



向陽で
未来を
描こう!!

Shimosuwa Koyo High School Guide 2026



向陽での 学びの特徴

向陽の学び、教育課程

学び その1

少人数講座編成で きめ細やかな授業

1年生はクラス別授業、2・3年生は少人数の講座で授業を行っています。
発言や質問もしやすく、先生との距離もグッと近くなります。
分からないときにすぐに先生に聞ける、
そんな環境で勉強しましょう。



学び その2

夢を叶える カリキュラム

生徒の進路希望は、四年制大学や短期大学、専門学校 等への進学
から就職まで幅広いことが本校の特徴です。多様な選択科目で
進路実現に向け、着実な学力向上をサポートします。

- 1年次… 徹底した指導で学習する習慣を身につけ、
全員が共通科目を履修して基礎学力を充実させます。
- 2年次… 大きく文系と理系の講座に分かれた学習を進める中で、
より深く進路について検討します。
- 3年次… 文理のほかに充実した選択講座を開講して、卒業後の
進路を強く意識した学習で夢の実現を目指します。



学び その3

あなたに 寄り添う 個別指導

年2回の保護者懇談会に加えて、個人面談も年2回あります。
学校生活の悩みや進路のことなど、先生に何でも気軽に相談しながら、
一度しかない高校生活を充実したものにしましょう。
小論文や面接などの受験指導もマンツーマンで行います。

	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年次	国語				社会				数学					理科				保健体育			芸術		英語				情報		総合的な探究の時間	ホームルーム活動
2年次	理系	国語				社会		数学				理科			保健体育			芸術		英語				家庭						
	文系	国語				社会				数学			理科		保健体育			芸術		英語			家庭		選択					
3年次	理系	国語	社会		数学				理科							体育			英語					選択						
	文系	国語				社会					体育				英語				選択											

2026年度生が3年間で学ぶ教科(予定)

主な活動・行事など



向陽で ともに学ぶ

こんなあなたを待ってます

- ・みんなが仲良く生活するための
社会規範を守ることができる人
- ・本校の校訓「自主・意欲・創造」
の理念に共感できる人
- ・向上心を持って自らの将来を
切り拓くことができる人

ともに学ぶ3年間

知 体 徳

卒業する時には？

- ★ 将来の明確な夢を持ち、
前向きに取り組める人
- ★ 確かな学力を身につけ、
また、生涯にわたって
学び続ける人
- ★ 地域社会に貢献できる人

建学の精神「自主・意欲・創造」を校訓に、
知・徳・体の調和のとれた人間の育成

創造

社会の担い手として
主体的に社会と関わり、
仲間と協働し
社会を造ることができる

意欲

常に理想の未来に
向かい前進し、
自分の幸福と他者の幸福を
追求することができる

自主

自らの考えを持ち、
他者を尊重しながら、
自己を確立する
ことができる

どんな「力」をつけるか

- ・すべての基礎となる確かな学力
- ・思考力・判断力・表現力
- ・自ら問いを立て、検証する姿勢
- ・基本的な生活習慣と豊かな人間性

どのように「学ぶ」か

- ・少人数講座編成できめ細やかな指導
- ・アクティブでわかりやすい授業を
展開(双方向型の授業)
- ・地域との連携・協働を経験
(地域社会の諸問題に目を向ける)





向陽での学びの特徴を、先輩たちに聞きました

生徒自治会活動

- 地域の方々との結びつきを大切にし、自ら発信する
- より豊かな高校生活を送るために、互いによく考え、話し合い、行動する



花岡 良祐（岡谷東部中出身）第45期生徒自治会長

みなさんこんにちは。第四十五期生徒自治会長の花岡良祐です。生徒自治会では、生徒が主体で丸となり作っていく学校行事がたくさんあります。その中で一番盛り上がるのが向陽祭になります。一日目は開祭式や校内祭、二日目は部活アピールや模擬一般公開、三日目は一般公開や後夜祭があります。向陽祭は一人ひとりが主役となり、みんなで盛り上げて最高の思い出を作れる場所です。

他にもクラスマッチや百人一首大会など色々な行事があります。これらを企画、運営するのは生徒になります。でも、心配はいり

ません。分からないことがあっても教えてくれる先輩たちや困ったら助けてくれる人達は周りにたくさんいます。

生徒自治会は学校の行事だけでなく、地域連携事業への参加もしています。皆さんも是非向陽高校へ来て生徒自治会の一員になりましょう。



向陽で青春しよう!!

地域連携活動

- 地域を愛し、地域に愛される向陽生



松林 陽大（長峰中出身）

こんにちは。私は下諏訪向陽高校に入学してから、多くのボランティア活動に参加してきました。その中でも特に印象に残っているものを、そこで得た学びとあわせて紹介します。

まず、障がい者スポーツ大会では選手が安心して競技できるよう、どのように動けばよいかを考えて行動する力が身につきました。相手の立場になって考える大切さを強く実感しました。また、下諏訪町が主催する緑日では、町の議員の方々と企画段階から話し合いに参加し、イベント運営を行いました。多くの人と意見を交わす中でコミュニケーションの重要性や、人と協力して何かを作り上げる楽しさを学びました。



他にもさまざまなボランティア活動に参加しましたがすべてに共通したのは、人の役に立てる喜びと自分自身の成長を実感できる達成感です。これらの経験は、今後自分が社会にどのように貢献できるかを考えるきっかけとなりました。これから下諏訪向陽高校に入学を考えている方でボランティアに興味のある人ならば、一緒に活動してみましょう!!



学校生活

- 向陽生は二兎も三兎も追う、そして全部獲る



宮坂 優晴（岡谷東部中出身）

皆さんこんにちは！向陽祭総長の宮坂優晴です。中学生の皆さんに学校生活の中でも最大のイベント、本校の文化祭「向陽祭」を紹介したいと思います。

今年の向陽祭テーマは「一蓮托芙」～笑う場所は向陽（ここ）にある～です。全員が共に行動や運命を共にして向陽生にも一般の方にも笑ってもらおう。という思いを込めてこのテーマにしました！向陽祭ではクラスや部活が一つになり行う企画や、全校生徒が協力して行う企画があり、全校生徒が心を通わせて向陽高校で笑うことができる企画がたくさんあります！

向陽高校の特徴は一人一人の個性を尊重しながらも一つにまとまり行動することができることです。文化祭やクラスマッチなどの生徒会行事に加えて部活動も盛んで毎年北信越大会に出場している部活動もあります！皆さんもそんな向陽高校で3年間青春させませんか？向陽祭や様々な生徒会行事を通して多くの向陽生が向陽に来て良かったと言う人ばかりです。次は皆さんがそんな向陽高校を創る番です！是非向陽高校に入学して3年間最高の思い出を創りましょう！

充実した生活を送ろう!!



部活動

- 積極的に部活動・同好会活動に参加し、自己を磨く
- 友や顧問との関わりの中から、互いの良さを認め、高め合う



西村 美侑那（茅野東部中出身）

中学生の皆さんこんにちは。皆さんは部活動はなんのためにあると思いますか？私は、1つの目標に向かって仲間と全力で打ち込むことや、責任感や礼儀などの人間としての成長を養えるところに魅力があると思います。私は、自分が所属している吹奏楽部でそれを身をもって体感しました。

大好きな仲間たちと一緒に音楽を作っていくことの楽しさ、マーチングがやっと形になった時の達成感、たった1つのパートを担う責任感、最後の1音を吹き切った時の爽快感、まだまだありますが、どれも吹奏楽部でしか味わえないことです。それに、私は向陽の吹奏楽部に入ってから、嬉し涙や悔し涙を流すことが多くなりました。今まで感情をあまり表に出さなかった私がこんなにも心を動かされるほど大切なものに出会えたことは人生の財産です。

吹奏楽だけじゃなくても、どの部活動も入らないと得られないこと、山ほどあると思います。ぜひ皆さんにも私のように部活動を通して一生に残る大切なものに会って欲しいです!!



長崎 未帆（下諏訪中出身）

こんにちは!! 私は漕艇部に所属しています。向陽の漕艇部は少人数ながらもインターハイに毎年出場していて、私も入部してからずっとインターハイに出場することを目標に練習に励んできました。そして昨年と今年、2年連続でインターハイ出場を決めることが出来ました。

練習はハードな練習もあり大変なときもあるけど、仲間と励まし合いながら練習をしていくことでお互いに高め合いながら頑張れるので、とても楽しいしやりがいがあります。初めはついていけないかと思うかもしれませんが高校から競技を始める人がほとんどだし、先輩が基礎からしっかりと教えてくれるので心配いりません。高校では新しいことに挑戦したいと思っている人も始めやすいです!

仲間と部活を過ごす時間はかけがえのないもので、ずっと記憶に残っていくものだと思います。そんな大切な瞬間を向陽高校で作っていきましょう!!



竹内 来風（諏訪中出身）

中学生の皆さんこんにちは! 突然ですが、皆さんは高校生になったらどんな思い出を作りたいですか?

私の1番の思い出は、部活動です! 私は、弓道部に所属していました。弓道部に入部した理由は「何となく」という漠然としたものでした。そのため、最初の頃は目標もなく、特に楽しいとも思えず、3年間やり続けられるかすごく不安でした。しかし、弓道部の友達や先輩と仲良くなり、弓道も上達してくると毎日の部活がとても楽しくなりました! 大会では3年間、団体戦で県大会に出場し続け、南信3位や県3位という成績を残し、北信越大会にも出場できました。このような成績を残し、3年間続けられたのは間違いなく、一緒に励んできた仲間・先輩・後輩・先生・応援してくれた方々のおかげです。

私は部活動を通して、仲間の大切さや1つの目標に向かって努力する楽しさを学ぶことができました。もちろん、部活をしている中で仲間とぶつかったり、うまくいかないこともあります。しかし、きっとその経験は高校生活の中で貴重なものになると思います!!

ぜひ、向陽に来て最高の思い出を作りませんか!!! 皆さんの入学をお待ちしています!!!

運動系

弓道・サッカー・卓球・野球・ソフトボール
テニス・ソフトテニス・漕艇・陸上
バドミントン(男子/女子)
バレーボール(男子/女子)
バスケットボール(男子/女子)

部活動一覧

文化系

創作・器楽・美術・吹奏楽・かるた
総合文化(ダンス・ボランティア・書道)
FC(ファッション・クッキング)



高い進学目標を掲げ、
入試に対応できる
学力を身につけながら、
進路実現を目指す。

進路指導

進路指導の方針

向陽高校での進路指導は「自主・意欲・創造」の
校訓になぞらえ、次のような方針を立てています。

自主

主体的に進路選択を行い、
実現に向けて計画的に学校生活を送る。

意欲

基礎学力の充実を図るため、
意欲的に学習に取り組む。

創造

10年後、20年後の姿を想像し、
豊かな人生を創造する基礎をやしなう。

みなさんの
将来の姿を
ともに考え、
全力で
サポート！

丸山 桐冬 (43期生) / 公立諏訪東京理科大学 工学部

私は工学部で、高校時代から学びたかったプログラミングについて学んでいます。正直なところ、高校生の頃は勉強が得意ではなく、成績が良い生徒ではありませんでした。しかし、先生方の手厚いご支援もあり、無事に進学することができました。向陽高校の自主性を重んじる指導は、私にとって大きな意味がありました。自ら目標を定め、その達成に向けた計画を立て、たとえ困難に直面しても諦めずに目標へと向かう力が養われたと感じています。

この自ら考え、行動する力は、大学での専門的な学びにも、大いに役立っています。私が学んでいる分野では、常に新しい知識が求められ、また、自ら課題を見つけて解決する能力が不可欠です。向陽高校で培われた、困難に直面しても諦めない精神力のおかげで、新たな学びにも積極的に取り組むことができます。

向陽高校での3年間は、私にとって本当に有意義なものでした。これからも目標に向け精進してまいります。



O・S (43期生) / セイコーエプソン株式会社

皆さん こんにちは。皆さんには今将来の夢や、やりたいことがありますか？ 私は中学生の時は将来のことをあまり考えていませんでした。しかし、将来のことを自分で考えて選択しなければいけない時期はいずれやってきます。そんな時に皆さんに大切にしてほしいのは「その場凌ぎにせず、自分で考えてみる」ことです。

下諏訪向陽高校では勉強や部活動だけでなく生徒会や地域活動などいろいろな面で活躍することができます。自分だけで考えるというのはとても難しいことです。しかし、この高校では、3年間を通してたくさんの先生方が様々な面でサポートをしてくれます。また、ここでしか出会えない信頼し合える仲間と巡り会えます。このような環境の中で、まずは何かに挑戦してみてください。きっと何かを考えるきっかけを見つけることができると思います。

最後に、残り少ない中学校生活、今できることを大切にしてみてください！受験など大変なことが多いと思いますが、一緒に頑張りましょう！



●過去5年間の主な合格状況(2020~2024年度)

国公立大学

信州大／公立諏訪東京理科大／長野大／静岡県立大／名城大／都留文科大／
長岡造形大／山梨大

私立大学

明治大／中央大／法政大／愛知大／立命館大／南山大／日本大／駒澤大／山梨学院大／日本体育大／東京経済大／
金沢工大／桜美林大／中部大／文教大／大東文化大／亜細亜大／神奈川大／愛知学院大／名古屋外国語大／松本大／
松本看護大／國學院大 ほか

短期大学

大月短大／松本大松商短大部／松本短大／飯田短大／信州豊南短大／清泉女学院短大／山梨学院短大 ほか

専修・ 各種学校

諏訪赤十字看護専／諏訪中央病院看護専／松本看護専／佐久総合病院看護専／信州木曽看護専／長野県公衆衛生看護専／
長野県福祉大学校／エプソン情報科学専／松本理容美容専／信州リハビリテーション専／長野救命医療専 ほか

就 職

下諏訪町役場／長野県警察／諏訪広域消防／セイコーエプソン(株)／長野オリンパス(株)／京セラ(株)／
(株)ホテル紅や／カゴメ(株)／TPR(株)／キッセイ薬品工業(株)／大和電気工業(株) ほか



下諏訪向陽高等学校

393-0025 長野県諏訪郡下諏訪町7401

Tel 0266-28-7582 Fax 0266-26-1021

<https://shimosuwakoyo.jp>



Q 下諏訪向陽

