

がいこくじん ほごしや せいと  
外国人保護者・生徒のための  
ちゅうがっこうせいかつ じゅうじつ  
中学校生活を充実させる10のポイント

विदेशी अभिभावकहरु/ विद्यार्थीहरुको निम्न मा. वि.  
को विद्यार्थी जीवनलाई पूर्णता दिनको लागि १० वटा बुँदाहरु

にほん ちゅうがっこう せいかつ がくしゅうほうほう しょうがっこう くら おおき か  
日本の中学校の生活や学習方法は、小学校と比べて大きく変  
わります。学校にいる時間が長くなり、勉強も難しくなりま  
す。子どもたちがしっかり学び、将来に向かって元気に成長  
できるよう、知っておくと安心な10のポイントを紹介します。



जापानको निम्न मा. वि. को जीवनयापन तथा  
पठनपाठनका तरिकाहरु प्राथमिक विद्यालयको तुलनामा धेरै  
फरक हुन्छ। लामो समय विद्यालयमा बिताउनु पर्ने तथा  
पढाई पनि गाह्रो हुन्छ। बच्चाहरुले राम्रोसँग पढेर भविष्यमा  
प्रगतिका साथ अघाडि बढ्नको लागि जानी राखेमा ढुक्क  
हुने १० वटा बुँदाहरुको बारेमा परिचय दिन्छौं।

※支援者の皆さんへ：外国人保護者・生徒に中学校生活や高校受験について  
説明する材料として本パンフレットを活用ください。

ちゅうがっこうせいかつ  
中学校生活について / निम्न मा. वि. को विद्यार्थी जीवनको बारेमा

- 1 制服や体操着は入学前に買います
- 2 家庭で用意する学用品等があります
- 3 放課後や土・日曜日(部活動(部活)があります)
- 4 学校行事に積極的に参加しましょう
- 5 1 1 विद्यालयको पोशाक तथा खेलकुदको पोशाक भर्ना हुनु अघि किन्नुपर्छ।
- 2 2 घरमा तयारी गर्नुपर्ने पढाईको सामग्रीहरु हुन्छ।
- 3 3 विद्यालयको पढाई सकेपछि तथा शनिबार र आइतबारका दिनहरुमा अतिरिक्त क्रियाकलापहरु ("क्लबको क्रियाकलापहरु") हुन्छ।
- 4 4 विद्यालयको कार्यक्रमहरुमा सक्रिय रुपमा भाग लिऔं।

ちゅうがっこう がつくしゅう  
中学校での学習について / निम्न मा. वि. को पठनपाठनका बारेमा

- 5 科目が9科目に増え、定期テストがあります
- 6 成績評価の方法を知りましょう
- 7 家庭での勉強も大切です
- 8 8 पठनपाठन हुने विषयहरु बढेर ९ वटा विषय हुन्छ र नियमितरुपमा परीक्षा हुन्छ।
- 9 9 पढाईको स्तर मूल्याङ्कन गर्ने तरिकाको बारेमा जानी राखौं
- 10 10 घरमा गर्ने पढाई पनि महत्त्वपूर्ण छ

こうこうしんがく  
高校進学について / उच्च मा. वि. भर्ना हुने बारेमा

- 8 高校に入学するには入学試験(入試)があります
- 9 9 उच्च मा. वि. मा भर्ना हुनको लागि "प्रवेश परीक्षा" दिनु पर्ने हुन्छ।

やくだ じょうほう  
お役立ち情報 / उपयोगी जानकारीहरु

- 9 教育に関する費用や流れについて知りましょう
- 10 10 पढाईसँग सम्बन्धित खर्च तथा कुन बेला कति जति खर्च लाग्ने हो जानी राखौं
- 10 10 नबुझेका कुराहरु भएमा परामर्श गरौं !



## 1 制服や体操着は入学前に買います

### ●制服 9-A参照

制服は中学校によって決められています。中学校入学前の1~2月に専門のお店で注文します。

### ●体操着 9-A参照

体操着 (ジャージ) や体育館履きなども、入学前に専門のお店で買います。

## 2 家庭で用意する学用品等があります

### ●学用品

通学バッグやノート、筆記用具のほか、各教科で使う水着などは家庭で用意をします。教材費は中学校に払います。

### ●お弁当

神奈川県では、お弁当を持っていく中学校が多いです。

※給食がある場合、給食費がかかります。

## 3 放課後や土・日曜日に部活動 (部活) があります

サッカーやテニスなどの運動系と、吹奏楽や美術などの文化系の部活動があります。約90%の生徒が部活に打ち込んでいます。放課後の他、早朝、土・日曜日、夏休みにも練習があります。道具代やユニフォーム代、試合に出るための交通費等がかかります。9-B参照

## 4 学校行事に積極的に参加しましょう

「文化祭」「体育祭」「授業参観」などは中学校の様子を知る良い機会です。「家庭訪問」や「三者面談」では保護者と生徒、担任が、学習面・生活面について話をします。

## 1 ① วิทยาลัยको पोशाक तथा खेलकुदको पोशाक भर्ना हुनु अघि किन्नुपर्छ।

### ● วิทยาลัยको पोशाक 9-A हेर्नुहोस्

วิทยาลัยको पोशाक निम्न मा. वि. अनुसार तोकिएको हुन्छ। निम्न मा. वि. मा भर्ना हुनु अघि जनवरी देखि फेब्रुअरी महिनामा तोकिएको लुगा पसलमा अर्डर दिनु पर्छ।

### ● खेलकुदको पोशाक 9-A हेर्नुहोस्

खेलकुदको पोशाक (जर्सी) तथा खेलकुद हल भित्र लगाउने जुता पनि विद्यालय भर्ना हुनु अघि तोकिएको पसलमा किन्नु पर्छ।

## 2 ② घरमा तयारी गर्नुपर्ने पढाईको सामग्रीहरु हुन्छ।

### ● วิทยาลัยका सामग्रीहरु

วิทยาลัยको झोला तथा नोटकपी, लेखको लागि प्रयोग हुने कलमहरु, प्रत्येक विषयमा प्रयोग हुने कपिहरु, पौडी खेल्ने लुगा आदि घरमै तयार गर्नुपर्छ। शिक्षण सामग्रीको खर्च चाँहि निम्न मा. वि. मा अभिभावकहरुले व्यहोर्नु पर्ने हुन्छ।

### ● खाजा (ओबेन्तो)

खानागावा प्रान्तमा खाजा लिएर जानु पर्ने धेरै निम्न मा. वि. हरू छ।

\* विद्यालयमा नै खाजाको व्यवस्था भएको खण्डमा खाजा शुल्क तिर्नु पर्ने हुन्छ।

## 3 ③ विद्यालयको पढाई सकेपछि तथा शनिवार र

आइतबारका दिनहरुमा अतिरिक्त क्रियाकलापहरु ("क्लबको क्रियाकलापहरु") हुन्छ।

फुटबल तथा टेनिस जस्ता खेलकुद र ब्रास ब्यान्ड तथा चित्रकला जस्ता सांस्कृतिक अतिरिक्त क्रियाकलापहरु हुन्छ। लगभग ९०% विद्यार्थीहरुले आफूलाई अतिरिक्त क्रियाकलापहरुमा संलग्न गरेका हुन्छ। विद्यालयको पढाई सकेपछि, बिहान सबै, शनिवार र आइतबारको दिन, गर्मी बिदामा पनि अतिरिक्त क्रियाकलापहरुको अभ्यास हुन्छ। सरसामाग्रीहरु तथा पोशाक, खेल खेल्नको लागि जानेआउने गाडी भाडा आदि जस्ता खर्चहरु लाग्छ। 9-B हेर्नुहोस्

## 4 ④ विद्यालयको कार्यक्रमहरुमा सक्रिय रुपमा भाग लिऔं।

"सांस्कृतिक महोत्सव", "खेलकुद दिवस", "कक्षाको निरिक्षण" आदिमा भाग लिनु भनेको बारेमा जान्ने निम्न मा. वि. को बारेमा जान्ने राम्रो अवसर हो। "घरमा हेर्न आउने" तथा "त्रिपक्षिय कुराकानी" मा अभिभावक, विद्यार्थी र कक्षाको जिम्मा लिएको शिक्षकले विद्यार्थीको पढाई तथा विद्यार्थी जीवनको बारेमा कुराकानी गर्छन्।

**5** 科目が9科目に増え、定期テストがあります

中学校では、勉強する科目が9科目に増え、教科によって先生が変わります。忘れ物をしないように各授業の準備をしましょう。「定期テスト」は、各教科の成績を決める大事なテストで年4~5回行われます。

**6** 成績評価の方法を知りましょう

各学期のおわりに成績が書かれた「通知表」が配られます。成績は良い順に「5・4・3・2・1」で表され、①定期テストの結果、②授業態度、③提出物(ノートや宿題)などで決まります。特に2年生と3年生の成績は、高校受検の選考の材料になります。テストだけでなく、普段から積極的に授業に参加し、宿題を提出しましょう。

**7** 家庭での勉強も大切です

中学生にとって、家での復習や宿題、テスト勉強などはとても大切です。一人で勉強するのが大変なときは、ボランティアが勉強や宿題を手伝ってくれる学習支援教室等も利用しましょう。

★**かながわ学習補習教室マップ**

神奈川県内の学習支援教室を探することができます。

[www.kifjp.org/classroom](http://www.kifjp.org/classroom)



**9** 読んपाठन हुने विषयहरु बढेर ९ वटा हुन्छ र नियमितरूपमा परीक्षा हुन्छ।

निम्न मा. वि. मा पढाई हुने विषयहरु बढेर ९ वटा हुन्छ र विषयअनुसार शिक्षकहरु फरक फरक हुन्छ। कुनैपनि कुरा नबिर्सने गरि प्रत्येक कक्षाको तयारी गरि राखौं। "नियमित परीक्षा" भनेको एउटा महत्त्वपूर्ण परीक्षा हो जुन प्रत्येक विषयको नतिजा निर्धारण गर्ने परीक्षा हो र परीक्षा वर्षमा ४ देखि ५ पटक हुन्छ।

**8** पढाईको स्तर मूल्याङ्कन गर्ने तरिकाको बारेमा जानी राखौं

प्रत्येक सेमेस्टरको अन्त्यमा नतिजा लेखेको "रिपोर्ट कार्ड" दिन्छ। नतिजा "५, ४, ३, २, १" को क्रममा व्यक्त गरिएको हुन्छ र यसलाई ① नियमित परीक्षाको नतिजा, ② कक्षा भित्रको आचरण, ③ बुझाएको गृहकार्य आदिको आधारमा निर्धारण गरिएको हुन्छ। विशेष गरी उच्च मा. वि. को जाँच दिनको लागि निम्न मा. वि. को दोस्रो र तेस्रो वर्षको नतिजा प्रयोग हुन्छ। परीक्षामा मात्रै नभएर सामान्य रूपमा सक्रिय भई कक्षामा भाग लिने र गृहकार्य गरेर बुझाउने गरौं।

**9** घरमा गर्ने पढाई पनि महत्त्वपूर्ण छ

निम्न मा. वि. का विद्यार्थीहरुको लागि घरमा गर्ने पढाई तथा गृहकार्य, परीक्षाको तयारी गर्ने जस्ता कुराहरु अत्यन्तै महत्त्वपूर्ण हुन्छ। एकलै पढ्न गाह्रो भएको बेलामा स्वयंसेवकहरुले पढ्न तथा गृहकार्य गर्नमा मद्दत गरिदिने "पढाईमा सहायता गर्ने कक्षा" आदिको पनि प्रयोग गरौं।

★**खानागावा पढाई पूरक कक्षाको नक्सा**

खानागावा प्रान्त भित्रको "पढाईमा सहायता गर्ने कक्षा" खोज्न सकिन्छ।

[www.kifjp.org/classroom](http://www.kifjp.org/classroom)



こうこうしんがく  
**高校進学について/ उच्च मा. वि. भर्ना बारेमा**

**8** 高校に入学するには入学試験 (入試) があります

日本では約 98% の中学生が高校に進学します。高校に入学するためには、入学試験 (入試) に合格しなければなりません。 9-C 参照

**① 志望校選び**

担任や家族とよく話し合ひましょう。行きたい高校について調べ、説明会や見学に行ってみましょう。

**② 「公立高校入学のためのガイドブック」 (多言語)**

高校受検について多言語で分かりやすくまとめた冊子で、中学校で配布します。神奈川県教育委員会のホームページからもダウンロードできます。

**③ 「日本語を母語としない人たちのための高校進学ガイダンス」 (通訳つき)**

毎年 9 ~ 10 月に県内各地で開催されます。受検制度の説明や体験談の発表があり、個別の相談もできます。

**④ 出願から合格まで**

出願は例年 1 月、入試は 2 月に行われます。公立全日制高校の入試では 5 教科の筆記試験と面接があります。試験勉強だけでなく、面接の準備も大切です。

**※受検に関する特別な制度**

来日してから 6 年以内などの条件に合う人は、手続きをすれば、特別な受検方法を利用することができます。詳しくは中学校の先生に相談しましょう。

**② उच्च मा. वि. मा भर्ना हुनको लागि "प्रवेश परीक्षा" दिनु पर्ने हुन्छ।**

जापानमा लगभग ९८% निम्न मा. वि. का विद्यार्थीहरु उच्च मा. वि. मा भर्ना हुन्छ। उच्च मा. वि. मा भर्ना हुनको लागि प्रवेश परीक्षा पास हुनु पर्छ। 9-C हेर्नुहोस्

**① पढ्न चाहेको विद्यालय छान्ने**

कक्षाको जिम्मा लिएको शिक्षक र परिवारसँग राम्ररी कुराकानी गरौं। आफूले पढ्न चाहेको उच्च मा. वि. खोजेर, उक्त विद्यालयको जानकारीमूलक कार्यक्रममा भाग लिऔं र विद्यालय हेर्नलाई जाऔं।

**③ "सार्वजनिक (सरकारी) उच्च मा. वि. मा भर्ना हुनको लागि जानकारी पुस्तिका (गाइडबुक)" (बहुभाषी)**

यो उच्च मा. वि. मा भर्ना हुने प्रवेश परीक्षा सम्बन्धि बहुभाषामा बुझ्न सजिलो हुने गरि संक्षेपमा लेखिएको पुस्तिका हो र निम्न मा. वि. मा वितरण गर्ने गर्छ। खानागावा प्रान्त शिक्षा समितिको होमपेजबाट पनि डाउनलोड गर्न सकिन्छ।

**③ "जापानिज भाषा मातृ भाषा नभएको व्यक्तिहरुको लागि उच्च मा. वि. भर्ना सम्बन्धि जानकारी कार्यक्रम" (भाषिक अनुवाद सुविधा उपलब्ध)**

हरेक वर्षको सेप्टेम्बर देखि अक्टोबर सम्म प्रान्तका विभिन्न स्थानहरुमा आयोजना गरेको हुन्छ। उच्च मा. वि. प्रवेश परीक्षा प्रणालीको व्याख्या र अनुभवहरु सुन्ने तथा व्यक्तिगत रूपमा परामर्श पनि लिन सकिन्छ।

**④ आवेदन देखि नतिजा प्रकाशन सम्म**

सामान्यतया आवेदन फाराम बुझाउने जनवरीमा र प्रवेश परीक्षा फेब्रुअरीमा हुन्छ। सार्वजनिक उच्च मा. वि. को प्रवेश परीक्षामा ५ वटा विषयहरुको लिखित परीक्षा र अन्तर्वार्ता हुन्छ। परीक्षाको पढाई मात्र नभई अन्तर्वार्ताको तयारी पनि जरुरी छ।

**※परीक्षा सम्बन्धि विशेष प्रणाली**

जापान आएको ६ वर्ष नपुगेका व्यक्तिहरुले विशेष परीक्षा प्रणाली प्रयोग गर्न पाउँछ। थप जानकारीको लागि निम्न मा. वि. को शिक्षकहरूसँग परामर्श गरौं।



## お役立ち情報 / उपयोगी जानकारीहरु

**9** 教育に関する費用や流れについて知りましょう

**9** पढाई सँग सम्बन्धित खर्च तथा कुन बेला कति जति खर्च लाग्ने हो जानी राखौं

**A** 中学校でかかるお金について(例)/ निम्न मा. वि. मा लाग्ने खर्चको बारेमा (उदाहरण)

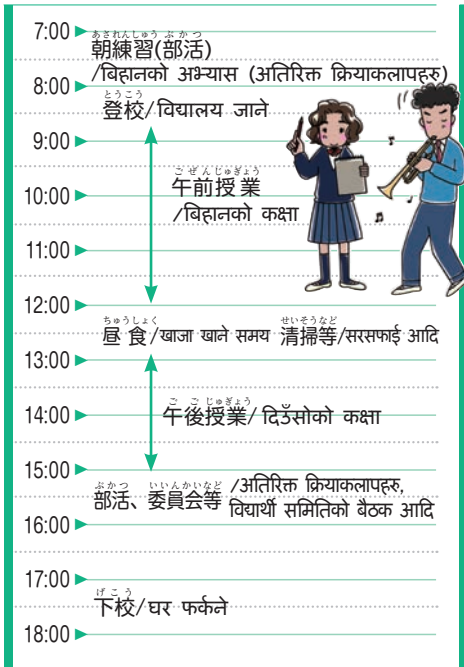
時期/ समय	項目/ विवरण	金額 (円)/ रकम (येन)
入学前/ भर्नाहुनु अगाडि	制服代/ विद्यालयको पोशाक	60,000 / ६०,०००
	体操着/ खेलकुदको पोशाक	15,000 / १५,०००
	体育館履き、バッグ等/ खेलकुद हल भित्र लगाउने जुता, विद्यालयको झोला आदि	10,000 / १०,०००
毎年/ प्रत्येक वर्ष	教材/ शिक्षण सामग्री	10,000 / १०,०००
	学校納付金/ विद्यालयमा तिर्नु पर्ने रकम	12,000 / १२,०००
	P TA / अभिभावक र शिक्षक समिति (PTA)	4,000 / ४,०००
3年生/ तेस्रो वर्षका विद्यार्थी	修学旅行/ शैक्षिक भ्रमण	60,000 / ६०,०००
その他/ अन्य	水泳道具、給食等/ पौडी खेलको लागि प्रयोग हुने सामानहरु, विद्यालयको खाजा आदि	

※経済的に困難な場合、学用品等の一部を援助する「就学援助」があります。

आर्थिकरूपमा कठिनाई भएको खण्डमा केहि पढाईको सामग्रीहरु किन्न सहयोग प्रदान गर्ने "पढाईको लागि सहयोग प्रणाली" हुन्छ।

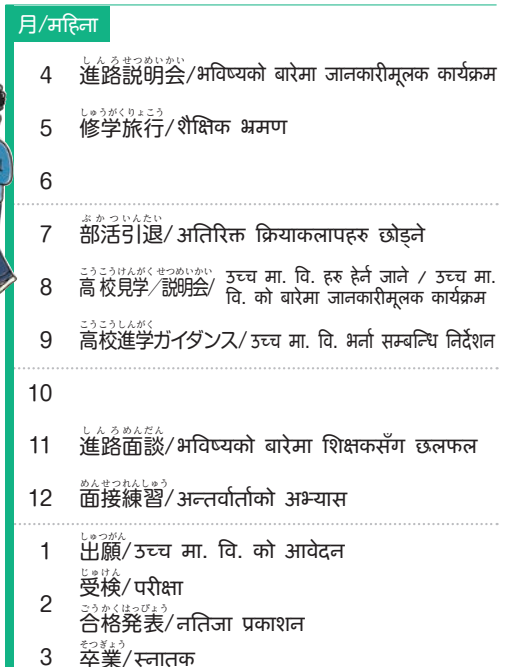
**B** 中学校の一日(例)

निम्न मा. वि. को एक दिन (उदाहरण)



**C** 中学3年生の1年(例)

निम्न मा. वि. विद्यालयको तेस्रो वर्षका विद्यार्थीहरुको एक वर्ष (उदाहरण)







## 10 分からないことは相談しましょう!

### ★中学校の先生に聞く

中学校ではたくさんの手紙が配られます。重要な部分にはふりがなを振ってもらい、通訳をお願いできると安心です。わからないことは相談しましょう。

### ★教育相談を活用する

教育に関する情報を調べたり、相談をすることができます。

#### ・あーすぶらざ外国人教育相談

TEL: 045-896-2972

タガログ語、ポルトガル語、中国語、スペイン語、ベトナム語

#### ・かながわ外国人教育相談

TEL: 045-222-1209

スペイン語、中国語、英語

### ★相談できる場所を知りましょう

生活で困ったことがあったら気軽に問い合わせてください。生活に必要な情報（医療、保健、福祉、子育てなど）相談するところを教えます。

#### ・多言語支援センターかながわ

TEL: 045-316-2770

## 100 新ぶझेका कुराहरु भएमा परामर्श गरौं

### ★ निम्न मा. वि. को शिक्षकहरुलाई सोध्ने

निम्न मा. वि. मा धेरै चिठिपत्रहरु पठाइन्छ। महत्वपूर्ण भागहरुमा खान्जिकको माथि हिरागाना (फुरिगाना) लेख्न लगाउने तथा दोभाषे सेवाको अनुरोध गर्न सकेमा ढुक्क हुन्छ। नबुझेका कुराहरु भएमा परामर्श गरौं

### ★ शैक्षिक परामर्शको उपयोग गर्न

शिक्षा सम्बन्धि जानकारी लिन तथा परामर्श लिन सकिन्छ।

#### - अर्थ प्लाजा विदेशी नागरिक शैक्षिक परामर्श

फोन नं.: 045-896-2972

तागालोग, पोर्चुगिज, चाइनिज, स्पेनिश, भियतनामी

#### - खानागावा विदेशी नागरिक शैक्षिक परामर्श

फोन नं.: 045-222-1209

स्पेनिश, चाइनिज, अंग्रेजी

### ★ परामर्श गर्न मिल्ने ठाँउहरुको बारेमा जानकारी हासिल गरि राखौं

यदि तपाईंको दैनिक जीवनयापनमा कुनै समस्याहरु परेमा बिना संकोच सम्पर्क गर्नहोस्। दैनिक जीवनयापनका लागि आवश्यक जानकारी (चिकित्सा, स्वास्थ्य, कल्याण, बाल हेरचाह आदि) तथा परामर्श गर्ने ठाँउहरुको बारेमा जानकारी प्रदान गर्नेछौं।

#### - बहुभाषी सहयोग केन्द्र खानागावा

फोन नं.: 045-316-2770



発行：  
 株式会社



公益財団法人 **かながわ国際交流財団**  
 箱ানাगावा अन्तराष्ट्रिय नियोग

TEL: 045-620-0011 e-mail: tabunka@kifjp.org  
 URL: www.kifjp.org

#### <支援者の皆さんへ>

当財団では、「外国につながる生徒の高校進学サポートガイド」など支援者向けのガイドブックも発行しています。ホームページでもダウンロードできますので、ぜひ活用ください。

