

School Guide

学校案内 2026



長野県明科高等学校

School Life

令和8年度 年間行事予定

創造・気力・友愛を校訓とし、日々成長を続ける学校です。

仲間とともに、そして地域の方々との交流をしながら、充実したキャンパスライフを送っています。

4月

- 1学期始業式
- 入学式
- 新入生歓迎会



入学式



新入生
歓迎会



長峰山
遠足

5月

- 生徒総会
- 中間考査
- 中信高校総体

- 学年行事
 - ・ 1年 長峰山遠足
 - ・ 2年 学年研修旅行
 - ・ 3年 進路ガイダンス

- 芸術鑑賞
- 保護者懇談会
- キャリアカウンセリング(1年)



研修
旅行

6月

- クラスマッチ
- 期末考査



クラス
マッチ

7月

- 文化祭「流河祭」
- 保護者懇談会
- 1学期終業式



流河祭



8月

- 2学期始業式
- キャリアカウンセリング

9月

- 中間考査

10月

- 生徒会選挙
- 人権教育(映画)

- マラソン大会
- クラスマッチ



マラソン
大会



クラス
マッチ

11月

- 生徒総会
- 期末考査
- 修学旅行(2年)



修学
旅行

12月

- 保護者懇談会
- 2学期終業式

1月

- 3学期始業式
- 学年末考査(3年)

2月

- 学年末考査(1・2年)



卒業式

3月

- 3年生を送る会
- 卒業式
- 3学期終業式

“明科タイム” キャラクター



あっか

活発に動き、
一番(熱心に)
問題に取り組む。



しいな

静かに本を読んだり
することが好き。



タイム

あんまり
目立たないが
優等生タイプ(?)

令和8年度 教育課程表

単位	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					
1年	言語文化			地理総合		公共		数学Ⅰ			化学基礎		体育			保健	音楽Ⅰ 美術Ⅰ 書道Ⅰ		英語 コミュニケーションⅠ			家庭総合		情報Ⅰ		明科タイム（基礎教養）	総合的な探究の時間	L H R					
2年	現代の国語			歴史総合		数学A			生物基礎		体育		保健	音楽Ⅱ 美術Ⅱ 書道Ⅱ		英語 コミュニケーションⅡ		家庭総合		3単位科目を2科目選択 実用国語、数学Ⅱ、物理基礎 体育研究Ⅰ、実用英語A、 服飾手芸、情報処理、簿記													
3年	論理国語			政治・経済		地学基礎		体育		英語 コミュニケーションⅡ		3単位科目を4科目選択 科目名は欄外の※1参照																					

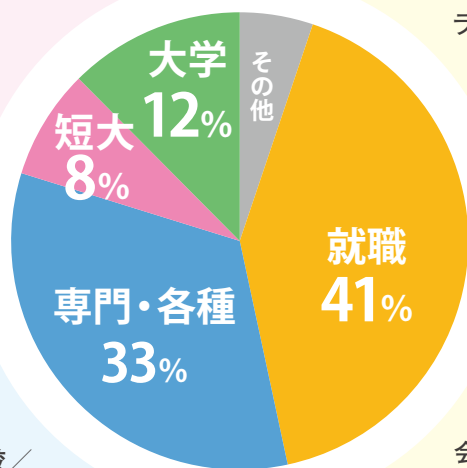
※1 国語表現、日本史探究、数学B、精選数学、実用数学、物理基礎、化学、生物、体育研究II、音楽III、美術III、実用書道、論理・表現I、実用英語B、器楽、クラフトデザイン、フードデザイン、ファッション造形基礎、保育基礎、情報処理、商業キャリアプログラム

進路実績 (過去3年間)

佐久大学／長野保健医療大学／松本看護大学
／松本大学／愛知工業大学／金沢工業大学／
国士舘大学／駿河台大学／玉川大学／東京
福祉大学／名古屋商科大学／日本福祉大学／
文教大学／山梨学院大学／武蔵野美術大学

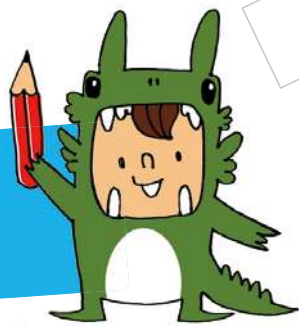
信州豊南短期大学／松本短期大学／
松本大学松商短期大学部／長野
短期大学／京都経済短期大学
／名古屋短期大学

長野県松本技術専門校／上田
情報ビジネス専門学校／エプソン
情報科学専門学校／大原ビジネス
公務員専門学校／信州介護福祉専
門学校／信州松本動物専門学校／
信州リハビリテーション専門学校／
専門学校未来ビジネスカレッジ／松本
看護専門学校／松本情報工科専門学校／
松本調理師製菓師専門学校／松本理容美容専
門学校／長野美術専門学校／国際音楽・ダンス・エンタ
テイメント専門学校／国際ビューティモード専門学校／
専門学校名古屋ビジュアルアーツ／中日美容専門学校／
辻調理師専門学校／東京アニメーション学院専門学校
／東京ウエディング・ホテル専門学校／にいがた製菓・
調理専門学校えぶろん／新潟日建工科専門学校／日本
アニメ・マンガ専門学校／日本工学院八王子専門学校
／日本美容専門学校



社会福祉法人相澤病院／ALSOK長野株式会社／アイ・
ティー・エックス株式会社／株式会社アルプスウェイ／株
式会社エイビック 穂高事業所／岩垂原SPF農場／株式
会社エイワ 穂高工場／株式会社ENEOSウイング 信越
支店／唐沢整形外科麻酔科医院／カンロ株式会社／株
式会社共和フーズ／ゴールドバック株式会社／有限会社
寿昇運／社会福祉法人サンビジョン／有限会社
STERN／株式会社信州シキシマ／信州ミルク
ランド株式会社／株式会社スイート／株
式会社スカイロード／株式会社ステラ
／曽根原建築／株式会社セラヴィリ
ゾート泉郷／有限会社多田プレシ
ジョン／社会福祉法人七つの鐘／
社会福祉法人れんげ福祉会 銀松
園／株式会社デンソーエアークー
ル／株式会社TOY BOX／東邦電
気株式会社 長野工場／DOWAパ
ワーデバイス／豊科フィルム株式会
社／長野トヨタ自動車株式会社／株式
会社デイリーはやしや／株式会社ナガノト
マト／株式会社ニイタカ／株式会社ビジック／
株式会社フォネット／株式会社フレシード信州／フジ
ゲン株式会社／株式会社プラルト／PROFORWARD／
有限会社平成熟学／穂高ビューホテル株式会社／有限
会社本郷鶏肉／松本ハイランド農業協同組合／株式会
社松本ホテル花月／株式会社マサムラ／株式会社まんて
ん／株式会社山一パン総本店／株式会社ヤマシタ
KARADARAK／レンゴー株式会社／株式会社ロイヤル
オートサービス／長野県警／自衛隊／その他

学校生活および 地域との関わり



明科タイム

毎日10分間、基礎学力の定着を図る
学び直しのための本校独自の授業。
3人のマスコットキャラクター「あっか
ちゃん(龍)」「しいなちゃん(あやめの
妖精)」「タイムくん(時計の妖精)」が
みんなの学習をサポート。

進路ガイダンス



希望の進路に向けて
君を応援するよ！
1年生からガイダンスで
自分の進路について
考えていきます。



明科ゼミ



月・金曜日の6限目は君がやりたいこと
に自由に取り組める明科ゼミの時間。
勉強、部活、生徒会活動、進路活動など
使い方は君次第。地域へも積極的に出
かけ、授業の中だけではできない経験
や人とのつながりを深めていきます。



生徒会活動



様々な生徒会活動を行っています。
10年以上継続しているも
のでは、文化祭のチャリティー
活動があります。その売り上げ
を使って地域のこども園に絵本
を寄贈したり、寄付したりしてい
ます。この活動は令和元年度
「小さな親切運動」松本支部
から表彰されました。



10月に行われるマラソン大会で
は、頑張る生徒のためにPTAのみ
なさんが差し入れを用意。この活
動等で平成28年には「優良PTA
文部科学大臣賞」を受賞しました。



マラソン大会



年に一度、外部の
方をお呼びして、生徒と
ともに明科高校について
語り合います。さて、
今年のテーマは？

部活動

運動系クラブ

野球／サッカー／
バドミントン／卓球／
バスケットボール／
陸上／弓道

文化系クラブ

吹奏楽／
美術／華道
ボランティア活動／
軽音楽／ダンス／
文芸・マンガ研究／
写真同好会／書道同好会



ワックスがけ



伝統となっているワックスがけ！
毎日お世話になっている校舎へ
感謝の気持ちを込めて、年3回
行っています。



明科高校を語る会



在校生からのメッセージ



1年生
一岡 優輝さん

明科高校には独自のカリキュラムとして、明科タイム、明科ゼミというものがあります。明科タイムとは、毎日10分間、基礎的な問題に取り組み基礎学力の定着や、学び直しを図る活動です。明科ゼミは、月曜日と金曜日の6時間目の時間を使って、自分のやりたいことや興味があることに、自由に取り組める時間になっています。このような活動ができる時間が充実していることは、明科高校の特徴だと思います。中学校と比べ、高校生活は忙しく、なかなか自分のやりたい取り組みをすることが難しくなってきます。そんな中、このような活動の時間をとれる明科高校は魅力の塊と言っても過言ではないと思います。

また、面白い先生も多く、毎日が賑やかです。部活動も充実していて、生徒一人ひとりが楽しめる学校です。きっと自分のやりたいことを見つけたり、夢に向かって成長したりできると思います。

明科高校はあなたの「やりたい」を応援する学校です。そんな明科高校に入学してみたいかをご紹介します。



2年生
増淵 衣吹さん

明科高校は、雄大な北アルプスと美しい犀川に囲まれた、自然豊かな学校です。のどかな環境の中で、のびのびと高校生活を送ることができます。

学校の大きな魅力は、少人数制によるきめ細やかな指導です。先生と生徒の距離が近く、勉強や進路、部活動の悩みにも一人ひとりに丁寧に寄り添ってくれます。さらに、クラスの絆が深まる流河祭やクラスマッチ、自然環境を肌を感じるマラソン大会など全員が主役になって盛り上げられるイベントが満載で、最高の思い出を作ることができます。また、地域と連携したボランティア活動も盛んです。

豊かな自然の中で、仲間と共にたくさんの行事を楽しみながら、自分の可能性を安心して伸ばせる魅力あふれる学び舎です。そんな明科高校で充実した3年間を過ごしてみませんか。



3年生
坂口 一真さん

明科高校の良いところは、生徒みんなの仲が良いことや先生にも気軽に物事を相談することができることです。学校内には、心を落ち着けられる場所も多数あり、私もお世話になっています。また、明科の地域の方も明科高校を大切に思ってくださっており、地域行事などにも参加させていただいています。

3年生に進級する前から、多くの先生方が生徒たちの進路について親身になって考えてくれます。生徒の私たちにとっては、とても安心して自分の進路について考える事ができています。

部活動も運動部と文化部があり、多くの生徒が目標に向かって日々邁進しています。数は多くないですが充実しており、自分に合った活動を行うことができると思います。

明科高校は、先生と生徒の距離が近く困ったことがあれば、すぐに相談できます。皆さんもぜひ、明科高校に入学して充実した高校生活を送ってみてください。



長野県明科高等学校

〒399-7101 長野県安曇野市明科東川手100
TEL : 0263-62-4388 FAX : 0263-81-2021
E-mail : akashina-hs@pref.nagano.lg.jp
<https://www.nagano-c.ed.jp/aksn-hs/>

明科駅から徒歩10分。穂高・池田方面からはバスで通学できます



表紙写真：渡辺 奏愛