10月28日 水 |
| 11月4日 水 | 3年生先輩講話 | HR | 3年生先輩講話 | HR | 先輩へのメッセージ作成/社会生活についての学習 | HR | 北高祭準備 | HR | 北高祭準備 | HR | 北高祭準備 | HR | 11月4日 水 |
| 11月11日 水 | | | | | | | 平常授業(1~3限) + 北高祭の準備 | | | | | | 11月11日 水 |
| 11月12日~13日 | | | | | | | 北高祭 | | | | | | 11月12日~13日 |
| 11月18日 水 | 人権セミナー | 体育館 | 人権セミナー | 体育館 | 人権セミナー | 体育館 | 人権セミナー | 体育館・HR | 人権セミナー | 体育館・HR | 人権セミナー | 体育館・HR | 11月18日 水 |
| 11月25日 水 | みらいナビ学習② | HR | 主権者教育セミナー | 体育館 | マナーアップセミナー | 体育館 | 基礎力診断テストふり取りと表彰 | 体育館 | 基礎力診断テストふり取りと表彰 | 体育館 | マナーアップセミナー | HR | 11月25日 水 |
| 12月3日~9日 | | | | | | | 期末考査 | | | | | | 12月3日~9日 |
| 12月14日 月 | テスト返却特編 | | 分野別見学会事前指導(返却特編後) | 体育館 | テスト返却特編 | | テスト返却特編 | | Handy進路指導室登録(事前指導終了後) | HR | テスト返却特編 | | 12月14日 月 |
| 12月21日 月 | 短縮授業(1~3限) | 各教室 | 短縮授業(1~3限) | 各教室 | 短縮授業(1限目) 性教育セミナー(2~3限) | 武道場 | 北高カイゼンミーティング中間報告(4限目) | HR | 北高カイゼンミーティング中間報告(4限目) | HR | 北高カイゼンミーティング中間報告(4限目) | HR | 12月21日 月 |
| 12月22日 火 | 探究⑫⑬(1~2限) | 各教室 | 分野別見学会(AM) | 各地 | 遠足 | | 進路ガイダンス(3~4限) | 各教室 | 進路ガイダンス(分野別見学会帰校後) | 各地 | 遠足 | | 12月22日 火 |
| 1月13日 水 | ことばの花束 説明 | HR | 金融講話 | 武道場 | 感謝の手紙 | HR | ことばの花束① | HR | 探究⑫ | HR | 消費者教育セミナー | 武道場 | 1月13日 水 |
| 1月20日 水 | 探究⑭ | HR | 面接セミナー | 体育館・HR | 3年間のふり取り、7つのアンケート | 武道場 | ことばの花束② | HR | 面接練習 | HR | 学年独自 | HR | 1月20日 水 |
| 1月21日 木 | 基礎力診断テスト③(1~4限) | HR | 基礎力診断テスト③(1~4限) | HR | 平常授業 | | 平常授業(5~6限) | HR | 平常授業(5~6限) | HR | 平常授業 | | 1月21日 木 |
| 1月25日~28日 | 平常授業 | | 平常授業 | | 卒業考査 | | 卒業考査 | | 卒業考査 | | 卒業考査 | | 1月25日~28日 |
| 1月27日 水 | 卒業生セミナー | HR等 | 履歴書・志望理由書作成セミナー | 体育館・HR | (放課) | | 卒業生セミナー | HR等 | 履歴書・志望理由書作成 | HR | (放課) | | 1月27日 水 |
| 1月28日 木 | 平常授業 | | 平常授業 | | 生指・進路講話(テスト終了後) | 武道場 | 平常授業 | | 平常授業 | | 入社・研修等のアンケート(生指・進路講話後) | HR | 1月28日 木 |
| 2月1日 月 | ゼロ学期指導 | 体育館 | ゼロ学期指導 | 体育館 | | | ステップアップシート作成・「7つの力」アンケート | HR | ステップアップシート作成・「7つの力」アンケート | HR | | | 2月1日 月 |
| 2月3日 水 | 探究⑮(発表準備) | HR | 基礎力診断テスト自己採点/求人票・募集要項の見方 | HR | | | 基礎力診断テスト自己採点/みらいナビ学習③ | HR | 求人票しらべ | HR | | | 2月3日 水 |
| 2月10日 水 | 探究⑯(クラス発表) | HR | 性教育セミナー | 武道場 | | | 学年独自 | HR | 性教育セミナー | 武道場・HR | | | 2月10日 水 |
| 2月17日 水 | 探究⑰(学年発表) | 武道場 | 探究⑱(ポスターセッション準備) | HR | | | 探究⑳(学年発表)/クラスマッチ選手決め | 武道場・HR | 探究⑳(ポスターセッション準備)/クラスマッチ選手決め | HR | | | 2月17日 水 |
| 2月24日~3月3日 | | | 学年末考査 ※ 3月1日は卒業式 | | | | 学年末考査 ※ 3月1日は卒業式 | | | | | | 2月24日~3月3日 |
| 3月3日 水 | Omie!みらいのトビラ!事前指導(テスト終了後) | | | | | | Omie!みらいのトビラ!事前指導(テスト終了後) | | | | | | 3月3日 水 |
| 3月11日 木 | HUGセミナー | 体育館 | HUGセミナー | 体育館 | 自宅学習 | | 北高カイゼンミーティング結果報告/ポスターセッション見学 | 体育館 | 北高カイゼンミーティング結果報告/探究⑳(ポスターセッション) | 体育館 | 自宅学習 | | 3月11日 木 |
| 3月12日 金 | Omie!みらいのトビラ!(AM) 四日市ドーム | | | | | | Omie!みらいのトビラ!(AM) 四日市ドーム | | | | | | 3月12日 金 |
| 3月15日 月 | みらいふり取りとアンケート | 武道場 | みらいふり取りとアンケート | 体育館 | | | 基礎力診断テストふり取りと表彰 | 体育館 | 基礎力診断テストふり取りと表彰 | 体育館 | | | 3月15日 月 |
| 3月16日 火 | 自宅学習 | | 自宅学習 | | | | 自宅学習 | | 自宅学習 | | | | 3月16日 火 |
| 3月17日 水 | | | クラスマッチ① | | | | クラスマッチ① | | クラスマッチ① | | | | 3月17日 水 |
| 3月18日 木 | | | クラスマッチ② | | | | クラスマッチ② | | クラスマッチ② | | | | 3月18日 木 |

進路指導部
人権学習

教務・総務部
インターンシップ

生徒指導部
修学旅行

生徒会

保健部
[〇〇講話]は内部講師、「〇〇セミナー」は外部講師

SST