

5月 計画

別紙 4

令和6年度(2024年度)

5月

活動計画

【野球部】

通常練習の活動場所【 野球場 】

日	曜	学校行事等	練習内容等 (公式戦・練習試合等)	場所	活動時間			日計	週計
1	水		○	○	15:40	~	18:30	2:50	9:10
2	木		○	○	15:40	~	18:30	2:50	
3	金	憲法記念日	○	○	8:30	~	12:00	3:30	
4	土	みどりの日	大分遠征	未定		~			
5	日	こどもの日	大分遠征	未定		~			
6	月	振替休日	休			~			0:00
7	火	振替休業日	休			~			
8	水		休			~			
9	木		休			~			
10	金		休			~			
11	土	PTA総会	休			~			10:30
12	日		休			~			
13	月		休			~			
14	火	中間考査	休			~			
15	水	中間考査	休			~			
16	木	中間考査	休			~			8:20
17	金	中間考査	○	○	13:00	~	16:30	3:30	
18	土		○	○	8:30	~	12:00	3:30	
19	日		○	○	8:30	~	12:00	3:30	
20	月		休			~			9:20
21	火		○	○	16:40	~	18:30	1:50	
22	水		○	○	16:40	~	18:30	1:50	
23	木		○	○	15:40	~	18:30	2:50	
24	金		○	○	16:40	~	18:30	1:50	
25	土		練習試合(都城工業)	都工		~			
26	日		練習試合(小川工業)	県南G		~			
27	月		○	○	15:40	~	18:30	2:50	9:20
28	火		○	○	16:40	~	18:30	1:50	
29	水		休			~			
30	木		○	○	15:40	~	18:30	2:50	
31	金		○	○	16:40	~	18:30	1:50	

休養日計画	13日	月間活動予定時間	37:20
-------	-----	----------	-------

5月 計画

別紙 4

令和6年度(2024年度)

5月

活動計画

【サッカー部】

通常練習の活動場所【 八代高校グラウンド 】

日	曜	学校行事等	練習内容等 (公式戦・練習試合等)	場所	活動時間			日計	週計
1	水		○	○	16:00	~	18:15	2:15	4:30
2	木		○	○	16:00	~	18:15	2:15	
3	金	憲法記念日	リーグ戦(第一高校)	○		~			
4	土	みどりの日	休			~			
5	日	こどもの日	天草遠征	五和グラウンド		~			
6	月	振替休日	天草遠征	帯北発電所サッカーグラウンド		~			4:00
7	火	振替休業日	休			~			
8	水		○	○	16:00	~	17:00	1:00	
9	木		○	○	16:00	~	17:00	1:00	
10	金		○	○	16:00	~	17:00	1:00	
11	土	PTA総会	○	○	13:00	~	14:00	1:00	2:00
12	日		休			~			
13	月		休			~			
14	火	中間考査	休			~			
15	水	中間考査	休			~			
16	木	中間考査	休			~			8:00
17	金	中間考査	○	○	14:00	~	16:00	2:00	
18	土		リーグ戦(矢部高校)	矢部高校グラウンド		~			
19	日		休			~			
20	月		○	○	16:00	~	18:00	2:00	
21	火		休			~			6:00
22	水		○	○	16:00	~	18:00	2:00	
23	木		○	○	16:00	~	18:00	2:00	
24	金		○	○	16:00	~	18:00	2:00	
25	土		高校総体(1回戦)	未定		~			
26	日		高校総体(2回戦)	未定		~			6:00
27	月		○	○	16:00	~	18:00	2:00	
28	火		休			~			
29	水		○	○	16:00	~	18:00	2:00	
30	木		○	○	16:00	~	18:00	2:00	
31	金		高校総体(3回戦)	未定		~			

休養日計画	10日	月間活動予定時間	24:30
-------	-----	----------	-------

【記入上の留意点】

- ・記入は、別紙「記入例」を参考にすること。
- ・通常の練習は、練習内容等の欄に「○」と記入すること。
- ・休養日は、練習内容等の欄に「休」と記入すること。
- ・場所の欄の記入について、上記の「通常練習の活動場所」での練習は、「○」と記入し、それ以外の活動場所については、簡潔に記入すること。
- ・活動時間は、通常の練習のみ記入し、練習試合や大会等の時間は記入しないこと。
- ・「日計」及び「週計」は自動計算となっている。

5月 計画

別紙 4

令和6年度(2024年度)

5月

活動計画

【陸上競技部】

通常練習の活動場所【学校・県南】

日	曜	学校行事等	練習内容等 (公式戦・練習試合等)	場所	活動時間			日計	週計
						～			
1	水		○	○	15:50	～	18:30	2:40	0:40
2	木		休			～			
3	金	憲法記念日	天草選手権	あましんスタジアム	8:00	～	19:00	11:00	
4	土	みどりの日	天草・熊本市選手権	あましんスタジアム えがお健康スタジアム	8:00	～	19:00	11:00	
5	日	こどもの日	休			～			
6	月	振替休日	○	県南	15:50	～	18:00	2:10	7:10
7	火	振替休業日	○	県南	9:00	～	10:00	1:00	
8	水		○	○	15:30	～	16:30	1:00	
9	木		○	○	15:30	～	16:30	1:00	
10	金		○	○	16:30	～	17:30	1:00	
11	土	PTA総会	○	県南	14:00	～	15:00	1:00	6:30
12	日		休			～			
13	月		○	県南	15:30	～	16:30	1:00	
14	火	中間考査	休			～			
15	水	中間考査	休			～			
16	木	中間考査	休			～			11:20
17	金	中間考査	○	○	14:00	～	16:30	2:30	
18	土		八代記録会	県南	9:00	～	12:00	3:00	
19	日		休			～			
20	月		○	県南	16:00	～	18:30	2:30	
21	火		○	○	16:50	～	18:30	1:40	17:40
22	水		休			～			
23	木		○	○	16:00	～	18:30	2:30	
24	金		○	○	16:50	～	18:30	1:40	
25	土		○	県南	9:00	～	12:00	3:00	
26	日		休			～			17:40
27	月		○	県南	16:00	～	18:30	2:30	
28	火		○	○	16:50	～	18:30	1:40	
29	水		休			～			
30	木		○	県南	16:00	～	18:30	2:30	
31	金	高校総体	○	えがお健康スタジアム	8:00	～	19:00	11:00	

休養日計画	10日	月間活動予定時間	67:20
-------	-----	----------	-------

【記入上の留意点】

- ・記入は、別紙「記入例」を参考にすること。
- ・通常の練習は、練習内容等の欄に「○」と記入すること。
- ・休養日は、練習内容等の欄に「休」と記入すること。
- ・場所の欄の記入について、上記の「通常練習の活動場所」での練習は、「○」と記入し、それ以外の活動場所については、簡潔に記入すること。
- ・活動時間は、通常の練習のみ記入し、練習試合や大会等の時間は記入しないこと。
- ・「日計」及び「週計」は自動計算となっている。

5月 計画

別紙 4

令和6年度(2024年度)

5月

活動計画

【男子ソフトテニス部】

通常練習の活動場所【 本校テニスコート 】

日	曜	学校行事等	練習内容等 (公式戦・練習試合等)	場所	活動時間			日計	週計
1	水		○	○	16:30	~	18:00	1:30	6:00
2	木		○	○	16:30	~	18:00	1:30	
3	金	憲法記念日	春季学校対抗	玉名市		~			
4	土	みどりの日	○	○	8:00	~	11:00	3:00	
5	日	こどもの日				~			
6	月	振替休日	2部練習	○	8:00	~	16:00	8:00	11:00
7	火	振替休業日				~			
8	水		○	○	16:30	~	17:30	1:00	
9	木		○	○	16:30	~	17:30	1:00	
10	金		○	○	16:30	~	17:30	1:00	
11	土	PTA総会	国体予選(県予選)	熊本市運動公園メインコート		~			5:30
12	日					~			
13	月					~			
14	火	中間考査				~			
15	水	中間考査				~			
16	木	中間考査				~			13:00
17	金	中間考査	○	○	13:30	~	16:00	2:30	
18	土		○	○	8:00	~	11:00	3:00	
19	日					~			
20	月		○	○	16:30	~	19:00	2:30	
21	火		○	○	16:30	~	19:00	2:30	10:00
22	水		○	○	16:30	~	19:00	2:30	
23	木					~			
24	金		○	○	16:30	~	19:00	2:30	
25	土		○	○	8:00	~	11:00	3:00	
26	日		高校総体(団体戦)	熊本市運動公園メインコート		~			10:00
27	月		○	○	16:30	~	19:00	2:30	
28	火		○	○	16:30	~	19:00	2:30	
29	水		○	○	16:30	~	19:00	2:30	
30	木		○	○	16:30	~	19:00	2:30	
31	金		高校総体(個人戦)	熊本市運動公園メインコート		~			

休養日計画	日	月間活動予定時間	45:30
-------	---	----------	-------

5月 計画

別紙 4

令和6年度(2024年度)

5月

活動計画

【女子ソフトテニス部】

通常練習の活動場所【 本校テニスコート 】

日	曜	学校行事等	練習内容等 (公式戦・練習試合等)	場所	活動時間			日計	週計
1	水		○	○	16:30	~	18:00	1:30	9:00
2	木		○	○	16:30	~	18:00	1:30	
3	金	憲法記念日	○	○	8:00	~	11:00	3:00	
4	土	みどりの日	○	○	8:00	~	11:00	3:00	
5	日	こどもの日	休			~			
6	月	振替休日	2部練習	○	8:00	~	16:00	8:00	11:00
7	火	振替休業日	休			~			
8	水		○	○	16:30	~	17:30	1:00	
9	木		○	○	16:30	~	17:30	1:00	
10	金		○	○	16:30	~	17:30	1:00	
11	土	PTA総会	国体予選(県予選)	熊本市運動公園メインコート		~			5:30
12	日		休			~			
13	月		休			~			
14	火	中間考査	休			~			
15	水	中間考査	休			~			
16	木	中間考査	休			~			13:00
17	金	中間考査	○	○	13:30	~	16:00	2:30	
18	土		○	○	8:00	~	11:00	3:00	
19	日		休			~			
20	月		○	○	16:30	~	19:00	2:30	
21	火		○	○	16:30	~	19:00	2:30	10:00
22	水		○	○	16:30	~	19:00	2:30	
23	木		休			~			
24	金		○	○	16:30	~	19:00	2:30	
25	土		○	○	8:00	~	11:00	3:00	
26	日		高校総体(団体戦)	熊本市運動公園メインコート		~			
27	月		○	○	16:30	~	19:00	2:30	10:00
28	火		○	○	16:30	~	19:00	2:30	
29	水		○	○	16:30	~	19:00	2:30	
30	木		○	○	16:30	~	19:00	2:30	
31	金		高校総体(個人戦)	熊本市運動公園メインコート		~			

休養日計画	9日	月間活動予定時間	48:30
-------	----	----------	-------

5月 計画

別紙 4

令和6年度(2024年度)

5月

活動計画

【 男子テニス 部】

通常練習の活動場所【 学校・鏡・千丁テニスコート 】

日	曜	学校行事等	練習内容等 (公式戦・練習試合等)	場所	活動時間			日計	週計
1	水			○	16:00	~	18:30	2:30	8:00
2	木			○	16:00	~	18:30	2:30	
3	金	憲法記念日	宇土高校主催交流大会	宇土市運動公園		~			
4	土	みどりの日		鏡	9:00	~	12:00	3:00	
5	日	こどもの日	休			~			3:00
6	月	振替休日		鏡	9:00	~	12:00	3:00	
7	火	振替休業日	休			~			
8	水		休			~			
9	木		休			~			5:00
10	金		休			~			
11	土	PTA総会	休			~			
12	日		休			~			
13	月		休			~			12:00
14	火	中間考査	休			~			
15	水	中間考査	休			~			
16	木	中間考査	休			~			
17	金	中間考査		県南	17:00	~	19:00	2:00	8:00
18	土			鏡	13:00	~	16:00	3:00	
19	日		休			~			
20	月			県南	16:00	~	18:00	2:00	
21	火		休			~			8:00
22	水			○	16:00	~	18:30	2:30	
23	木			○	16:00	~	18:30	2:30	
24	金			県南	17:00	~	19:00	2:00	
25	土			鏡	13:00	~	16:00	3:00	8:00
26	日		休			~			
27	月			県南	16:00	~	18:00	2:00	
28	火		休			~			
29	水			県南	16:00	~	18:00	2:00	8:00
30	木			県南	16:00	~	18:00	2:00	
31	金			県南	17:00	~	19:00	2:00	

休養日計画	15日	月間活動予定時間	36:00
-------	-----	----------	-------

【記入上の留意点】

- ・記入は、別紙「記入例」を参考にすること。
- ・通常の練習は、練習内容等の欄に「○」と記入すること。
- ・休養日は、練習内容等の欄に「休」と記入すること。
- ・場所の欄の記入について、上記の「通常練習の活動場所」での練習は、「○」と記入し、それ以外の活動場所については、簡潔に記入すること。
- ・活動時間は、通常の練習のみ記入し、練習試合や大会等の時間は記入しないこと。
- ・「日計」及び「週計」は自動計算となっている。

5月 計画

別紙 4

令和6年度(2024年度)

5月

活動計画

【テニス部】

通常練習の活動場所【 学校/コミュニティ/鏡/千丁 】

日	曜	学校行事等	練習内容等 (公式戦・練習試合等)	場所	活動時間			日計	週計
1	水		○	コミュニティ	16:00	~	18:00	2:00	6:00
2	木		○	コミュニティ	16:00	~	18:00	2:00	
3	金	憲法記念日	交流大会	宇土市運動公園		~			
4	土	みどりの日	○	千丁	9:00	~	11:00	2:00	
5	日	こどもの日	休			~			
6	月	振替休日	休			~			2:00
7	火	振替休業日	休			~			
8	水		○	○	16:00	~	17:00	1:00	
9	木		休			~			
10	金		○	○	16:00	~	17:00	1:00	
11	土	PTA総会	休			~			4:00
12	日		休			~			
13	月		休			~			
14	火	中間考査	休			~			
15	水	中間考査	休			~			
16	木	中間考査	休			~			10:00
17	金	中間考査	○	コミュニティ	15:00	~	17:00	2:00	
18	土		○	千丁	9:00	~	11:00	2:00	
19	日		休			~			
20	月		○	コミュニティ	16:00	~	18:00	2:00	
21	火		○	コミュニティ	16:00	~	18:00	2:00	6:00
22	水		○	コミュニティ	16:00	~	18:00	2:00	
23	木		○	コミュニティ	16:00	~	18:00	2:00	
24	金		○	コミュニティ	16:00	~	18:00	2:00	
25	土		★高校総体(1日目)	未定		~			
26	日		★高校総体(2日目)	未定		~			
27	月		休			~			6:00
28	火		○	コミュニティ	16:00	~	18:00	2:00	
29	水		○	コミュニティ	16:00	~	18:00	2:00	
30	木		休			~			
31	金		○	コミュニティ	16:00	~	18:00	2:00	

休養日計画	13日	月間活動予定時間	28:00
-------	-----	----------	-------

【記入上の留意点】

- ・記入は、別紙「記入例」を参考にすること。
- ・通常の練習は、練習内容等の欄に「○」と記入すること。
- ・休養日は、練習内容等の欄に「休」と記入すること。
- ・場所の欄の記入について、上記の「通常練習の活動場所」での練習は、「○」と記入し、それ以外の活動場所については、簡潔に記入すること。
- ・活動時間は、通常の練習のみ記入し、練習試合や大会等の時間は記入しないこと。
- ・「日計」及び「週計」は自動計算となっている。

5月 計画

別紙 4

令和6年度(2024年度)

5月

活動計画

【男子バスケットボール部】

通常練習の活動場所【 第一体育館 】

日	曜	学校行事等	練習内容等 (公式戦・練習試合等)	場所	活動時間			日計	週計
1	水		○	○	16:00	~	18:00	2:00	7:00
2	木		○	総合体育館小アリーナ	16:00	~	18:00	2:00	
3	金	憲法記念日	○	○	11:00	~	14:00	3:00	
4	土	みどりの日	○	鏡体育館		~			
5	日	こどもの日	○	○		~			
6	月	振替休日	休			~			2:00
7	火	振替休業日	休			~			
8	水		○	○	16:30	~	17:30	1:00	
9	木		○	○	15:30	~	16:30	1:00	
10	金		休			~			
11	土	PTA総会	休			~			5:30
12	日		休			~			
13	月		休			~			
14	火	中間考査	休			~			
15	水	中間考査	休			~			
16	木	中間考査	休			~			9:00
17	金	中間考査	○	○	13:20	~	15:50	2:30	
18	土		休			~			
19	日		○	○	8:00	~	11:00	3:00	
20	月		○	○	16:00	~	18:00	2:00	
21	火		休			~			6:00
22	水		○	○	16:00	~	18:00	2:00	
23	木		○	総合体育館小アリーナ	16:00	~	18:00	2:00	
24	金		休			~			
25	土		休			~			
26	日		○	○	8:00	~	11:00	3:00	6:00
27	月		○	○	16:00	~	18:00	2:00	
28	火		休			~			
29	水		○	○	16:00	~	18:00	2:00	
30	木		○	○	16:00	~	18:00	2:00	
31	金		休			~			

休養日計画	15日	月間活動予定時間	29:30
-------	-----	----------	-------

【記入上の留意点】

- ・記入は、別紙「記入例」を参考にすること。
- ・通常の練習は、練習内容等の欄に「○」と記入すること。
- ・休養日は、練習内容等の欄に「休」と記入すること。
- ・場所の欄の記入について、上記の「通常練習の活動場所」での練習は、「○」と記入し、それ以外の活動場所については、簡潔に記入すること。
- ・活動時間は、通常の練習のみ記入し、練習試合や大会等の時間は記入しないこと。
- ・「日計」及び「週計」は自動計算となっている。

5月 計画

別紙 4

令和6年度(2024年度)

5月

活動計画

【女子バスケットボール部】

通常練習の活動場所【 第一体育館 】

日	曜	学校行事等	練習内容等 (公式戦・練習試合等)	場所	活動時間			日計	週計
1	水		○	総合体育館小アリーナ	16:00	~	18:00	2:00	7:00
2	木		○	○	16:00	~	18:00	2:00	
3	金	憲法記念日	○	○	11:00	~	14:00	3:00	
4	土	みどりの日	○	鏡体育館		~			
5	日	こどもの日	○	○		~			
6	月	振替休日	休			~			2:00
7	火	振替休業日	休			~			
8	水		○	○	16:30	~	17:30	1:00	
9	木		○	○	15:30	~	16:30	1:00	
10	金		休			~			
11	土	PTA総会	休			~			5:30
12	日		休			~			
13	月		休			~			
14	火	中間考査	休			~			
15	水	中間考査	休			~			
16	木	中間考査	休			~			9:00
17	金	中間考査	○	○	13:20	~	15:50	2:30	
18	土		休			~			
19	日		○	○	8:00	~	11:00	3:00	
20	月		○	○	16:00	~	18:00	2:00	
21	火		休			~			6:00
22	水		○	総合体育館小アリーナ	16:00	~	18:00	2:00	
23	木		○	○	16:00	~	18:00	2:00	
24	金		休			~			
25	土		休			~			
26	日		○	○	8:00	~	11:00	3:00	6:00
27	月		○	○	16:00	~	18:00	2:00	
28	火		休			~			
29	水		○	○	16:00	~	18:00	2:00	
30	木		○	○	16:00	~	18:00	2:00	
31	金		休			~			

休養日計画	15日	月間活動予定時間	29:30
-------	-----	----------	-------

【記入上の留意点】

- ・記入は、別紙「記入例」を参考にすること。
- ・通常の練習は、練習内容等の欄に「○」と記入すること。
- ・休養日は、練習内容等の欄に「休」と記入すること。
- ・場所の欄の記入について、上記の「通常練習の活動場所」での練習は、「○」と記入し、それ以外の活動場所については、簡潔に記入すること。
- ・活動時間は、通常の練習のみ記入し、練習試合や大会等の時間は記入しないこと。
- ・「日計」及び「週計」は自動計算となっている。

5月 計画

別紙 4

令和6年度(2024年度)

5月

活動計画

【男子バレーボール部】

通常練習の活動場所【 第1体育館 】

日	曜	学校行事等	練習内容等 (公式戦・練習試合等)	場所	活動時間			日計	週計
1	水		休			~		2:50	
2	木		○	○	15:40	~ 18:30	2:50		
3	金	憲法記念日	練習試合	水俣		~			
4	土	みどりの日	練習試合	水俣		~			
5	日	こどもの日	練習試合	第一高校(予定)		~			
6	月	振替休日	休			~		2:00	
7	火	振替休業日	休			~			
8	水		休			~			
9	木		○	○	15:40	~ 16:40	1:00		
10	金		○	○	16:40	~ 17:40	1:00		
11	土	PTA総会	休			~		3:50	
12	日		休			~			
13	月		○	○	15:40	~ 16:40	1:00		
14	火	中間考査	休			~			
15	水	中間考査	休			~			
16	木	中間考査	休			~		9:20	
17	金	中間考査	○	○	13:00	~ 15:50	2:50		
18	土		練習試合(予定)			~			
19	日		練習試合(予定)			~			
20	月		○	○	15:40	~ 18:30	2:50		
21	火		○	○	16:40	~ 18:30	1:50	10:00	
22	水		休			~			
23	木		○	○	15:40	~ 18:30	2:50		
24	金		○	○	16:40	~ 18:30	1:50		
25	土		練習試合(予定)			~			
26	日		練習試合(予定)			~		10:00	
27	月		○	○	15:40	~ 18:30	2:50		
28	火		○	○	16:40	~ 18:30	1:50		
29	水		休			~			
30	木		○	○	15:40	~ 18:30	2:50		
31	金		○	○	13:00	~ 15:30	2:30		

休養日計画	11日	月間活動予定時間	28:00
-------	-----	----------	-------

【記入上の留意点】

- ・記入は、別紙「記入例」を参考にすること。
- ・通常の練習は、練習内容等の欄に「○」と記入すること。
- ・休養日は、練習内容等の欄に「休」と記入すること。
- ・場所の欄の記入について、上記の「通常練習の活動場所」での練習は、「○」と記入し、それ以外の活動場所については、簡潔に記入すること。
- ・活動時間は、通常の練習のみ記入し、練習試合や大会等の時間は記入しないこと。
- ・「日計」及び「週計」は自動計算となっている。

5月 計画

別紙 4

令和6年度(2024年度)

5月

活動計画

【女子バレーボール部】

通常練習の活動場所【 第1体育館 】

日	曜	学校行事等	練習内容等 (公式戦・練習試合等)	場所	活動時間		日計	週計
1	水		休			~		2:50
2	木		○	○	15:40	~ 18:30	2:50	
3	金	憲法記念日	がんばろう杯	玉名市内体育館		~		
4	土	みどりの日	がんばろう杯	玉名市内体育館		~		
5	日	こどもの日	がんばろう杯	玉名市内体育館		~		
6	月	振替休日	休			~		5:00
7	火	振替休業日	○	○	8:00	~ 11:00	3:00	
8	水		休			~		
9	木		○	○	16:00	~ 17:00	1:00	
10	金		○	○	17:00	~ 18:00	1:00	
11	土	PTA総会	調整中	○		~		3:50
12	日		休			~		
13	月		○	○	16:00	~ 17:00	1:00	
14	火	中間考査	休			~		
15	水	中間考査	休			~		
16	木	中間考査	休			~		9:30
17	金	中間考査	○	○	13:00	~ 15:50	2:50	
18	土		練習試合(vs宮崎第一等)	宮崎第一高校		~		
19	日		練習試合(vs宮崎第一等)	宮崎第一高校		~		
20	月		休			~		
21	火		○	○	16:40	~ 18:30	1:50	9:30
22	水		休			~		
23	木		○	○	15:40	~ 18:30	2:50	
24	金		○	○	16:40	~ 18:30	1:50	
25	土		○	○	8:00	~ 11:00	3:00	
26	日		練習試合(予定)			~		9:30
27	月		○	○	15:40	~ 18:30	2:50	
28	火		○	○	16:40	~ 18:30	1:50	
29	水		休			~		
30	木		○	○	15:40	~ 18:30	2:50	
31	金		高校総体(1回戦)	○	13:00	~ 15:00	2:00	

休養日計画	10日	月間活動予定時間	30:40
-------	-----	----------	-------

5月 計画

別紙 4

令和6年度(2024年度)

5月

活動計画

【水泳部】

通常練習の活動場所【 トレーニングルーム 】

日	曜	学校行事等	練習内容等 (公式戦・練習試合等)	場所	活動時間			日計	週計
1	水					~			0:00
2	木					~			
3	金	憲法記念日				~			
4	土	みどりの日				~			
5	日	こどもの日				~			
6	月	振替休日				~			0:00
7	火	振替休業日				~			
8	水					~			
9	木					~			
10	金					~			
11	土	PTA総会				~			0:00
12	日					~			
13	月					~			
14	火	中間考査				~			
15	水	中間考査				~			
16	木	中間考査				~			0:00
17	金	中間考査				~			
18	土					~			
19	日					~			
20	月					~			
21	火					~			1:00
22	水					~			
23	木		○	○	16:30	~	17:30	1:00	
24	金					~			
25	土					~			
26	日					~			2:00
27	月					~			
28	火					~			
29	水					~			
30	木		○	○	16:30	~	17:30	1:00	
31	金		○	○	16:30	~	17:30	1:00	

休養日計画	日	月間活動予定時間	3:00
-------	---	----------	------

【記入上の留意点】

- ・記入は、別紙「記入例」を参考にすること。
- ・通常の練習は、練習内容等の欄に「○」と記入すること。
- ・休養日は、練習内容等の欄に「休」と記入すること。
- ・場所の欄の記入について、上記の「通常練習の活動場所」での練習は、「○」と記入し、それ以外の活動場所については、簡潔に記入すること。
- ・活動時間は、通常の練習のみ記入し、練習試合や大会等の時間は記入しないこと。
- ・「日計」及び「週計」は自動計算となっている。

5月 計画

別紙 4

令和6年度(2024年度)

5月

活動計画

【柔道部】

通常練習の活動場所【他校での練習 本校での場合は別途計画】

日	曜	学校行事等	練習内容等 (公式戦・練習試合等)	場所	活動時間	日計	週計
1	水				~		0:00
2	木				~		
3	金	憲法記念日			~		
4	土	みどりの日			~		
5	日	こどもの日			~		
6	月	振替休日			~		0:00
7	火	振替休業日			~		
8	水				~		
9	木				~		
10	金				~		
11	土	PTA総会			~		0:00
12	日				~		
13	月				~		
14	火	中間考査			~		
15	水	中間考査			~		
16	木	中間考査			~		0:00
17	金	中間考査			~		
18	土				~		
19	日				~		
20	月				~		
21	火				~		
22	水				~		
23	木				~		
24	金				~		
25	土				~		0:00
26	日				~		
27	月				~		
28	火				~		
29	水				~		
30	木				~		0:00
31	金				~		

休養日計画	日	月間活動予定時間	0:00
-------	---	----------	------

【記入上の留意点】

- ・記入は、別紙「記入例」を参考にすること。
- ・通常の練習は、練習内容等の欄に「○」と記入すること。
- ・休養日は、練習内容等の欄に「休」と記入すること。
- ・場所の欄の記入について、上記の「通常練習の活動場所」での練習は、「○」と記入し、それ以外の活動場所については、簡潔に記入すること。
- ・活動時間は、通常の練習のみ記入し、練習試合や大会等の時間は記入しないこと。
- ・「日計」及び「週計」は自動計算となっている。

5月 計画

別紙 4

令和6年度(2024年度)

5月

活動計画

【剣道部】

通常練習の活動場所【 本校剣道場 】

日	曜	学校行事等	練習内容等 (公式戦・練習試合等)	場所	活動時間			日計	週計
1	水		○	○	15:45	~	18:30	2:45	5:30
2	木		○	○	15:45	~	18:30	2:45	
3	金	憲法記念日	錬成会	松高小		~			
4	土	みどりの日	錬成会	誠修高校		~			
5	日	こどもの日	錬成会	誠修高校		~			
6	月	振替休日	休	休		~			4:00
7	火	振替休業日	休	休		~			
8	水		○	○	15:30	~	16:30	1:00	
9	木		○	○	15:30	~	16:30	1:00	
10	金		○	○	15:30	~	16:30	1:00	
11	土	PTA総会	○	○	14:00	~	15:00	1:00	7:30
12	日		休	休		~			
13	月		○	○	15:30	~	16:30	1:00	
14	火	中間考査	休			~			
15	水	中間考査	休			~			
16	木	中間考査	休			~			12:30
17	金	中間考査	○	○	13:30	~	16:30	3:00	
18	土		休	休		~			
19	日		○	○	8:30	~	12:00	3:30	
20	月		○	○	15:45	~	18:30	2:45	
21	火		○	○	16:45	~	18:30	1:45	9:30
22	水		○	○		~			
23	木		○	○	15:45	~	18:30	2:45	
24	金		○	○	16:45	~	18:30	1:45	
25	土		○	○	8:30	~	12:00	3:30	
26	日		休	休		~			9:30
27	月		○	○	15:45	~	18:30	2:45	
28	火		○	○	16:45	~	18:30	1:45	
29	水		○	○	15:45	~	18:30	2:45	
30	木		○	○	15:45	~	18:00	2:15	
31	金		高校総体個人戦	菊陽町		~			

休養日計画	8日	月間活動予定時間	39:00
-------	----	----------	-------

【記入上の留意点】

- ・記入は、別紙「記入例」を参考にすること。
- ・通常の練習は、練習内容等の欄に「○」と記入すること。
- ・休養日は、練習内容等の欄に「休」と記入すること。
- ・場所の欄の記入について、上記の「通常練習の活動場所」での練習は、「○」と記入し、それ以外の活動場所については、簡潔に記入すること。
- ・活動時間は、通常の練習のみ記入し、練習試合や大会等の時間は記入しないこと。
- ・「日計」及び「週計」は自動計算となっている。

5月 計画

別紙 4

令和6年度(2024年度)

5月

活動計画

【 空手道 部】

通常練習の活動場所【 トレーニングルーム 】

日	曜	学校行事等	練習内容等 (公式戦・練習試合等)	場所	活動時間			日計	週計
1	水		○	○	16:00	~	18:00	2:00	2:00
2	木					~			
3	金	憲法記念日				~			
4	土	みどりの日				~			
5	日	こどもの日				~			
6	月	振替休日	練習試合	秀学館高校	9:00	~	12:00	3:00	3:00
7	火	振替休業日				~			
8	水					~			
9	木					~			
10	金					~			
11	土	PTA総会				~			0:00
12	日					~			
13	月					~			
14	火	中間考査				~			
15	水	中間考査				~			
16	木	中間考査				~			6:00
17	金	中間考査				~			
18	土					~			
19	日					~			
20	月		○	○	16:00	~	18:00	2:00	
21	火					~			4:00
22	水		○	○	16:00	~	18:00	2:00	
23	木					~			
24	金		○	○	16:00	~	18:00	2:00	
25	土					~			
26	日					~			4:00
27	月		○	○	16:00	~	18:00	2:00	
28	火					~			
29	水		○	○	16:00	~	18:00	2:00	
30	木					~			
31	金					~			

休養日計画	日	月間活動予定時間	15:00
-------	---	----------	-------

【記入上の留意点】

- ・記入は、別紙「記入例」を参考にすること。
- ・通常の練習は、練習内容等の欄に「○」と記入すること。
- ・休養日は、練習内容等の欄に「休」と記入すること。
- ・場所の欄の記入について、上記の「通常練習の活動場所」での練習は、「○」と記入し、それ以外の活動場所については、簡潔に記入すること。
- ・活動時間は、通常の練習のみ記入し、練習試合や大会等の時間は記入しないこと。
- ・「日計」及び「週計」は自動計算となっている。

5月 計画

別紙 4

令和6年度(2024年度)

5月

活動計画

【卓球(男子)部】

通常練習の活動場所【 第一体育館 】

日	曜	学校行事等	練習内容等 (公式戦・練習試合等)	場所	活動時間			日計	週計
1	水		○	○	16:30	~	18:30	2:00	8:00
2	木		休			~			
3	金	憲法記念日	○	○	8:00	~	11:00	3:00	
4	土	みどりの日	○	○	11:00	~	14:00	3:00	
5	日	こどもの日	休			~			
6	月	振替休日	○	○	8:00	~	11:00	3:00	6:00
7	火	振替休業日	○	○	11:00	~	14:00	3:00	
8	水		休			~			
9	木		休			~			
10	金		休			~			
11	土	PTA総会	休			~			3:00
12	日		休			~			
13	月		休			~			
14	火	中間考査	休			~			
15	水	中間考査	休			~			
16	木	中間考査	休			~			9:00
17	金	中間考査	休			~			
18	土		○	○	8:00	~	11:00	3:00	
19	日		休			~			
20	月		休			~			
21	火		○	○	16:30	~	18:30	2:00	6:00
22	水		○	○	16:30	~	18:30	2:00	
23	木		休			~			
24	金		○	○	16:30	~	18:30	2:00	
25	土		○	○	11:00	~	14:00	3:00	
26	日		休			~			6:00
27	月		休			~			
28	火		○	○	16:30	~	18:30	2:00	
29	水		○	○	16:30	~	18:30	2:00	
30	木		休			~			
31	金		○	○	16:30	~	18:30	2:00	

休養日計画	18日	月間活動予定時間	32:00
-------	-----	----------	-------

【記入上の留意点】

- ・記入は、別紙「記入例」を参考にすること。
- ・通常の練習は、練習内容等の欄に「○」と記入すること。
- ・休養日は、練習内容等の欄に「休」と記入すること。
- ・場所の欄の記入について、上記の「通常練習の活動場所」での練習は、「○」と記入し、それ以外の活動場所については、簡潔に記入すること。
- ・活動時間は、通常の練習のみ記入し、練習試合や大会等の時間は記入しないこと。
- ・「日計」及び「週計」は自動計算となっている。

5月 計画

別紙 4

令和6年度(2024年度)

5月

活動計画

【卓球(女子)部】

通常練習の活動場所【 第一体育館 】

日	曜	学校行事等	練習内容等 (公式戦・練習試合等)	場所	活動時間			日計	週計
1	水		○	○	16:30	~	18:30	2:00	5:00
2	木		休			~			
3	金	憲法記念日	○	○	8:00	~	11:00	3:00	
4	土	みどりの日	休			~			
5	日	こどもの日	休			~			
6	月	振替休日	○	○	8:00	~	11:00	3:00	3:00
7	火	振替休業日	休			~			
8	水		休			~			
9	木		休			~			
10	金		休			~			
11	土	PTA総会	休			~			3:00
12	日		休			~			
13	月		休			~			
14	火	中間考査	休			~			
15	水	中間考査	休			~			
16	木	中間考査	休			~			3:00
17	金	中間考査	休			~			
18	土		○	○	8:00	~	11:00	3:00	
19	日		休			~			
20	月		休			~			
21	火		○	○	16:30	~	18:30	2:00	9:00
22	水		○	○	16:30	~	18:30	2:00	
23	木		休			~			
24	金		○	○	16:30	~	18:30	2:00	
25	土		○	○	11:00	~	14:00	3:00	
26	日		休			~			6:00
27	月		休			~			
28	火		○	○	16:30	~	18:30	2:00	
29	水		○	○	16:30	~	18:30	2:00	
30	木		休			~			
31	金		○	○	16:30	~	18:30	2:00	

休養日計画	20日	月間活動予定時間	26:00
-------	-----	----------	-------

【記入上の留意点】

- ・記入は、別紙「記入例」を参考にすること。
- ・通常の練習は、練習内容等の欄に「○」と記入すること。
- ・休養日は、練習内容等の欄に「休」と記入すること。
- ・場所の欄の記入について、上記の「通常練習の活動場所」での練習は、「○」と記入し、それ以外の活動場所については、簡潔に記入すること。
- ・活動時間は、通常の練習のみ記入し、練習試合や大会等の時間は記入しないこと。
- ・「日計」及び「週計」は自動計算となっている。

5月 計画

別紙 4

令和6年度(2024年度)

5月

活動計画

【 男子バドミントン部】

通常練習の活動場所【

第一体育館

】

日	曜	学校行事等	練習内容等 (公式戦・練習試合等)	場所	活動時間			日計	週計
1	水		○	○	16:00	~	18:30	2:30	8:30
2	木		休			~			
3	金	憲法記念日	○	○	8:00	~	11:00	3:00	
4	土	みどりの日	○	○	11:00	~	14:00	3:00	
5	日	こどもの日	休			~			
6	月	振替休日	○	○	8:00	~	11:00	3:00	5:00
7	火	振替休業日	休			~			
8	水		○	○	15:30	~	16:30	1:00	
9	木		休			~			
10	金		○	○	16:30	~	17:30	1:00	
11	土	PTA総会	休			~			4:00
12	日		休			~			
13	月		○	○	15:30	~	16:30	1:00	
14	火	中間考査	休			~			
15	水	中間考査	休			~			
16	木	中間考査	休			~			6:30
17	金	中間考査	休			~			
18	土		○	○	8:00	~	11:00	3:00	
19	日		休			~			
20	月		休			~			
21	火		○	○	16:30	~	18:30	2:00	6:50
22	水		○	○	16:00	~	18:30	2:30	
23	木		休			~			
24	金		○	○	16:30	~	18:30	2:00	
25	土		★総体ダブルス	熊本県立総合体育館		~			
26	日		★総体シングルス	熊本県立総合体育館		~			
27	月		休			~			6:50
28	火		○	○	16:30	~	18:30	2:00	
29	水		○	○	16:00	~	18:30	2:30	
30	木		○	要確認	15:40	~	18:00	2:20	
31	金		★総体団体	大津町総合体育館		~			

休養日計画	14日	月間活動予定時間	30:50
-------	-----	----------	-------

【記入上の留意点】

- ・記入は、別紙「記入例」を参考にすること。
- ・通常の練習は、練習内容等の欄に「○」と記入すること。
- ・休養日は、練習内容等の欄に「休」と記入すること。
- ・場所の欄の記入について、上記の「通常練習の活動場所」での練習は、「○」と記入し、それ以外の活動場所については、簡潔に記入すること。
- ・活動時間は、通常の練習のみ記入し、練習試合や大会等の時間は記入しないこと。
- ・「日計」及び「週計」は自動計算となっている。

5月 計画

別紙 4

令和6年度(2024年度)

5月

活動計画

【 女子バドミントン 部】

通常練習の活動場所【 第一体育館 】

日	曜	学校行事等	練習内容等 (公式戦・練習試合等)	場所	活動時間			日計	週計
1	水		○	○	15:40	~	18:30	2:50	8:50
2	木		休			~			
3	金	憲法記念日	○	○	8:00	~	11:00	3:00	
4	土	みどりの日	○	○	11:00	~	14:00	3:00	
5	日	こどもの日	休			~			
6	月	振替休日	○	○	8:00	~	11:00	3:00	5:00
7	火	振替休業日	休			~			
8	水		○	○	15:40	~	16:40	1:00	
9	木		休			~			
10	金		○	○	16:40	~	17:40	1:00	
11	土	PTA総会	休			~			4:00
12	日		休			~			
13	月		○	○	15:40	~	16:40	1:00	
14	火	中間考査	休			~			
15	水	中間考査	休			~			
16	木	中間考査	休			~			6:30
17	金	中間考査	休			~			
18	土		○	○	8:00	~	11:00	3:00	
19	日		休			~			
20	月		休			~			
21	火		○	○	16:40	~	18:30	1:50	7:00
22	水		○	○	15:40	~	18:30	2:50	
23	木		休			~			
24	金		○	○	16:40	~	18:30	1:50	
25	土		高校総体ダブルス	山鹿市総合体育館		~			
26	日		高校総体シングルス	山鹿市総合体育館		~			
27	月		休			~			7:00
28	火		○	○	16:40	~	18:30	1:50	
29	水		○	○	15:40	~	18:30	2:50	
30	木		○	第二体育館	15:40	~	18:00	2:20	
31	金		高校総体団体戦	益城町総合体育館		~			

休養日計画	14日	月間活動予定時間	31:20
-------	-----	----------	-------

【記入上の留意点】

- ・記入は、別紙「記入例」を参考にすること。
- ・通常の練習は、練習内容等の欄に「○」と記入すること。
- ・休養日は、練習内容等の欄に「休」と記入すること。
- ・場所の欄の記入について、上記の「通常練習の活動場所」での練習は、「○」と記入し、それ以外の活動場所については、簡潔に記入すること。
- ・活動時間は、通常の練習のみ記入し、練習試合や大会等の時間は記入しないこと。
- ・「日計」及び「週計」は自動計算となっている。

5月 計画

別紙 4

令和6年度(2024年度)

5月

活動計画

【 弓道部 】

通常練習の活動場所【 本校弓道場 】

日	曜	学校行事等	練習内容等 (公式戦・練習試合等)	場所	活動時間			日計	週計
1	水		○	○	16:30	~	18:30	2:00	7:00
2	木		○	○	16:30	~	18:30	2:00	
3	金	憲法記念日	休	休		~			
4	土	みどりの日	休	休		~			
5	日	こどもの日	○(城南大会出場者のみ)	○	9:00	~	12:00	3:00	
6	月	振替休日	★城南地区弓道錬成大会	八代市弓道場		~			4:00
7	火	振替休業日	休	休		~			
8	水	考査1週間前	○(総体出場者のみ)	○	16:30	~	17:30	1:00	
9	木		○(総体出場者のみ)	○	16:30	~	17:30	1:00	
10	金		○(総体出場者のみ)	○	16:30	~	17:30	1:00	
11	土	PTA総会	○(昇段審査出場者のみ)	八代市弓道場	14:00	~	15:00	1:00	5:00
12	日		★昇段審査	八代市弓道場		~			
13	月		休	休		~			
14	火	中間考査	休			~			
15	水	中間考査	休			~			
16	木	中間考査	休			~			10:00
17	金	中間考査	○	○	13:30	~	15:30	2:00	
18	土		○(俣島先生)	八代市弓道場	14:00	~	17:00	3:00	
19	日		休	休		~			
20	月		○俣島先生	八代市弓道場	16:30	~	18:30	2:00	
21	火		○俣島先生	○	16:30	~	18:30	2:00	10:00
22	水		○俣島先生(総体出場者のみ)	○	16:30	~	18:30	2:00	
23	木		○俣島先生	○	16:30	~	18:30	2:00	
24	金		○俣島先生	○	16:30	~	18:30	2:00	
25	土		★高校総体個人戦	八代市弓道場		~			
26	日		休	休		~			10:00
27	月		○俣島先生	八代市弓道場	16:30	~	18:30	2:00	
28	火		○俣島先生	○	16:30	~	18:30	2:00	
29	水		○俣島先生(総体出場者のみ)	○	16:30	~	18:30	2:00	
30	木		○俣島先生	○	16:30	~	18:30	2:00	
31	金		○俣島先生	○	16:30	~	18:30	2:00	

休養日計画	9日	月間活動予定時間	36:00
-------	----	----------	-------

【記入上の留意点】

- ・記入は、別紙「記入例」を参考にすること。
- ・通常の練習は、練習内容等の欄に「○」と記入すること。
- ・休養日は、練習内容等の欄に「休」と記入すること。
- ・場所の欄の記入について、上記の「通常練習の活動場所」での練習は、「○」と記入し、それ以外の活動場所については、簡潔に記入すること。
- ・活動時間は、通常の練習のみ記入し、練習試合や大会等の時間は記入しないこと。
- ・「日計」及び「週計」は自動計算となっている。