

~जापानी भाषा मातृभाषा नभएका विद्यार्थीहरू र अभिभावकहरूको लागि~

कलेज मार्गदर्शन नागानो

२०२६



नागानो प्रिफेक्चर उच्च माध्यमिक विद्यालयको

मार्गदर्शन कार्यकारी समिति

— सामग्री —

1. जापानी विद्यालय प्रणाली P 1 ~2
2. नागानो प्रिफेक्चरमा अवस्थित उच्च विद्यालयहरूको प्रकार . . . P2~4
3. प्रवेश परीक्षाको प्रणाली P 4 ~7
4. विदेशबाट फर्कने विद्यार्थीहरूको लागि विशेष विचार र उपायहरू P7~8
5. Reiya 9 नागानो प्रिफेक्चरल हाई स्कूल प्रवेश परीक्षाको तालिका
. P8~9
6. हाई स्कूल जीवन P9~12

— कागजातहरू —

सार्वजनिक हाई स्कूलहरूको सूची

निजी हाई स्कूलहरूको सूची

१. जापानी विद्यालय प्रणाली

22	Daigakuin स्नातकोत्तर विद्यालय Daigaku विश्वविद्यालय (4~6 वर्ष)	Tankidaigaku जुनियर कलेज (2~3 वर्ष)	Senmongakko व्यावसायिक विद्यालय (2~3 वर्ष)	Koutousenmon gakko व्यावसायिक विद्यालय (5 वर्ष)	Senshu gakko व्यावसायिक कलेज Gijutsu senmon gakko प्राविधिक कलेज
18	Chutou kyoiku gakko	Koutou gakko(Koukou) उच्च माध्यमिक विद्यालय (3 वर्ष)			
15	माध्यमिक विद्यालय (6 वर्ष)	Chugakko जुनियर हाई स्कूल (3 वर्ष)			Gimu kyoiku gakko अनिवार्य
12		Shogakko प्राथमिक विद्यालय (6 वर्ष)			शिक्षा
6					विद्यालय (9वर्ष)

जापानमा प्राथमिक विद्यालय (Shogakko, ६ वर्ष) र जुनियर हाई स्कूल (Chugakko, ३ वर्ष) अनिवार्य शिक्षा हो। विद्यार्थीहरूले ९ वर्षको शिक्षा प्राप्त गर्नुपर्छ। अनिवार्य शिक्षामा असफलता छैन, विद्यार्थीहरू वर्षमा एक पटक अर्को कक्षामा जान्छन्। जापानी विद्यालयहरू अप्रिलमा सुरु हुन्छन् र मार्चमा समाप्त हुन्छन्।

Shinro : जुनियर हाई स्कूलबाट स्नातक गरेपछि जाने गन्तव्य

जुनियर हाई स्कूलबाट स्नातक गरेको ९८% बालबालिकाहरू सिनियर हाई स्कूल (Koukou) अथवा व्यावसायिक कलेज (Senmongakko) मा जान्छन्। कोही काम गर्ने सीपहरू अध्ययन गर्न व्यावसायिक कलेज अथवा प्राविधिक कलेजमा जान्छन्।

जुनियर हाई स्कूलबाट स्नातक गरेपछि पेशा पाउन पनि सक्छ, तर तुरुन्तै काम सुरु गर्न सक्ने पेशाहरू कम छन्।

विद्यार्थीहरूले आफ्नो परिवार र जुनियर हाई स्कूलका शिक्षकहरूसँग सल्लाह गरेर आफ्नो भविष्यको पाठ्यक्रम के हुने भनेर आफै निर्णय गर्छन्।

कसरी हाई स्कूल जाने

- १५ वर्षभन्दा माथिको।
- जुनियर हाई स्कूलबाट स्नातक गरेको।

जापान बाहेक अन्य देशहरूमा पनि अनिवार्य शिक्षा (९ वर्ष) पूरा गरेको पर्याप्त छ।

जुनियर हाई स्कूलबाट स्नातक नगरेकाहरूले जुनियर हाई स्कूल स्नातक समकक्षता परिक्षामा पास गर्नुपर्छ।

- प्रवेश परीक्षा (Nyugaku shiken, Nyushi) मा पास गर्ने।

जब हाई स्कूलबाट स्नातक गरेर

विश्वविद्यालय, जुनियर कलेज, व्यावसायिक विद्यालय, आदिको लागि प्रवेश परीक्षा लिन सक्छ।

काम सुरु गर्न सक्ने पेशाहरू बढ्छन्।

2. नागानो प्रिफेक्चरमा अवस्थित उच्च विद्यालयहरूको प्रकार

नागानो प्रिफेक्चरमा सार्वजनिक उच्च माध्यमिक विद्यालयहरू (प्रिफेक्चरल उच्च माध्यमिक विद्यालयहरू र नगरपालिका उच्च माध्यमिक विद्यालयहरू) र निजी उच्च माध्यमिक विद्यालयहरू छन्।

अर्को वर्षको लागि विद्यार्थीहरू स्वीकार गर्ने सार्वजनिक उच्च माध्यमिक विद्यालयहरू ७९ वटा छन्। (योजना)

७८ वटा प्रिफेक्चरल हाई स्कूलहरू छन्। नगरपालिका हाई स्कूल नागानो म्युनिसिपल नागानो हाई स्कूल एउटा हो। निजी उच्च माध्यमिक विद्यालयहरू २५ वटा छन्।

(1) सार्वजनिक उच्च माध्यमिक विद्यालयहरू (प्रिफेक्चरल र नगरपालिका)

①①कोर्स : हाई स्कूलमा तीन प्रकारका "कोर्सहरू" हुन्छन्: पूर्ण-समय, अंशकालिक, र पत्राचार।

• पूर्ण-समय(Zennichisei) : बिहानदेखि साँझसम्म स्कूलमा पढाइ। पाठहरू लगभग ५० मिनेट लामो हुन्छन्। दिनमा छ वटाको कक्षाहरू छन्। तीन वर्षमा स्नातक गर्न सक्छन्।

• अंशकालिक(Teijisei) : प्रत्येक अध्ययन समयमा विद्यालय जान्छन्। पाठहरू लगभग ४५ मिनेट लामो हुन्छन्, एक दिनमा चार वटाको कक्षाहरू छन्। चार वर्षमा स्नातक गर्न सक्छन्।

त्यहाँ बहु-शिफ्ट प्रणाली(Tabusei) पनि छ जहाँ तपाईं दुई भन्दा बढी अध्ययन समय (शिफ्ट) छनौट गर्न सक्। तीन वा चार वर्ष अध्ययन गरेर स्नातक गर्न सक्छन्।

बिहान कक्षा: ८:३० ~ १२:३०, ४ घण्टाको पाठ

दिउँसो कक्षा: १३:००~१७:००, ४ घण्टाको पाठ

रात्रि कक्षा: १७:३० ~ २१:३०, ४ घण्टाको पाठ

स्व-क्रेडिट प्रणाली(Tannisei) भएका उच्च माध्यमिक विद्यालयहरू पनि छन्, जहाँ विद्यार्थीहरूले स्नातक हुन कति वर्ष चाहिन्छ र कुन विषयहरू पढ्ने भनेर आफैं निर्णय गर्छन् र आफ्नै गतिमा अध्ययन गर्छन्। ("क्रेडिट" को व्याख्याको लागि पृष्ठ ८ हेर्नुहोस्)

• पत्राचार(Tsushinsei) : पाठ्यपुस्तक र अन्य सामग्री प्रयोग गरेर घरमै अध्ययन गर्ने र विद्यालयमा रिपोर्ट बुझाउने प्रणाली हो। महिनामा दुई वा तीन पटक स्कूल गएर कक्षा लिनुपर्छ(स्कूलिङ)। यदि तपाईंले रिपोर्ट बुझाउनुभयो र परीक्षा पास गर्नुभयो भने, तपाईं चार वर्षमा स्नातक गर्न सक्नुहुन्छ।

नागानो निशी हाई स्कूल र मात्सुमोतो चिकुमा हाई स्कूलमा अवस्थित।

②विभाग अध्ययन गर्ने आधार अनुसार तीन विभागहरू छः सामान्य, विशेष, वा व्यापक। केही हाई स्कूलहरूमा धेरै विभागहरू हुन्छन्।

[सामान्य शिक्षा पाठ्यक्रमहरू(Futsuka)] :

जापानी, भूगोल, इतिहास, नागरिकशास्त्र, गणित, विज्ञान र अंग्रेजी भाषा आदी अध्ययन गर्ने।

५५ वटा पूर्ण समय विद्यालयहरू र १२ वटा अंशकालिक विद्यालयहरूमा यो सामान्य शिक्षा पाठ्यक्रमहरू छन्।

तीनटा बहु-शिफ्ट प्रणालीमा पनि छन्।

[विशेष विभाग]:

विद्यार्थीहरूले करियर निर्माण गर्ने विषयहरूमा विशेषज्ञता अध्ययन गर्न सक्छन्।

त्यहाँ विभागहरू पनि छन् जहाँ विद्यार्थीहरूले सामान्य शिक्षाका विषयहरू व्यापक रूपमा अध्ययन गर्न सक्छन्।

	पूर्ण-समय	अंशकालिक प्रणाली	अंशकालिक प्रणाली (बह्-शिफ्ट)
कृषि विभाग	१ विद्यालय		
औद्योगिक विभाग	१० विद्यालय	२ विद्यालय	१ विद्यालय
व्यावसायिक विभाग	१० विद्यालय	१ विद्यालय	
गृह अर्थशास्त्र	३ विद्यालय : Yashiro, Ueda-Chikuma, Suwa-jitsugyo		
अन्तर्राष्ट्रिय पर्यटन	१ विद्यालय : Hakuba		
विज्ञान र गणित	५ विद्यालय		
अनुसन्धान विभाग	२ विद्यालय : Iiyama, Matsumoto-agatagaoka		
शैक्षिक विभाग	१ विद्यालय : Omachi-gakuyo		
अन्तर्राष्ट्रिय उदार कला	३ विद्यालय : Nagano-nishi, Ueda-someyaoka, Iida-fuetsu		
खेलकुद विज्ञान	१ विद्यालय : Iiyama		
संगीत विभाग	१ विद्यालय : Komoro-gijuku		

[सामान्य अध्ययन विभाग] : सामान्य विषयहरू अध्ययन गर्छन्। साथै उनीहरूको रुचि र करियर मार्गहरूको आधारमा विशेष विषयहरू अध्ययन गर्ने छनौट पनि गर्दछ।

६ विद्यालयहरू: Nakano-Risshikan, Maruko-Shugakukan, Sakudaira-sogogijutsu, Sonan, Shiojiri-Shigakukan, Shiritsu-Nagano

(२) निजी हाई स्कूल

विद्यालयहरूमा फरक फरक छ। कृपया सामग्रीहरू हेर्नुहोस् र प्रत्येक विद्यालयलाई सोध्नुहोस्।

3. प्रवेश परीक्षाको प्रणाली

◆ २०२५ शैक्षिक वर्षदेखि नागानो प्रिफेक्चरल सार्वजनिक हाई स्कूलको प्रवेश परीक्षा प्रणालीमा परिवर्तन भएको छ।◆

नयाँ प्रवेश परीक्षामा के महत्वपूर्ण छ भने: "सक्रिय रूपमा सिक्न जानु" लाई महत्व दिन्छ। सक्रिय हुनु भनेको आफ्नै सोच्नु, आफ्नै निर्णयहरू लिनु र कदम चाल्नु हो।

(1) प्रवेश परीक्षाका प्रकारहरू

सार्वजनिक उच्च माध्यमिक विद्यालय प्रवेश परीक्षामा "प्रारम्भिक (Zenki) छनौट" (फेब्रुअरीमा) र " दोस्रो (Kouki) छनौट" (मार्चमा) हुन्छ।

केही हाई स्कूलहरूमा प्रारम्भिक छनौट हुन्छ र केहीमा हुँदैन। प्रारम्भिक छनौट प्रक्रियामा लिइने परीक्षाको प्रकार हाई स्कूल अनुसार फरक हुन्छ। कुन हाई स्कूलहरूमा प्रारम्भिक छनौट हुन्छ र प्रारम्भिक छनौट प्रक्रियामा उनीहरूले कस्तो प्रकारको परीक्षा लिनेछन् सेप्टेम्बरमा घोषणा गरिनेछ (योजनाबद्ध)।

सबै उच्च माध्यमिक विद्यालयहरूले दोस्रो छनौट गर्छन्। यदि दोस्रो छनौट गरेपछि विद्यार्थीहरूको संख्या थोरै भयो भने फेरि छनौट गर्न सक्छ।

प्रत्येक हाई स्कूलको भर्ना कोटा नोभेम्बरमा घोषणा गरिनेछ। (योजनाबद्ध)

◆ "प्रारम्भिक छनौट" र " दोस्रो छनौट" दुवैमा शैक्षिक क्षमता परीक्षण र अन्तर्वार्ता हुन्छन्। ◆

(2) प्रारम्भिक छनौट

यदि प्रत्येक हाई स्कूलको "भर्ती मापदण्ड" मा मिल्छ भने, तपाईंले आवेदन दिन सक्नुहुन्छ। उच्च माध्यमिक विद्यालयहरूले जुनियर हाई स्कूलले जारी गरेको "स्कूल रिपोर्ट", शैक्षिक क्षमता परीक्षण (अधिकतम २०० अंक), र अन्तर्वार्ताको आधारमा प्रवेश परीक्षामा कसले उत्तीर्ण हुन्छ भन्ने निर्णय गर्छन्। केही उच्च माध्यमिक विद्यालयहरूमा निबन्ध र प्रयोगात्मक परीक्षण पनि हुन सक्छन्।

यदि तपाईंले प्रारम्भिक छनौटमा पास गर्नुभयो भने, तपाईंले दोस्रो छनौटको लागि आवेदन दिन सक्नुहुने छैन।

① शैक्षिक क्षमता परीक्षण (अधिकतम २०० अंक) र परीक्षण समय (योजनाबद्ध)

समय	बिषय	परीक्षण समय	नोट
1	परीक्षा I (जापानी/सामाजिक/अंग्रेज)	9 : 25 ~ 10 : 10 (45मिनेट)	15मिनेटको विश्राम समय
2	परीक्षा II १५ मिनेटको विश्राम समय (गणित र विज्ञान)	10 : 25 ~ 10 : 55 (30मिनेट)	

शैक्षिक क्षमता परीक्षा आधारभूत विषयवस्तुमा दिनेछ।

② अन्तर्वार्ता

शैक्षिक क्षमता परीक्षण हुने दिन (वा भोलिपल्ट), तपाईंले आफ्नो हाई स्कूलका शिक्षकलाई भेट्नुहुनेछ र कुराकानी गर्नुहुनेछ (प्रत्यक्ष भेटेर अन्तर्वार्ता)। अन्तर्वार्ताको विषयवस्तु (शिक्षकका प्रश्नहरू आदि) "भर्ती मापदण्ड" मा आधारित हुनेछ।

(3) दोस्रो छनौट

सबै उच्च माध्यमिक विद्यालयहरूले पाँच विषयहरू (जापानी, सामाजिक अध्ययन, गणित, विज्ञान र अंग्रेजी) मा शैक्षिक उपलब्धि परीक्षण गर्छन्।

सबै हाई स्कूलहरूमा अन्तर्वार्ता पनि हुन्छ। केही हाई स्कूलहरूमा निबन्ध र प्रयोगात्मक परीक्षण पनि हुन्छन्।

① शैक्षिक उपलब्धि परीक्षण (अधिकतम ५०० अंक) र परीक्षण समय (योजनाबद्ध)

समय	बिषय	परीक्षण समय	नोट
1	जापानी भाषा	9 : 25 ~ 10 : 15 (50मिनेट)	विश्राम (15मिनेट)
2	गणित	10 : 30 ~ 11 : 20 (50मिनेट)	विश्राम (15मिनेट)
3	सामाजिक अध्ययन	11 : 35 ~ 12 : 25 (50मिनेट)	लंच (60मिनेट)
4	विज्ञान	13 : 25 ~ 14 : 15 (50मिनेट)	विश्राम (15मिनेट)
5	अंग्रेजी(अंग्रेजी सुन्ने समझ सहित।)	14 : 30 ~ 15 : 20 (50मिनेट)	

② अन्तर्वार्ता अन्तर्वार्ता विधि दुई प्रकारका हुन्छन्।

◆ "आमनेसामने अन्तर्वार्ता" गर्ने हाई स्कूल

तपाईंले आफ्ना हाई स्कूलका शिक्षकहरूलाई भेट्नुहुनेछ र कुराकानी गर्नुहुनेछ।

अन्तर्वार्ता शैक्षिक क्षमता परीक्षणको भोलिपल्ट (कहिलेकाहीं सोही दिन) हुने तालिका छ।

◆ अन्तर्वार्ता पत्र प्रयोग गरेर "कागजी अन्तर्वार्ता" गर्ने हाई स्कूल

यो शैक्षिक उपलब्धि परीक्षाको दिन नै हुनेछ। १०मिनेटमा प्रश्नहरू लेखिएको कागजमा आफ्ना उत्तरहरू लेख्नेछ।

दुवै प्रकारका अन्तर्वार्ताहरूमा, निम्न तीन प्रश्नहरू सधैं सोधिन्छन्:

- ① जुनियर हाई स्कूलको समयमा पढाइ र गतिविधिहरूमा तपाईंलाई केमा रुचि छ
- ② म हाई स्कूलमा के पढ्न वा गर्न चाहन्छु
- ③ म हाई स्कूललाई के भन्न चाहन्छु र के बुझिदुनु भन्न चाहन्छु

”आमनेसामने अन्तर्वार्ता” गर्ने उच्च माध्यमिक विद्यालयहरूमा प्रश्नहरूको संख्या बढाउन पनि सकिन्छ।

साथै, तपाईंले प्रश्न ③ को उत्तर कसरी दिनुभयो भन्ने कुराले फरक पर्दैन, यदि तपाईंले कुनै पनि उत्तर दिनुभएन भने पनि, यसले तपाईंको पास वा फेललाई केही फरक पर्दैन।

4. विदेशबाट फर्कने विद्यार्थीहरूको लागि विशेष विचार र उपायहरू

चीनमा रहेका तेस्रो पुस्ताका जापानीहरू र नागानो प्रिफेक्चरमा बसोबास गर्ने विदेशी आवेदकहरूको लागि शैक्षिक क्षमता परीक्षणमा विशेष ध्यान दिन सकिन्छ।

(विदेशबाट फर्कने विद्यार्थीहरूको लागि, कृपया पृष्ठ ७ मा रहेको जानकारीमा सम्पर्क गर्नुहोस्।)

(1) विशेष विचार (ढिलो छनोट मात्र) ... भर्ती कोटाबाट छुट्टै छनोट गरिन्छ।

① विशेष विचार पाउन सकिने व्यक्ति

• तेस्रो पुस्ताका जापानी नागरिकहरू जो चीनमा बसेका छन् र विगत छ वर्ष भित्र जापान फर्किएका

• नागानो प्रिफेक्चरमा बसोबास गर्ने विदेशीहरू जो तीन वर्षभन्दा कम समयदेखि जापानमा बसोबास गरिरहेका

② छनोट (शैक्षिक क्षमता परीक्षण) को विषयवस्तु

• जापानीको सट्टा रचना लेख्नुहोस्।

• अन्तर्वार्ताहरू समाजको तर्फबाट गरिन्छ।

• गणित, विज्ञान र अंग्रेजीका लागि प्रश्नहरू उस्तै छन्, तर प्रत्येकको लागि समय १० मिनेट बढी छ।

• प्रश्नहरूमा रहेका कांजीमा फुरिगाना छ।

③ विशेष विचारको लागि आवेदन

• विद्यार्थीले पढिरहेको जुनियर हाई स्कूलको प्रिन्सिपलले विद्यार्थीले आवेदन दिने हाई स्कूलको प्रिन्सिपललाई अनुरोध गर्नेछन्। कृपया सकेसम्म चाडै आफ्नो होमरूम शिक्षकसँग परामर्श गर्नुहोस्।

यदि तपाईं जापानी जुनियर हाई स्कूलमा पढ्नु भएको छैन भने, कृपया पहिले हाई स्कूल शिक्षा विभागसँग परामर्श गर्नुहोस्।

(2) विशेष उपायहरू (प्रारम्भिक र ढिलो दुवै छनोट) ... भर्ती कोटा स्मध्येबाट छनोट गरिनेछ।

① विशेष उपायहरूको लागि योग्य व्यक्तिहरू

• नागानो प्रिफेक्चरमा बसोबास गर्ने विदेशीहरू जो २ देखि ४ वर्ष जापानमा बस्दै आएका

② छनोट (शैक्षिक क्षमता परीक्षण) को विषयवस्तु

• यो सामान्य शैक्षिक क्षमता परीक्षण जस्तै हो, तर प्रश्नहरूमा रहेको कान्जीमा फुरिगाना छन्।

③ विशेष उपायको लागि आवेदन ... विशेष विचार जस्तै।

◇ जापानी जुनियर हाई स्कूलमा नगएका वा कहिल्यै नगएका व्यक्तिहरू ◇

९ वर्षको अनिवार्य शिक्षा पूरा गरेको प्रमाण आवश्यक पर्दछ। केही देशहरूमा जुनियर हाई स्कूलको पाठ्यक्रम ४ वा ५ वर्षको हुन्छ। त्यस्तो अवस्थामा, कृपया आफ्नो अधिल्लो विद्यालयबाट ९ वर्षको नियमित पाठ्यक्रम पूरा गरेको प्रमाणित गर्ने कागजात प्राप्त गर्नुहोस्।

5. Reiya 9 नागानो प्रिफेक्चरल हाई स्कूल प्रवेश परीक्षाको तालिका

छनोट		अवधि
प्रारम्भिक	आवेदन स्वीकृति अवधि	जनवरी २९ (शुक्रबार) - फेब्रुअरी २ (मंगलबार)
	छनोट दिवस	फेब्रुअरी ८ (सोमबार)
	सम्भावित विद्यार्थीहरूको घोषणा	फेब्रुअरी १७ (बुधबार)
दोस्रो	आवेदन स्वीकृति अवधि	फेब्रुअरी २४ (बुधबार)- फेब्रुअरी २६ (शुक्रबार)
	आवेदन परिवर्तन स्वीकृति अवधि	मार्च १ (सोमबार) -मार्च ३ (बुधबार)
	छनोट दिवस	मार्च ९ (मंगलबार)
	थप छनोट दिवस	मार्च १५(सोमबार)
	सम्भावित विद्यार्थीहरूको घोषणा	मार्च १८(बिहीबार)
	सम्भावित विद्यार्थीहरूको घोषणा(थप छनोट)	मार्च १८(बिहीबार)

Reiwa 8(२०२६) देखि, आवेदनहरू अब अनलाइनमा गरिन्छ। आवेदक दर्ता लगभग नोभेम्बरमा सुरु हुन्छ। दर्ताको क्रममा, तपाईंले आफ्नो नाम, ठेगाना र सम्पर्क जानकारी दर्ता गर्नुहुनेछ। आवेदन अवधि नजिकिँदै जाँदा, तपाईंले कुन हाई स्कूलमा आवेदन दिने, परीक्षा शुल्क तिर्ने र परीक्षाको लागि आफ्नो आवेदन पेश गर्नुहुनेछ।

तपाईंले पढ्न चाहनुभएको उच्च माध्यमिक विद्यालयहरूमा आवेदनको लागि तपाईंको विद्यालय मार्फत दिइन्छ। यदि तपाईं अहिले जुनियर हाई स्कूलमा पढ्दै हुनुहुन्छ भने, कृपया आफ्नो जुनियर हाई स्कूल शिक्षकसँग परामर्श गर्नुहोस्। यदि तपाईंले पहिले नै जुनियर हाई स्कूलबाट स्नातक गर्नुभएको छ भने, तपाईंको तोकिएको उच्च माध्यमिक विद्यालयका शिक्षकले तपाईंको लागि आवेदन दिनुहुनेछ। शिक्षा बोर्डले तपाईंलाई तोकिएको उच्च माध्यमिक विद्यालयसँग परिचय गराउनेछ।

※ सोधपुछको लागि, कृपया नागानो प्रिफेक्चरल शिक्षा बोर्ड, हाई स्कूल शिक्षा डिभिजनमा सम्पर्क गर्नुहोस्।

टेलिफोन: ०२६-२३५-७४३० फ्याक्स: ०२६-२३५-७४८८

इ-मेल:koko@pref.nagano.lg.jp

●नागानो प्रिफेक्चरल शिक्षा बोर्डको वेबसाइटमा

नागानो प्रिफेक्चरल पब्लिक हाई स्कूलको छनोट जानकारी प्रकाशित गरिएको छ।

तलको QR कोड मार्फत पनि जान सक्नुहुन्छ।

URL : <https://www.pref.nagano.lg.jp/kyoiku/kyoiku/jukense/index.html>



6. हाई स्कूल जीवन

(1) विदेशी विद्यार्थीहरू

• हाल, नागानो प्रिफेक्चरको सार्वजनिक उच्च माध्यमिक विद्यालयहरूमा विदेशी नागरिकताका ३१६ जना पढिरहेका छन् (मे १, २०२५ सम्म) ।

- ती मध्ये, सबैभन्दा ठूलो समूह ब्राजिलियन नागरिक र चिनियाँ नागरिकहरू छन्, प्रत्येकको ९२ जना छन्। तेस्रो श्रेणीमा फिलिपिनो राष्ट्रियताका ४२ जना व्यक्तिहरू छन्।
- धेरै विदेशी विद्यार्थीहरू भएको विद्यालयहरूमा जापानी भाषा सहयोगी कर्मचारीहरू छन्। (२०२५ मा २६ विद्यालयहरू)

(२) जुनियर हाई स्कूल भन्दा के के फरक छ

- हाई स्कूलमा, तपाईंले "क्रेडिट(Tanni)" कमाउनु पर्छ। एउटा क्रेडिट भनेको एक वर्षको लागि प्रति हप्ता एक घण्टाको कक्षा समय (३५ घण्टा) हो।
- यदि तपाईंले हप्तामा ३ घण्टा अध्ययन गर्नुभयो भने, तपाईंले ३ क्रेडिट कमाउनुहुनेछ। यदि तपाईंले हप्तामा ४ घण्टा अध्ययन गर्नुभयो भने, तपाईंले ४ क्रेडिट कमाउनुहुनेछ।
- दिइएको विषयमा निश्चित स्तरको सफलता (ग्रेड) प्राप्त गरेर, विद्यार्थीहरूले क्रेडिट (सफल) कमाउन सक्छन्।
- यदि तपाईंले आवश्यक क्रेडिटहरू प्राप्त गर्नुभएन भने, तपाईं अर्को कक्षामा जान वा स्नातक पनि गर्न नहुन सक्नुहुन्छ।
- साथै, उच्च माध्यमिक विद्यालयमा, बारम्बार नराम्रो व्यवहार गर्ने विद्यार्थीहरू, जस्तै स्कूल वा अन्य विद्यार्थीहरूलाई समस्या दिने र जसमा कुनै सुधार हुँदैन, तिनीहरूलाई स्कूल आउन प्रतिबन्ध (Teigaku) हुन सक्छ, वा केही अवस्थामा, स्कूल छोड्न बाध्य पार्न सकिन्छ (निकासी, Taigaku)।

(3) लागतको सम्बन्धमा

① प्रवेश परीक्षाको शुल्क, शिक्षण शुल्क, आदि।

		सार्वजनिक हाई स्कूल		निजी हाई स्कूल
		पूर्ण-समय	निश्चित समय	पूर्ण-समय
वेश परीक्षाको शुल्क		2,200 yen (अनलाइन)	870yen(अनलाइन)	10,000~ 20,000 yen
प्रवेश शुल्क		5,650yen	1,160 yen	127,333 yen (आर्थिक वर्ष 2025को औसत)
शिक्षण शुल्क		वार्षिक। 18,800yen (*)	प्रति वर्ष लगभग 32,400yen (*)	वार्षिक 424,800yen (*) (आर्थिक वर्ष 2025को औसत) ISAK बहिष्कार गरिएको छ।
प्रवेश समयमा	पुनर्मिलन सदस्यता शुल्क	3,000~ 10,000yen	3,000~ 10,000yen	अरु 163,360 yen (आर्थिक वर्ष 2025को औसत) ISAK बहिष्कार गरिएको छ।
	पाठ्यपुस्तक	7,500~ 13,000 yen	4,800~ 11,000yen (**)	
	खेलकुद लुगा, जुता	लगभग 20,000 yen	लगभग 20,000 yen	
	पोशाक (***)	30,000~ 80,000 yen		
	अरु	पूरक सामग्री शुल्क, विद्यार्थी परिषद शुल्क, PTA सदस्यता शुल्क, आदि।		
PTA सदस्यता शुल्क		(वार्षिक)3,000~ 20,000 yen	(वार्षिक)2,000~ 10,000 yen	
विद्यार्थी परिषद् शुल्क		(वार्षिक)3,000~ 12,500 yen	(वार्षिक)2,000~ 8,000 yen	
क्लब पदोन्नति शुल्क		(वार्षिक) 0~ 11,000 yen	(वार्षिक) 0~ 6,000 yen	
विद्यालय यात्रा बचत (पहिलो वर्ष)		(वार्षिक) 0~ 110,000 yen	(वार्षिक) 0~ 60,000 yen	
सकुल खानाको शुल्क			(वार्षिक) 0~ 63,000 yen	
अरु		वार्षिक सदस्यता शुल्क, काम गर्ने लुगा, आदि।	वार्षिक सदस्यता शुल्क	

देखाइएका रकमहरू अनुमानित हुन्। थप जानकारीको लागि, कृपया प्रत्येक विद्यालयलाई सम्पर्क गर्नुहोस्।

(*) यदि तपाईंले आवेदन दिनुभयो भने तपाईंले सरकारबाट सहयोग प्राप्त गर्न सक्नुहुन्छ। (निवास स्थिति जस्ता आवश्यकताहरू छन्।)

(**) रात्रि कक्षामा भाग लिने विद्यार्थीहरूको लागि पाठ्यपुस्तकहरूको मूल्यमा अनुदान दिने प्रणाली छ।

(***) पोशाक भएका विद्यालयहरू

(4) अन्य

① छात्रवृत्तिको बारेमा

- हाई स्कूलको समयमा आर्थिक सहयोग चाहिनेहरूका लागि छात्रवृत्ति प्रणाली छ।
- यस प्रणाली अन्तर्गत लिएको पैसा कार्यबलमा प्रवेश गरेपछि र आत्मनिर्भर भएपछि फिर्ता लिनुपर्छ।

मुख्य छात्रवृत्ति प्रणाली

नाम	प्रति महिना उधारो रकम
नागानो प्रिफेक्चरल हाई स्कूल छात्रवृत्ति	सार्वजनिक : 8,000येन 18,000येन 28,000येन निजी : 20,000 येन 30,000येन 40,000येन
लामो दूरीको यात्रा खर्च	सकुल जाने खर्च 8,000येन भन्दा बढी (अधिकतम 26,000येन सम्म)
अध्ययन प्रोत्साहन छात्रवृत्ति	अंशकालिक र पत्राचार विद्यार्थीहरू 14,000 येन

यस छात्रवृत्ति सम्बन्धी सोधपुछको लागि कृपया सम्पर्क गर्नुहोस् :

नागानो प्रिफेक्चरल शिक्षा बोर्ड, उच्च माध्यमिक शिक्षा डिभिजन

टेलिफोन: ०२६-२३५-७४२८

माथिका बाहेक नगरपालिका, कम्पनीहरू र संस्थाहरूबाट विभिन्न रूपहरूमा छात्रवृत्ति उपलब्ध छन्।

② शिक्षण शुल्क

- उच्च माध्यमिक शिक्षा निःशुल्क छैन। तर यदि तपाईंले आवेदन दिनुभयो भने तपाईंले

सरकारबाट ट्युसन सहयोग प्राप्त गर्न सक्नुहुन्छ। यसलाई "अध्ययन सहयोग अनुदान(shugaku shienkin)" भनिन्छ। यो सहयोग प्राप्त गर्न, तपाईंको निवास स्थिति जस्ता आवश्यकताहरू छन्।

• सार्वजनिक उच्च माध्यमिक विद्यालयहरूमा शिक्षण शुल्कको बारेमा जानकारीको लागि, कृपया उच्च माध्यमिक शिक्षा विभागमा सम्पर्क गर्नुहोस्।

• केही निजी उच्च माध्यमिक विद्यालयहरूले ट्युसन र भर्ना शुल्कबाट आंशिक छुट पनि प्रदान गर्छन्। प्रणालीको बारेमा विवरणहरूको लागि, प्रिफेक्चरल निजी विद्यालय पदोन्नति खण्ड (टेलिफोन: ०२६-२३५-७०५८) मा सम्पर्क गर्नुहोस्, र आवेदनहरूको लागि, प्रत्येक विद्यालयलाई सम्पर्क गर्नुहोस्।

③ स्थानान्तरण बारे

• यदि तपाईंको अभिभावकको जागिर स्थानान्तरण वा अन्य कारणले सधैं छ भने, परीक्षा दिएपछि र आवश्यक प्रक्रियाहरू पूरा गरेपछि अर्को विद्यालयमा स्थानान्तरण गर्न सक्छ। यदि तपाईंसँग अर्को विद्यालयमा स्थानान्तरण गर्ने कारण छ भने, कृपया आफ्नो शिक्षक सँग परामर्श गर्नुहोस्।

कागजातहरू

सार्वजनिक हाई स्कूलहरूको सूची

निजी हाई स्कूलहरूको सूची

※Reiwa 9 को लागि प्रारम्भिक भर्ती कोटा र दोस्रो अन्तर्वार्ता बारेमा सेप्टेम्बर पछि घोषणा गरिनेछ, त्यसैले Reiwa 8 को स्थिति यहाँ पोस्ट गरिएको छ।

हाल अप्रिल २०२६ (Reiwa 8)

こうりつこうとうがっこういちらん れいわ ねんど ねんど ほしゅう おこな がっこう
 公立高等学校一覧 (令和7年度(2025年度)募集を行う学校)

ちく地区	こうとうがっこうめい 高等学校名	がっか 学科	ぜんきほ 前期募 しゅうわく 集枠	こうき 後期 めんせつ 面接	しよざいち 所在地	でんわばんごう 電話番号
ほくしん 北信	いいやま 飯山	ふつう 普通	30	しじょう 紙上	〒389-2253 いいやましいいやま 飯山市飯山2610	0269-62-4175
		しぜんかがくたんきゅう 自然科学探究	60			
		じんぶんかがくたんきゅう 人文科学探究	90	たいめん 対面		
		すぽーつかかく スポーツ科学				
	しもたかいのうりん 下高井農林	のうぎょう ちいきそうぞう 農業 地域創造 のうがく 農学	50	たいめん 対面	〒389-2301 しもたかいぐんきじまだいらむらほたか 下高井郡木島平村穂高2975	0269-82-3115
	なかのりっしかん 中野立志館	そうごう 総合	60	たいめん 対面	〒383-8567 なかのしみよしちょう 中野市三好町2-1-53	0269-22-2141
	なかのにし 中野西	ふつう 普通	60	しじょう 紙上	〒383-8511 なかのしにしじょう 中野市西条544-1	0269-22-7611
	すざかひがし 須坂東	ふつう 普通	50	しじょう 紙上	〒382-0013 すざかしひたき 須坂市日滝4-4	026-245-0331
	すざか 須坂	ふつう 普通		しじょう 紙上	〒382-0091 すざかしすざか 須坂市須坂1518-2	026-245-0334
	すざかそうせい 須坂創成	のうぎょう 農業 こうぎょう 工業 しょうぎょう 商業	50	しじょう 紙上	〒382-0097 すざかしすざか 須坂市須坂 1616	026-245-0103
	ほくぶ 北部	ふつう 普通	60	たいめん 対面	〒389-1206 かみみのちぐんいづなまちふこうじ 上水内郡飯綱町普光寺156	026-253-2030
	ながのよしだ 長野吉田	ふつう 普通		しじょう 紙上	〒381-8570 ながのよしだ 長野市吉田2-12-9	026-241-6161
	ながの 長野	ふつう 普通		しじょう 紙上	〒380-8515 ながのしうえまつ 長野市上松1-16-12	026-234-1215
	ながのにし 長野西	ふつう 普通 こくさいきょうよう 国際教養	90	しじょう 紙上	〒380-8530 ながのしほこしみず 長野市箱清水3-8-5	026-234-2261
ながのしょうぎょう 長野商業	しょうぎょう 商業	60	しじょう 紙上	〒380-0872 ながのしつましな 長野市妻科243	026-234-1265	
ながのひがし 長野東	ふつう 普通	30	しじょう 紙上	〒381-0022 ながのしまめじま 長野市大豆島2743-1	026-221-8111	
ながのこうぎょう 長野工業	こうぎょう 工業	60	しじょう 紙上	〒380-0948 ながのしさしでみなみ 長野市差出南3-9-1	026-227-8555	

こうりつこうとうがっこういちらん れいわ ねんど ねんど ほしゅう おこな がっこう
 公立高等学校一覧 (令和7年度(2025年度)募集を行う学校)

ちく地区	こうとうがっこうめい 高等学校名	がっか 学科	ぜんきほ 前期募 しゅうわく 集枠	こうき 後期 めんせつ 面接	しよざいち 所在地	でんわばんごう 電話番号
ほくしん 北信	ながの にしなかじょうこう 長野西中条校	ふつう 普通	50	たいめん 対面	〒381-3203 ながの しなかじょう 長野市中条2378-1	026-268-3101
	しの のいさいきょうこう 篠ノ井犀峡校	ふつう 普通	60	たいめん 対面	〒381-2413 ながの ししんしゅうしんまちしもいちば 長野市信州新町下市場70	026-262-2044
	ながの しりつなごの 長野市立長野	そうごう 総合	32	しじょう 紙上	〒381-0041 ながの しとくま 長野市徳間1133	026-296-1241
	ながのみなみ 長野南	ふつう 普通	40	しじょう 紙上	〒381-2214 ながの しいなさとまちたまきおおきた 長野市稲里町田牧大北236-2	026-284-8850
	しの のい 篠ノ井	ふつう 普通		しじょう 紙上	〒388-8007 ながの ししの のいふせたかだ 長野市篠ノ井布施高田1161-2	026-292-0066
	さらしなのうぎょう 更級農業	のうぎょう 農業	60	たいめん 対面	〒388-8007 ながの ししの のいふせたかだ 長野市篠ノ井布施高田200	026-292-0037
	まつしろ 松代	ふつう 普通 しゅうぎょう 商業	60	たいめん 対面	〒381-1232 ながの しまつしろまちにしじょう 長野市松代町西条4065	026-278-2044
	やしろ 屋代	ふつう 普通 りすう 理数	70	しじょう 紙上	〒387-8501 ちくましやしろ 千曲市屋代1000	026-272-0069
	やしろみなみ 屋代南	ふつう 普通 かてい 家庭	40 60	たいめん 対面	〒387-8502 ちくましやしろ 千曲市屋代2104	026-272-2800
	さかき 坂城	ふつう 普通	40	たいめん 対面	〒389-0601 はにしなぐんさかきまちさかき 埴科郡坂城町坂城6727	0268-82-2112
とうしん 東信	うえだちくま 上田千曲	こうぎょう 工業 しゅうぎょう 商業 かてい 家庭	60	しじょう 紙上	〒386-8585 うえだしなかのじょう 上田市中之条626	0268-22-7070
	うえだ 上田	ふつう 普通		しじょう 紙上	〒386-8715 うえだしおおて 上田市大手1-4-32	0268-22-0002
	うえだそめやおか 上田染谷丘	ふつう 普通 こくさいきょうよう 国際教養	80	しじょう 紙上	〒386-8685 うえだしうえだ 上田市上田1710	0268-22-0435
	うえだひがし 上田東	ふつう 普通		しじょう 紙上	〒386-8683 うえだしときだ 上田市常田3-5-68	0268-22-0101
	まる こしゅうがくかん 丸子修学館	そうごう 総合	60	たいめん 対面	〒386-0405 うえだしなかもまるこ 上田市中丸子810-2	0268-42-2827
	たてしな 蓼科	ふつう 普通	50	たいめん 対面	〒384-2305 きたさくぐんたてしなまちあしだ 北佐久郡立科町芦田3652	0267-56-1015

こうりつこうとうがっこういちらん れいわ ねんど ねんど ほしゅう おこな がっこう
 公立高等学校一覧 (令和7年度(2025年度)募集を行う学校)

ちく地区	こうとうがっこうめい 高等学校名	がっか 学科	ぜんきほ 前期募 しゅうわく 集枠	こうき 後期 めんせつ 面接	しよざいち 所在地	でんわばんごう 電話番号	
とうしん 東信	こもろしよぎよう 小諸商業	しよぎよう 商業	60	たいめん 対面	〒384-0028 こもろしたまち 小諸市田町3-1-1	0267-22-0103	
	こもろ 小諸	ふつう 普通	50	しじよう 紙上	〒384-0023	0267-22-0216	
		おんがく 音楽	90	たいめん 対面	こもろししののめ 小諸市東雲4-1-1		
	かるいざわ 軽井沢	ふつう 普通	60	たいめん 対面	〒389-0102 きたさくぐんかるいざわまちかるいざわ 北佐久郡軽井沢町軽井沢1323-43	0267-42-2390	
	さくだいらそうごうぎじゆつ 佐久平総合技術	のうぎよう 農業	こうぎよう 工業	60	しじよう 紙上	〒385-0022 さくしいわむらだ 佐久市岩村田991	0267-67-4010
		そうぞうじっせん 創造実践	50	〒384-0301 さくしうすだ 佐久市臼田751		0267-82-2035	
	とうしん 東信	いわむらだ 岩村田	ふつう 普通		しじよう 紙上	〒385-0022 さくしいわむらだ 佐久市岩村田1248-1	0267-67-2439
		のざわきた 野沢北	ふつう 普通	90	しじよう 紙上	〒385-0053 さくしのざわ 佐久市野沢449-2	0267-62-0020
りすう 理数							
のざわみなみ 野沢南		ふつう 普通		しじよう 紙上	〒385-0052 さくしはら 佐久市原86-1	0267-62-0064	
こうみ 小海	ふつう 普通	50	たいめん 対面	〒384-1105 みなみさくぐんこうみまちちよさと 南佐久郡小海町千代里1006-2	0267-92-2063		
なんしん 南信	ふじみ 富士見	ふつう 普通	60	たいめん 対面	〒399-0211	0266-62-2282	
		のうぎよう 農業			すわぐんふじみまちふじみ 諏訪郡富士見町富士見3330		
	ちの 茅野	ふつう 普通	25	たいめん 対面	〒391-8511 ちのしみやがわ 茅野市宮川11395	0266-72-3175	
	すわじつぎよう 諏訪実業	しよぎよう 商業	60	たいめん 対面	〒392-0007	0266-52-0359	
		かてい 家庭			すわししみず 諏訪市清水3-3663-3		
	すわせいりよう 諏訪清陵	ふつう 普通		しじよう 紙上	〒392-8548 すわししみず 諏訪市清水1-10-1	0266-52-0201	
	すわふたば 諏訪二葉	ふつう 普通		しじよう 紙上	〒392-8549 すわしおかわら 諏訪市岡村2-13-28	0266-52-4628	
しもすわこうよう 下諏訪向陽	ふつう 普通	50	しじよう 紙上	〒393-0025 すわぐんしもすわまち 諏訪郡下諏訪町7401	0266-28-7582		
おかやひがし 岡谷東	ふつう 普通	60	たいめん 対面	〒394-0033 おかやしなんぐう 岡谷市南宮2-1-17	0266-23-3161		

こうりつこうとうがっこういちらん れいわ ねんど ねんど ぼしゅう おこな がつこう
 公立高等学校一覧 (令和7年度(2025年度)募集を行う学校)

ちく地区	こうとうがっこうめい 高等学校名	がっか 学科	ぜんきほ 前期募 しゅうわく 集枠	こうき 後期 めんせつ 面接	しよざいち 所在地	でんわばんごう 電話番号
なんしん 南信	おかやみなみ 岡谷南	ふつう 普通		しじょう 紙上	〒394-0034 おかやしこほん 岡谷市湖畔3-3-30	0266-23-2355
	おかやこうぎょう 岡谷工業	こうぎょう 工業	60	たいめん 対面	〒394-0004 おかやしんめいちよう 岡谷市神明町2-10-3	0266-22-2847
	たつの 辰野	ふつう 普通 しよぎょう 商業	50	たいめん 対面	〒399-0428 かみいなぐんたつのまちいなとみ 上伊那郡辰野町伊那富3644-2	0266-41-0770
	かみいなうぎょう 上伊那農業	のうぎょう 農業	60	たいめん 対面	〒399-4594 かみいなぐんみなみみのわむら 上伊那郡南箕輪村9110	0265-72-5281
	たかとお 高遠	ふつう 普通	60	たいめん 対面	〒396-0293 いなしたかとおまちおぼら 伊那市高遠町小原824	0265-94-2130
	いなきた 伊那北	ふつう 普通 りすう 理数	90	しじょう 紙上	〒396-8558 いなしやまでら 伊那市山寺2165	0265-72-2221
	いなやよいがおか 伊那弥生ヶ丘	ふつう 普通		しじょう 紙上	〒396-0026 いなしにしまち 伊那市西町5703	0265-72-6118
	あかほ 赤穂	ふつう 普通 しよぎょう 商業	60	しじょう 紙上	〒399-4117 こまがねしあかほ 駒ヶ根市赤穂11041-4	0265-82-3221
	こまがねこうぎょう 駒ヶ根工業	こうぎょう 工業	60	しじょう 紙上	〒399-4117 こまがねしあかほ 駒ヶ根市赤穂14-2	0265-82-5251
	なんしん 南信	まつかわ 松川	ふつう 普通	50	たいめん 対面	〒399-3301 しもいなぐんまつかわまちかみかたざり 下伊那郡松川町上片桐919-1
いいだ 飯田		ふつう 普通 りすう 理数	70	しじょう 紙上	〒395-0004 いいだしかみきとくろだ 飯田市上郷黒田450	0265-22-4500
いいだふうえつ 飯田風越		ふつう 普通 こくさいきょうよう 国際教養	90	しじょう 紙上	〒395-8543 いいだしかみきとくろだ 飯田市上郷黒田6462	0265-22-1515
いいだおーあいでいーいーおさ 飯田OIDE長 ひめ 姫		こうぎょう 工業 しよぎょう 商業	60	しじょう 紙上	〒395-0804 いいだしかなえなごくま 飯田市鼎名古屋2535-2	0265-22-7117
しもいなうぎょう 下伊那農業		のうぎょう 農業	60	しじょう 紙上	〒395-0804 いいだしかなえなごくま 飯田市鼎名古屋2366-4	0265-22-5550
あち 阿智		ふつう 普通	40	たいめん 対面	〒395-0301 しもいなぐんあちむらかすが 下伊那郡阿智村春日2840	0265-43-2242
あなん 阿南		ふつう 普通	40	たいめん 対面	〒399-1501 しもいなぐんあなんちようきたじよう 下伊那郡阿南町北条2237	0260-22-2052

こうりつこうとうがっこういちらん れいわ ねんど ねんど ほしゅう おこな がつこう
 公立高等学校一覧 (令和7年度(2025年度)募集を行う学校)

ちく地区	こうとうがっこうめい 高等学校名	がっか 学科	ぜんきほ 前期募 しゅうわく 集枠	こうき 後期 めんせつ 面接	しよざいち 所在地	でんわばんごう 電話番号	
ちゅうしん 中信	そなん 蘇南	そうごう 総合	60	たいめん 対面	〒399-5301 きそぐん なぎそまちよみかき 木曾郡南木曾町読書2937-45	0264-57-2063	
	きそせいほう 木曾青峰	ふつう 普通			しじょう 紙上	〒397-8571	0264-22-2119
		のうぎょう 農業工業	60			きそぐん きそまちふくしま 木曾郡木曾町福島1827-2	
	しおじりしがくかん 塩尻志学館	そうごう 総合	60	しじょう 紙上	〒399-0703 しおじりしひろおかたかいで 塩尻市広丘高出4-4	0263-52-0015	
	たがわ 田川	ふつう 普通	60	たいめん 対面	〒399-0701 しおじりしひろおかよしだ 塩尻市広丘吉田2645	0263-86-3000	
	あずさがわ 梓川	ふつう 普通	60	たいめん 対面	〒390-1401 まつもとしは た 松本市波田10000-1	0263-92-2119	
	まつもとこうぎょう 松本工業	こうぎょう 工業	60	しじょう 紙上	〒390-8525 まつもとしつ かま 松本市筑摩4-11-1	0263-25-1184	
	まつもとあがたがおか 松本県ヶ丘	ふつう 普通			しじょう 紙上	〒390-8543 まつもとしあがた 松本市県2-1-1	0263-32-1142
		しぜんたんきゅう 自然探求	こくさいたんきゅう 国際探求	80			
	まつもとみすずがおか 松本美須々ヶ丘	ふつう 普通			しじょう 紙上	〒390-8602 まつもとし みすず 松本市美須々2-1	0263-33-3690
	まつもとふかし 松本深志	ふつう 普通			しじょう 紙上	〒390-8603 まつもとしありがさき 松本市蟻ヶ崎3-8-1	0263-32-0003
	まつもとありがさき 松本蟻ヶ崎	ふつう 普通			しじょう 紙上	〒390-8605 まつもとしありがさき 松本市蟻ヶ崎1-1-54	0263-32-0005
	あかしな 明科	ふつう 普通	50	たいめん 対面	〒399-7101 あづみのしあかしなひがしかわて 安曇野市明科東川手100	0263-62-4388	
	とよしな 豊科	ふつう 普通			しじょう 紙上	〒399-8205 あづみのしとよしな 安曇野市豊科2341	0263-72-2151
	みなみあづみのうぎょう 南安曇農業	のうぎょう 農業	60	たいめん 対面	〒399-8205 あづみのしとよしな 安曇野市豊科4537	0263-72-2139	
	ほたかしょうぎょう 穂高商業	しょうぎょう 商業	60	しじょう 紙上	〒399-8303 あづみのしほたか 安曇野市穂高6839	0263-82-2162	
いけだこうぎょう 池田工業	こうぎょう 工業	50	たいめん 対面	〒399-8601 きたあづみぐんいけだまちいけだ 北安曇郡池田町池田2524	0261-62-3124		
おおまちがくよう 大町岳陽	ふつう 普通	40	しじょう 紙上	おおまちしおおまち 大町市大町3691-2	0261-22-0024		
	がっきゅう 学究	70					
はくば 白馬	ふつう 普通	50	たいめん 対面	きたあづみぐんはくばむらほくじょう 北安曇郡白馬村北城8800	0261-72-2034		
	こくさいかんこう 国際観光	75					

こうりつこうとうがっこういちらん れいわ ねんど ねんど ほしゅう おこな がっこう ていじせいかてし
 公立高等学校一覧 (令和7年度(2025年度)募集を行う学校) 定時制課程

ちく地区	こうとうがっこうめい 高等学校名	がっか 学科	ぜんきほ 前期募 しゅうわく 集枠	こうき 後期 めんせつ 面接	しょざいち 所在地	でんわばんごう 電話番号
ホクシン 北信	なかのりっしかん 中野立志館	ふつう 普通	30	たいめん 対面	〒383-8567 なかのしみよしちょう 中野市三好町2-1-53	0269-22-2141
	ながのよしだ 長野吉田	ふつう ひる 普通・昼		たいめん 対面	〒381-8570 ながのよしだ 長野市吉田2-12-9	026-241-6161
	ながの 長野	ふつう 普通	50	たいめん 対面	〒380-8515 ながのしうえまつ 長野市上松1-16-12	026-234-1215
	ながのしょうぎょう 長野商業	ふつう たんいせい 普通(単位制)	50	たいめん 対面	〒380-0872 ながのしつましな 長野市妻科243	026-234-1265
	ながのこうぎょう 長野工業	こうぎょう 工業	10	たいめん 対面	〒380-0948 ながのしさしでみなみ 長野市差出南3-9-1	026-227-8555
	しののい 篠ノ井	ふつう 普通		たいめん 対面	〒388-8007 ながのししののいふせたかだ 長野市篠ノ井布施高田1161-2	026-292-0066
トウシン 東信	うえだちくま 上田千曲	こうぎょう 工業		たいめん 対面	〒386-8585 うえだしなかのじょう 上田市中之条626	0268-22-7070
	うえだ 上田	ふつう 普通	50	たいめん 対面	〒386-8715 うえだしおおて 上田市大手1-4-32	0268-22-0002
	こもろしょうぎょう 小諸商業	しょうぎょう 商業		たいめん 対面	〒384-0028 こもろしたまち 小諸市田町3-1-1	0267-22-0103
	のざわみなみ 野沢南	ふつう 普通		たいめん 対面	〒385-0052 さくしはら 佐久市原86-1	0267-62-0064
ナンシン 南信	すわじつぎょう 諏訪実業	ふつう 普通	25	たいめん 対面	〒392-0007 すわししみず 諏訪市清水3-3663-3	0266-52-0359
	あかほ 赤穂	ふつう 普通		たいめん 対面	〒399-4117 こまがねしあかほ 駒ヶ根市赤穂11041-4	0265-82-3221
	いいだ おさひめ 飯田OIDE長姫	ふつう 普通		たいめん 対面	〒395-0804 いいだしかななごくま 飯田市鼎名護熊2535-2	0265-22-7117
	きそせいほう 木曾青峰	ふつう 普通	20	たいめん 対面	〒397-8571 きそぐんきそまちふくしま 木曾郡木曾町福島1827-2	0264-22-2119
チュウシン 中信	いけだこうぎょう 池田工業	ふつう 普通	20	たいめん 対面	〒399-8601 きたあづみぐんいけだまちいけだ 北安曇郡池田町池田2524	0261-62-3124

こうりつこうとうがっこういちらん れいわ ねんど ねんど ほしゅう おこな がっこう たぶせい たんいせい
公立高等学校一覧 (令和7年度(2025年度)募集を行う学校) 多部制・単位制

ちく 地区	こうとうがっこうめい 高等学校名	がっか 学科	ぜんきほ 前期募 しゅうわく 集枠	こうき 後期 めんせつ 面接	しょざいち 所在地	でんわばんごう 電話番号
トウシン 東信	とうみせいしやう 東御清翔	ふつう ごぜん ごご 普通 午前・午後 (単位制)	60	たいめん 対面	〒389-0517 とうみしあがた 東御市県276	0268-62-0014
ナンシン 南信	みのわしんしやう 箕輪進修	ふつう 普通 コウギョウ 工業	50	たいめん 対面	〒399-4601 かみいなくんみのわまちなかみのわ 上伊那郡箕輪町中箕輪13238	0265-79-2140
チュウシン 中信	まつもとちくま 松本筑摩	ふつう ごぜん ごご 普通 午前・午後 たんいせい (単位制) ふつう 普通 やかん (夜間)	50	たいめん 対面	〒390-8531 松本市島立 2237	0263-47-1351

しりつこうとうがっこういちらん れいわ ど ほしゅう おこな がっこう
私立高等学校一覧（令和7度(2025)募集を行う学校）

ぜん にち せい
全 日 制

しよざい 所在 市町村	こうとうがっこうめい 高等学校名	おとこおんな 男・女 きょうがく 共学別	がっか 学 科	しよざいち 所在地	でんわばんごう 電話番号
ながのし 長野市	ながのせいせんじょがくいん 長野清泉女学院	じょし 女子	ふつう 普通	〒380-0801 ながのしほこしみず 長野市箱清水1-9-19	026-234-2301
ながのし 長野市	ながのじょし 長野女子	じょし 女子	ふつう 普通	〒380-0803 ながのしみわ 長野市三輪9-30-18	026-241-6800
ながのし 長野市	ぶんかがくえんながの 文化学園長野	きょうがく 共学	ふつう 普通	〒380-0915 ながのしみせんだ 長野市上千田141	026-226-8386
ながのし 長野市	ながのにほんだいがく 長野日本大学	きょうがく 共学	ふつう 普通	〒381-0038 ながのしひがしわだ 長野市東和田253-3	026-243-1079
ながのし 長野市	ながのしゆんえい 長野俊英	きょうがく 共学	ふつう 普通	〒388-8006 ながのししののいおんべがわ 長野市篠ノ井御幣川1045	026-292-0726
うえだし 上田市	うえだにし 上田西	きょうがく 共学	ふつう 普通	〒386-8624 うえだししもしおじり 上田市下塩尻868	0268-22-0412
さくし 佐久市	さくちようせい 佐久長聖	きょうがく 共学	ふつう 普通	〒385-8588 さくしいわむらだ 佐久市岩村田951	0267-68-5588
かるいざわまち 軽井沢町	ゆないてつど わー ユナイテッド・ワー ど くれっじ ルド・カレッジISAK じゃぱん ジャパン	きょうがく 共学	ふつう 普通	〒389-0111 かるいざわまちながくら 軽井沢町長倉5827-136	0267-46-8623
ちのし 茅野市	とうかいだいがくふぞくす わ 東海大学付属諏訪	きょうがく 共学	ふつう リすう 普通、理数	〒391-8512 ちのしたまがわ 茅野市玉川675	0266-72-3147
いなし 伊那市	いなにし 伊那西	じょし 女子	ふつう 普通	〒399-4493 いなしにしはるちか 伊那市西春近4851	0265-72-4091
いだし 飯田市	いだしじょし 飯田女子	じょし 女子	ふつう 普通	〒395-8528 いだしかみさといいぬま 飯田市上郷飯沼3135-3	0265-22-1386
しおじりし 塩尻市	とうきょうと しだいがくしおじり 東京都市大学塩尻	きょうがく 共学	ふつう 普通	〒399-0703 しおじりしひろおかたかいで 塩尻市広丘高出2081	0263-88-0104
まつもとし 松本市	まつしようがくえん 松商学園	きょうがく 共学	ふつう しょうぎょ 普通、商業	〒390-8515 まつもとしあがた 松本市県3-6-1	0263-33-1210
まつもとし 松本市	まつもとこくさい 松本国際	きょうがく 共学	ふつう 普通(コー せんこう ス、専攻 あり)	〒399-0036 まつもとしむらいまちなみ 松本市村井町南3-6-25	0263-88-0033

しりつこうとうがっこういちらん れいわ ど ほしゅう おこな がっこう
私立高等学校一覧 (令和7度(2025)募集を行う学校)

ぜん にち せい
全 日 制

しよざい 所在 市町村	こうとうがっこうめい 高等学校名	おとこ おんな 男・女 きょうがく 共学別	がっ 学 学 科	しよざいち 所在地	でんわばんごう 電話番号
まつもと 松本市	まつもとだいいち 松本第一	きょうがく 共学	ふつう 普通、食物	〒390-0303 まつもとしあさまおんせん 松本市浅間温泉1-4-17	0263-46-0555
まつもと 松本市	えくせらん エクセラシ	きょうがく 共学	ふつう び 普通、美 じゆつ ふくし 術、福祉	〒390-0221 まつもとしさとやまべ 松本市里山辺4202	0263-32-3701
ちくほくむら 筑北村	にほんうえるねすながの 日本ウエルネス長野	きょうがく 共学	ふつう 普通	〒399-7501 ひがしちくまぐんちくほくむらにしじょう 東筑摩郡筑北村西条4228	0263-66-0057

つう しん せい
通 信 制

しよざい 所在 市町村	こうとうがっこうめい 高等学校名	おとこ おんな 男・女 きょうがく 共学別	がっ 学 学 科	しよざいち 所在地	でんわばんごう 電話番号
ながのし 長野市	ステップ	きょうがく 共学	ふつう 普通	〒381-2344 ながのししんこうまちあげお 長野市信更町上尾2200	026-285-0909
ながのし 長野市	ながのしゆん 長野俊英	きょうがく 共学	ふつう 普通	〒386-0012 ながのししののいごへいかわ 長野市篠ノ井御幣川 1045	026-292-0726
うえだし 上田市	さくらこくさい 国際	きょうがく 共学	ふつう 普通	〒386-1433 うえだしてづか 上田市手塚1065	0268-39-7707
うえだし 上田市	コードアカデミー	きょうがく 共学	ふつう 普通	〒386-0012 うえだしちゅうおう 上田市中央1-2-21	0268-75-7877
とうみし 東御市	がくえん ID学園	きょうがく 共学	ふつう 普通	〒389-0501 とうみししんはり 東御市新張1931	0268-71-5295
さくし 佐久市	ちきゅうかんきょう 地球環境	きょうがく 共学	ふつう 普通	〒385-0051 さくしながごみ 佐久市中込2923-1	0267-63-1411
いだし 飯田市	いだしじょし 飯田女子	じょし 女子	ふつう 普通	〒395-8528 いだしかみさといぬま 飯田市上郷飯沼3135-3	0265-22-1386
たつのまち 辰野町	かいせいがくえん つくば開成学園	きょうがく 共学	ふつう 普通	〒399-0428 かみいながんたつのまちいなどみ 上伊那郡辰野町伊那富3305-94	0266-75-0581
なぎそまち 南木曾町	りよくせいらん 緑誠蘭	きょうがく 共学	ふつう 普通	〒399-5302 きそぐんなぎそまちあがつま 木曾郡南木曾町吾妻3859-39	0264-24-0477
てんりゅうむら 天龍村	てんりゅうこうじょう 天龍興譲	きょうがく 共学	ふつう 普通	〒399-1202 しらいなぐんてんりゅうむらかみはら 下伊那郡天龍村神原3974	0260-32-3581
まつもと 松本市	しなの 信濃むつみ	きょうがく 共学	ふつう 普通	〒390-0832 まつもとしみなみまつもと 松本市南松本1-13-26	0263-27-3700
まつもと 松本市	まつもとこくさい 松本国際	きょうがく 共学	ふつう 普通	〒399-0036 まつもとしむらいまちなみ 松本市村井町南3-6-25	0263-88-0033

にほんご ぼご おや こ
日本語を母語としない親と子のための

しんがく
進学ガイダンス 2025

こうざい ながのけんこくさい か きょうかい
(公財) 長野県国際化協会 (ANPI)

TEL. 026-235-7186

FAX. 026-235-4738

Mail: mail@anpie.or.jp

しりょうていきょう ながのけんきょういくいいんかい
資料提供 長野県教育委員会