

1月計画

令和7年度(2025年度)

1月

活動計画

別紙4

【野球部】

通常練習の活動場所【 】

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
		高校	中学						
						~			
						~			
						~			
1	木	元日		休		~			3:30
2	金			休		~			
3	土			休		~			
4	日			○	○	8:30	~ 12:00	3:30	
5	月	建築設備点検		○	○		~		6:30
6	火	振替休業日(1/10分)		○	○		~		
7	水	運営委員会・職員会議・職員研修・学年会・建築設備点検		○	○	8:30	~ 12:00	3:30	
8	木	始業式、(高12中3)課題考査		○	○	16:00	~ 18:00	2:00	
9	金			○	○	17:00	~ 18:00	1:00	
10	土	中学校入学者選抜準備		休			~		
11	日	中学校入学者選抜実施日		休			~		
12	月	成人の日		○	○	8:30	~ 12:00	3:30	12:00
13	火	中学校入学者選抜採点日(生徒家庭学習)		休			~		
14	水			○	○	16:00	~ 18:00	2:00	
15	木	学校保健委員会⑤		○	○	16:00	~ 18:00	2:00	
16	金	2限目から登校金①③④⑤⑥⑦	生徒家庭学習	○	○	17:00	~ 18:00	1:00	
17	土	(高12)進研記述模試 大学入試共通テスト					~		
18	日	大学入試共通テスト		○	○	8:30	~ 12:00	3:30	9:00
19	月	(高3)大学入試共通テスト自己採点	中学部会	○	○	16:00	~ 18:00	2:00	
20	火	(高3)アゼンブリ		○	○	17:00	~ 18:00	1:00	
21	水	(高3)Z対策特別授業開始		○	○	16:00	~ 18:00	2:00	
22	木		中学校入学者選抜結果通知	○	○	16:00	~ 18:00	2:00	
23	金	長距離走大会(高3)最終志望校判定会	長距離走大会	○	○	16:00	~ 18:00	2:00	
24	土	(高12)ハイレベル模試					~		2:00
25	日	実用英語技能検定1次試験		○	○		~		
26	月	職員会議(高校卒業認定会)		○	○	16:00	~ 18:00	2:00	
27	火	(高3)学習激励会		休	休		~		
28	水		自治会活動	休	休		~		
29	木	職員研修(教育相談)		休	休		~		
30	金	(高3)小論文対策講座、学年末追考査		休	休		~		
31	土			休	休		~		

休養日計画	11日	月間活動予定時間	33:00
-------	-----	----------	-------

1月計画

令和7年度(2025年度)

1月

活動計画

別紙4

【 サッカー 部】

通常練習の活動場所【 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
		高校	中学						
						~			
						~			
						~			
1	木	元日		休		~			0:00
2	金			休		~			
3	土			OB会初蹴り	○	~			
4	日			ハヤカワカップ	県営八代運動公園	~			
5	月	建築設備点検		ハヤカワカップ	県営八代運動公園	~			6:00
6	火	振替休業日(1/10分)		休		~			
7	水	運営委員会・職員会議・職員研修・学年会・建築設備点検		○	○	8:30 ~ 11:00	2:30		
8	木	始業式、(高12中3)課題考査		○	○	16:00 ~ 18:00	2:00		
9	金			○	○	16:30 ~ 18:00	1:30		
10	土	中学校入学者選抜準備		★新人戦1回戦	熊本県フットボールセンター	~			
11	日	中学校入学者選抜実施日		休		~			
12	月	成人の日		練習試合(博多高校)	○	~			
13	火	中学校入学者選抜採点日(生徒家庭学習)		休		~			
14	水			○	○	16:00 ~ 18:00	2:00		
15	木	学校保健委員会⑤		○	○	16:00 ~ 18:00	2:00	5:30	
16	金	2限目から登校金①③④⑤⑥⑦	生徒家庭学習	○	○	16:30 ~ 18:00	1:30		
17	土	(高12)進研記法模試 大学入試共通テスト		★新人戦2回戦	熊本県フットボールセンター	~			
18	日	大学入試共通テスト		★新人戦3回戦	大津町運動公園多目的広場	~			
19	月	(高3)大学入試共通テスト自己採点	中学部会	○	○	16:00 ~ 18:00	2:00		
20	火	(高3)アゼンブリ		休		~			
21	水	(高3)Z対策特別授業開始		○	○	16:00 ~ 18:00	2:00		
22	木		中学校入学者選抜結果通知	○	○	16:00 ~ 18:00	2:00	6:00	
23	金	長距離走大会(高3)最終志望校判定会	長距離走大会	休		~			
24	土	(高12)ハイレベル模試		★新人戦	県民総合運動公園補助競技場	~			
25	日	実用英語技能検定1次試験		★新人戦	県民総合運動公園補助競技場	~			
26	月	職員会議(高校卒業認定会)		○	○	16:00 ~ 18:00	2:00		
27	火	(高3)学習激励会		休		~			
28	水		自治会活動	○	○	16:00 ~ 18:00	2:00		
29	木	職員研修(教育相談)		○	○	16:00 ~ 18:00	2:00	7:30	
30	金	(高3)小論文対策講座、学年末追考査		○	○	16:30 ~ 18:00	1:30		
31	土			練習試合	未定	~			

休養日計画	8日	月間活動予定時間	25:00
-------	----	----------	-------

1月計画

令和7年度(2025年度)

1月

活動計画

別紙4

【高校・陸上競技部】

通常練習の活動場所【学校グラウンド】

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
		高校	中学						
						~			
						~			
						~			
1	木	元日		休		~			0:00
2	金			休		~			
3	土			休		~			
4	日			休		~			
5	月	建築設備点検		休		~			5:50
6	火	振替休業日(1/10分)		休		~			
7	水	運営委員会・職員会議・職員研修・学年会・建築設備点検		○	○	8:30 ~ 12:00	3:30		
8	木	始業式、(高12中3)課題考査		○	○	16:00 ~ 18:20	2:20		
9	金			休		~			
10	土	中学校入学者選抜準備		熊本県高体連強化練習会	あましんスタジアム	~			
11	日	中学校入学者選抜実施日		熊本県高体連強化練習会	あましんスタジアム	~			
12	月	成人の日		熊本県高体連強化練習会	あましんスタジアム	~			
13	火	中学校入学者選抜採点日(生徒家庭学習)		休		~			8:10
14	水			○	○	15:45 ~ 18:20	2:35		
15	木	学校保健委員会⑤		○	○	15:45 ~ 18:20	2:35		
16	金	2限目から登校金①③④⑤⑥⑦	生徒家庭学習	休		~			
17	土	(高12)進研記述模試 大学入試共通テスト		○	球磨川河川敷	14:30 ~ 17:30	3:00		
18	日	大学入試共通テスト		休		~			
19	月	(高3)大学入試共通テスト自己採点	中学部会	○	○	15:45 ~ 18:20	2:35		
20	火	(高3)アゼンブリ		○	○	16:30 ~ 18:20	1:50		
21	水	(高3)大学入試対策特別授業開始		休		~			13:30
22	木		中学校入学者選抜結果通知	○	○	15:45 ~ 18:20	2:35		
23	金	長距離走大会(高3)最終志望校判定会	長距離走大会	○	県営八代	14:00 ~ 17:00	3:00		
24	土	(高12)ハイレベル模試		休		~			
25	日	実用英語技能検定1次試験		○	球磨川河川敷	8:30 ~ 12:00	3:30		
26	月	職員会議(高校卒業認定会)		○	○	15:45 ~ 18:20	2:35		
27	火	(高3)学習激励会		○	○	16:30 ~ 18:20	1:50		
28	水		自治会活動	休		~			8:50
29	木	職員研修(教育相談)		○	○	15:45 ~ 18:20	2:35		
30	金	(高3)小論文対策講座、学年末追考査		○	○	16:30 ~ 18:20	1:50		
31	土			熊本県新人駅伝競走大会	えがお健康スタジアム	~			

休養日計画	13日	月間活動予定時間	36:20
-------	-----	----------	-------

1月計画

令和7年度(2025年度)

1月

活動計画

別紙4

【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
		高校	中学						
						~			0:00
						~			
						~			
						~			
1	木	元日		休		~			0:00
2	金			休		~			
3	土			休		~			
4	日			休		~			
5	月	建築設備点検		○	○	8:30	~ 11:30	3:00	9:00
6	火	振替休業日(1/10分)		○(冬季鍛錬石段登り)	御坂遊歩道	8:30	~ 11:30	3:00	
7	水	運営委員会・職員会議・職員研修・学年会・建築設備点検		休			~		
8	木	始業式、(高12中3)課題考査		○	○	16:30	~ 18:00	1:30	
9	金			○	○	16:30	~ 18:00	1:30	
10	土	中学校入学者選抜準備		休			~		
11	日	中学校入学者選抜実施日		休			~		
12	月	成人の日		休			~		
13	火	中学校入学者選抜採点日(生徒家庭学習)		休			~		
14	水			休			~		
15	木	学校保健委員会⑤		○	○	16:30	~ 18:00	1:30	
16	金	2限目から登校金①③④⑤⑥⑦	生徒家庭学習	○	○	16:30	~ 18:00	1:30	
17	土	(高12)進研記述模試 大学入試共通テスト		休			~		
18	日	大学入試共通テスト		休			~		
19	月	(高3)大学入試共通テスト自己採点	中学部会	○	○	16:30	~ 18:00	1:30	
20	火	(高3)アゼンブリ		○	○	16:30	~ 18:00	1:30	
21	水	(高3)大学対策特別授業開始		休			~		
22	木		中学校入学者選抜結果通知	○	○	16:30	~ 18:00	1:30	
23	金	長距離走大会(高3)最終志望校判定会	長距離走大会	○	○	16:30	~ 18:00	1:30	
24	土	(高12)ハイレベル模試		○	○	8:30	~ 11:30	3:00	
25	日	実用英語技能検定1次試験		休			~		
26	月	職員会議(高校卒業認定会)		○	○	16:30	~ 18:00	1:30	
27	火	(高3)学習激励会		休			~		
28	水		自治会活動	休			~		
29	木	職員研修(教育相談)		休			~		
30	金	(高3)小論文対策講座、学年末追考査		休			~		
31	土			休			~		

休養日計画	19日	月間活動予定時間	22:30
-------	-----	----------	-------

1月計画

令和7年度(2025年度)

1月

活動計画

別紙4

【硬式テニス部】

通常練習の活動場所【県南・鏡・学校】

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
		高校	中学						
						~			0:00
						~			
						~			
1	木	元日		休		~			
2	金			休		~			
3	土			休		~			
4	日			休		~			
5	月	建築設備点検		練習	県南	9:00	~ 12:00	3:00	8:30
6	火	振替休業日(1/10分)		練習	県南	15:00	~ 17:00	2:00	
7	水	運営委員会・職員会議・職員研修・学年会・建築設備点検		休			~		
8	木	始業式、(高12中3)課題考査		練習	県南	16:00	~ 18:00	2:00	
9	金			練習	学校	16:30	~ 18:00	1:30	
10	土	中学校入学者選抜準備		休			~		
11	日	中学校入学者選抜実施日		休			~		
12	月	成人の日		練習	県南	9:00	~ 12:00	3:00	8:30
13	火	中学校入学者選抜採点日(生徒家庭学習)		練習	鏡	15:00	~ 17:00	2:00	
14	水			休			~		
15	木	学校保健委員会⑤		練習	県南	16:00	~ 18:00	2:00	
16	金	2限目から登校金①③④⑤⑥⑦	生徒家庭学習	練習	学校	16:30	~ 18:00	1:30	
17	土	(高12)進研記述模試 大学入試共通テスト		休			~		
18	日	大学入試共通テスト		試合	県南		~		
19	月	(高3)大学入試共通テスト自己採点	中学部会	練習	県南	16:00	~ 18:00	2:00	9:30
20	火	(高3)アゼンブリ		練習	県南	17:00	~ 18:30	1:30	
21	水	(高3)2次対策特別授業		練習	県南	16:00	~ 18:00	2:00	
22	木		中学校入学者選抜結果通知	練習	県南	16:00	~ 18:00	2:00	
23	金	長距離走大会(高3)最終志望校判定会	長距離走大会	練習(時間未確定)	県南	14:00	~ 16:00	2:00	
24	土	(高12)ハイレベル模試		冬季ダブルスA	メインコート		~		
25	日	実用英語技能検定1次試験		休			~		
26	月	職員会議(高校卒業認定会)		練習	県南	16:00	~ 18:00	2:00	2:00
27	火	(高3)学習激励会		休	学年末考査1週間前		~		
28	水		自治会活動	休			~		
29	木	職員研修(教育相談)		休			~		
30	金	(高3)小論文対策講座、学年末追考査		休			~		
31	土			休			~		
									0:00
							~		

休養日計画	15日	月間活動予定時間	28:30
-------	-----	----------	-------

1月計画

令和7年度(2025年度)

1月

活動計画

別紙4

【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
		高校	中学						
						~			
						~			
						~			
1	木	元日				~			3:00
2	金	休				~			
3	土	休				~			
4	日	○		○	○	8:00	~ 11:00	3:00	
5	月	建築設備点検		○	○	11:00	~ 14:00	3:00	9:40
6	火	振替休業日(1/10分)		練習試合予定		~			
7	水	運営委員会・職員会議・職員研修・学年会・建築設備点		○	○	8:00	~ 11:00	3:00	
8	木	始業式、(高12中3)課題考査		○	○	15:40	~ 18:00	2:20	
9	金			○	○	16:40	~ 18:00	1:20	
10	土	中学校入学者選抜準備		休		~			
11	日	中学校入学者選抜実施日		休		~			
12	月	成人の日		練習試合予定		~			3:40
13	火	中学校入学者選抜採点日 (生徒家庭学習)		○		~			
14	水			休		~			
15	木	学校保健委員会⑤		○	○	15:40	~ 18:00	2:20	
16	金			○	○	16:40	~ 18:00	1:20	
17	土	(高12)進研記述模試 大学入試共通テスト		新人戦		~			
18	日	大学入試共通テスト		休		~			
19	月	(高3)大学入試 共通テスト自己 採点	中学部会	○	○	15:40	~ 18:00	2:20	9:50
20	火	(高3)アゼンブリ		○	○	16:40	~ 18:00	1:20	
21	水	(高3)小論文対策 特別授業開始		休		~			
22	木		中学校入学者選抜結果 通知	○	○	15:40	~ 18:00	2:20	
23	金	長距離走大会 (高3)最終志望校 判定会	長距離走大会	○	○	16:40	~ 18:00	1:20	
24	土	(高12)ハイレベル模試		○	○	13:00	~ 15:30	2:30	
25	日	実用英語技能検定1次試験		休		~			0:00
26	月	職員会議(高校卒業認定会)		休		~			
27	火	(高3)学習激励会		休		~			
28	水		自治会活動	休		~			
29	木	職員研修(教育相談)		休		~			
30	金	(高3)小論文対策 講座、学年末追考 査		休		~			
31	土			休		~			

休養日計画	12日	月間活動予定時間	26:10
-------	-----	----------	-------

1月計画

別紙4

令和7年度(2025年度)

1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
		高校	中学						
						~			
						~			
						~			
1	木	元日				~			6:00
2	金					~			
3	土			初打ち	○	8:00	~ 11:00	3:00	
4	日			○	○	8:00	~ 11:00	3:00	
5	月	建築設備点検		○	○	11:00	~ 14:00	3:00	9:40
6	火	振替休業日(1/10分)		休			~		
7	水	職員会議		○	○	8:00	~ 11:00	3:00	
8	木	始業式、(高12中3)課題考査		○	○	15:40	~ 18:00	2:20	
9	金			○	○	16:40	~ 18:00	1:20	
10	土	中学校入学者選抜準備		休			~		
11	日	中学校入学者選抜実施日		休			~		
12	月	成人の日		練習試合予定			~		3:40
13	火	生徒家庭学習		○			~		
14	水			休			~		
15	木	学校保健委員会⑤		○	○	15:40	~ 18:00	2:20	
16	金			○	○	16:40	~ 18:00	1:20	
17	土	(高12)進研記述模試 共通テスト		新人戦	東稜高校体育館		~		
18	日	共通テスト		新人戦			~		
19	月	共通テスト目 己採点	中学部会	○	○	15:40	~ 18:00	2:20	7:20
20	火	(高3)アセンブリ		○	○	16:40	~ 18:00	1:20	
21	水			休			~		
22	木			○	○	15:40	~ 18:00	2:20	
23	金	長距離走大会	長距離走大会	○	○	16:40	~ 18:00	1:20	
24	土	(高12)ハイレベル模試		休			~		
25	日	実用英語技能検定1次試験		練習試合予定			~		0:00
26	月	職員会議(高校卒業認定 会)		休			~		
27	火			休			~		
28	水		自治会活動	休			~		
29	木	職員研修(教育相談)		休			~		
30	金			休			~		
31	土			休			~		

休養日計画	12日	月間活動予定時間	26:40
-------	-----	----------	-------

1月計画

令和7年度(2025年度)

1月

活動計画

別紙4

【水泳部】

通常練習の活動場所【本校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
		高校	中学							
							~			
							~			
							~			
1	木	元日		休			~			0:00
2	金			休			~			
3	土			休			~			
4	日			休			~			
5	月	建築設備点検		休			~			2:30
6	火	振替休業日(1/10分)		休			~			
7	水	運営委員会・職員会議・職員研修・学年会・建築設備点検		休			~			
8	木	始業式、(高12中3)課題考査		○	本校トレーニングルーム	16:00	~	17:30	1:30	
9	金			○	本校トレーニングルーム	17:00	~	18:00	1:00	
10	土	中学校入学者選抜準備		休			~			
11	日	中学校入学者選抜実施日		休			~			
12	月	成人の日		休			~			3:00
13	火	中学校入学者選抜採点日(生徒家庭学習)		休			~			
14	水			○	本校トレーニングルーム	16:00	~	17:30	1:30	
15	木	学校保健委員会⑤		○	本校トレーニングルーム	16:00	~	17:30	1:30	
16	金	2限目から登校 金①③④⑤⑥⑦	生徒家庭学習	休			~			
17	土	(高12)進研記述模試 大学入試共通テスト		休			~			
18	日	大学入試共通テスト		休			~			4:30
19	月	(高3)大学入試 共通テスト自己 採点	中学部会	○	不知火温水プール	17:00	~	18:30	1:30	
20	火	(高3)アゼンブリ		休			~			
21	水	(高3)2次対策 特別授業		○	本校トレーニングルーム	16:00	~	17:30	1:30	
22	木		中学校入学者 選抜結果 通知	○	本校トレーニングルーム	16:00	~	17:30	1:30	
23	金	長距離走大会 (高3)最終志望校 判定会	長距離走大会	休			~			
24	土	(高12)ハイレベル模試		休			~			1:30
25	日	実用英語技能検定1次試験		休			~			
26	月	職員会議(高校卒業認定会)		○	本校トレーニングルーム	16:00	~	17:30	1:30	
27	火	(高3)学習激励会		休			~			
28	水		自治会活動	休			~			
29	木	職員研修(教育相談)		休			~			
30	金	(高3)小論文対策 講座、学年末追考査		休			~			
31	土			休			~			
							~			0:00

休養日計画	23日	月間活動予定時間	11:30
-------	-----	----------	-------

1月計画

令和7年度(2025年度)

1月

活動計画

別紙4

【柔道同好会】

通常練習の活動場所【校外で練習】

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
		高校	中学						
						~			0:00
						~			
						~			
1	木	元日				~			
2	金					~			0:00
3	土					~			
4	日					~			
5	月	建築設備点検				~			
6	火	振替休業日(1/10分)				~			0:00
7	水	運営委員会・職員会議・職員研修・学年会・建築設備点検				~			
8	木	始業式、(高12中3)課題考査				~			
9	金					~			
10	土	中学校入学者選抜準備				~			0:00
11	日	中学校入学者選抜実施日				~			
12	月	成人の日				~			
13	火	中学校入学者選抜採点日 (生徒家庭学習)				~			0:00
14	水					~			
15	木	学校保健委員会⑤				~			
16	金	2限目から登校 金①③④⑤⑥⑦	生徒家庭学習			~			
17	土	(高12)進研記述模試 大学入試共通テスト		柔道新人大会選手権予選	八代市総合体育館	~			0:00
18	日	大学入試共通テスト		柔道新人大会選手権予選	八代市総合体育館	~			
19	月	(高3)大学入試 共通テスト自己 採点	中学部会			~			
20	火	(高3)アセンブリ				~			0:00
21	水	(高3)2次対策 特別授業				~			
22	木		中学校入学者選抜結果 通知			~			
23	金	長距離走大会 (高3)最終志望校 判定会	長距離走大会			~			
24	土	(高12)ハイレベル模試				~			0:00
25	日	実用英語技能検定1次試験				~			
26	月	職員会議(高校卒業認定会)				~			
27	火	(高3)学習励励会				~			0:00
28	水		自治会活動			~			
29	木	職員研修(教育相談)				~			
30	金	(高3)小論文対策 講座、学年末追考査				~			
31	土					~			0:00
						~			

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

1月計画

令和7年度(2025年度)

1月

活動計画

別紙4

【 高校剣道部

通常練習の活動【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
		高校	中学						
						~			
						~			
						~			
1	木	元日		休	休	~			3:30
2	金			休	休	~			
3	土			休	休	~			
4	日			○	○	10:00	~ 13:30	3:30	
5	月	建築設備点検		○	○	9:00	~ 12:30	3:30	13:40
6	火	振替休業日(1/10分)		○	○	9:00	~ 12:30	3:30	
7	水	運営委員会・職員会議・職員研修・学年会・建築設備点		○	○	9:00	~ 12:30	3:30	
8	木	始業式、(高12中3)課題考査		○	○	15:45	~ 17:50	2:05	
9	金			○	○	16:45	~ 17:50	1:05	
10	土	中学校入学者選抜準備		休	休	~			
11	日	中学校入学者選抜実施日		休	休	~			
12	月	成人の日		○	○	9:00	~ 12:30	3:30	8:45
13	火	中学校入学者選抜採点日 (生徒家庭学習)		休	休	~			
14	水			○	○	15:45	~ 17:50	2:05	
15	木	学校保健委員会⑤		○	○	15:45	~ 17:50	2:05	
16	金			○	○	16:45	~ 17:50	1:05	
17	土	(高12)進研記述模試 大学入試共通テスト		○	○	~			
18	日	大学入試共通テスト		県下大会	山鹿市総合体育館	~			
19	月	(高3)大学入試 共通テスト自己 採点	中学部会	○	○	15:45	~ 17:50	2:05	10:50
20	火	(高3)アゼンブリ		○	○	16:45	~ 17:50	1:05	
21	水	(高3)大学入 試特別授業 開始		○	○	15:45	~ 17:50	2:05	
22	木		中学校入学 者選抜結果 通知	○	○	15:45	~ 17:50	2:05	
23	金	長距離走大会 (高3)最終志望校 判定会	長距離走大会	休	休	~			
24	土	(高12)ハイレベル模試		○	○	9:00	~ 12:30	3:30	
25	日	実用英語技能検定1次試験		休	休	~			
26	月	職員会議(高校卒業認定会)		○	○	15:45	~ 17:50	2:05	6:20
27	火	(高3)学習激励会		○	○	16:45	~ 17:50	1:05	
28	水		自治会活動	休	休	~			
29	木	職員研修(教育相談)		○	○	15:45	~ 17:50	2:05	
30	金	(高3)小論文対策 講座、学年末追考 査		○	○	16:45	~ 17:50	1:05	
31	土			休	休	~			

休養日計画	10日	月間活動予定時間	43:05
-------	-----	----------	-------

1月計画

令和7年度(2025年度)

1月

活動計画

別紙4

【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
		高校	中学						
						~			
						~			
						~			
1	木	元日		休		~			0:00
2	金			休		~			
3	土					~			
4	日					~			
5	月	建築設備点検		休		~			0:00
6	火	振替休業日(1/10分)				~			
7	水	運営委員会・職員会議・職員研修・学年会・建築設備点検		休		~			
8	木	始業式、(高12中3)課題考査		休		~			
9	金			休		~			
10	土	中学校入学者選抜準備				~			
11	日	中学校入学者選抜実施日				~			
12	月	成人の日				~			3:00
13	火	中学校入学者選抜採点日(生徒家庭学習)		休		~			
14	水				○	16:30 ~ 18:00	1:30		
15	木	学校保健委員会⑤			○	16:30 ~ 18:00	1:30		
16	金	2限目から登校金①③④⑤⑥⑦	生徒家庭学習	休		~			
17	土	(高12)進研記述模試 大学入試共通テスト				~			
18	日	大学入試共通テスト				~			6:00
19	月	(高3)大学入試共通テスト自己採点	中学部会		○	16:30 ~ 18:00	1:30		
20	火	(高3)アゼンブリ			○	16:30 ~ 18:00	1:30		
21	水	(高3)大学入試対策特別授業開始			○	16:30 ~ 18:00	1:30		
22	木		中学校入学者選抜結果通知		○	16:30 ~ 18:00	1:30		
23	金	長距離走大会(高3)最終志望校判定会	長距離走大会	休		~			
24	土	(高12)ハイレベル模試				~			6:00
25	日	実用英語技能検定1次試験				~			
26	月	職員会議(高校卒業認定会)			○	16:30 ~ 18:00	1:30		
27	火	(高3)学習激励会			○	16:30 ~ 18:00	1:30		
28	水		自治会活動		○	16:30 ~ 18:00	1:30		
29	木	職員研修(教育相談)			○	16:30 ~ 18:00	1:30		
30	金	(高3)小論文対策講座、学年末追考査		休		~			6:00
31	土					~			

休養日計画	10日	月間活動予定時間	15:00
-------	-----	----------	-------

1月計画

令和7年度(2025年度)

1月

活動計画

別紙4

【卓球部(男女)】

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
		高校	中学						
						~			
						~			
						~			
1	木	元日		休		~			0:00
2	金			休		~			
3	土			休		~			
4	日			休		~			
5	月	建築設備点検		休		~			1:30
6	火	振替休業日(1/10分)		休		~			
7	水	運営委員会・職員会議・職員研修・学年会・建築設備点検		休		~			
8	木	始業式、(高12中3)課題考査		休		~			
9	金			○	○	16:30 ~ 18:00	1:30		
10	土	中学校入学者選抜準備		休		~			
11	日	中学校入学者選抜実施日		休		~			
12	月	成人の日		休		~			3:00
13	火	中学校入学者選抜採点日(生徒家庭学習)		休		~			
14	水			○	○	16:30 ~ 18:00	1:30		
15	木	学校保健委員会⑤		休		~			
16	金	2限目から登校金①③④⑤⑥⑦	生徒家庭学習	○	○	16:30 ~ 18:00	1:30		
17	土	(高12)進研記述模試 大学入試共通テスト		休		~			
18	日	大学入試共通テスト		休		~			
19	月	(高3)大学入試共通テスト自己採点	中学部会	休		~			3:00
20	火	(高3)アゼンブリ		○	○	16:30 ~ 18:00	1:30		
21	水	(高3)大学入試対策特別授業開始		○	○	16:30 ~ 18:00	1:30		
22	木		中学校入学者選抜結果通知	休		~			
23	金	長距離走大会(高3)最終志望校判定会	長距離走大会	休		~			
24	土	(高12)ハイレベル模試		休		~			
25	日	実用英語技能検定1次試験		休		~			
26	月	職員会議(高校卒業認定会)		○	○	16:30 ~ 18:00	1:30		1:30
27	火	(高3)学習激励会		休		~			
28	水		自治会活動	休		~			
29	木	職員研修(教育相談)		休		~			
30	金	(高3)小論文対策講座、学年末追考査		休		~			
31	土			休		~			

休養日計画	25日	月間活動予定時間	9:00
-------	-----	----------	------

1月計画

令和7年度(2025年度)

1月

活動計画

別紙4

【男子バドミントン部】

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
		高校	中学						
						~			0:00
						~			
						~			
						~			
1	木	元日		休		~			0:00
2	金			休		~			
3	土			休		~			
4	日			休		~			
5	月	建築設備点検		○	○	8:00	~ 11:00	3:00	7:00
6	火	振替休業日(1/10分)		○	○		~		
7	水	運営委員会・職員会議・職員研修・学年会・建築設備点検		○	○	14:00	~ 17:00	3:00	
8	木	始業式、(高12中3)課題考査		休			~		
9	金			○	○	16:40	~ 17:40	1:00	6:00
10	土	中学校入学者選抜準備		休			~		
11	日	中学校入学者選抜実施日		休			~		
12	月	成人の日		○	○	8:00	~ 11:00	3:00	
13	火	中学校入学者選抜採点日 (生徒家庭学習)		休			~		5:40
14	水			○	○	15:40	~ 17:40	2:00	
15	木	学校保健委員会⑤		休			~		
16	金	2限目から登校 金①③④⑤⑥⑦	生徒家庭学習	○	○	16:40	~ 17:40	1:00	
17	土	(高12)進研記法模試 大学入試共通テスト		休			~		2:00
18	日	大学入試共通テスト		休			~		
19	月	(高3)大学入試 共通テスト自己採点	中学部会	休			~		
20	火	(高3)アゼンブリ		○	○	16:40	~ 17:40	1:00	
21	水	(高3)Z対策 特別授業開始		○	○	15:40	~ 17:40	2:00	2:00
22	木		中学校入学者選抜結果 通知	休			~		
23	金	長距離走大会 (高3)最終志望校 判定会	長距離走大会	○	○	15:00	~ 17:40	2:40	
24	土	(高12)ハイレベル模試		○	○		~		
25	日	実用英語技能検定1次試験		休			~		2:00
26	月	職員会議(高校卒業認定会)		○	○	15:40	~ 17:40	2:00	
27	火	(高3)学習激励会		休			~		
28	水		自治会活動	休			~		
29	木	職員研修(教育相談)		休			~		2:00
30	金	(高3)小論文対策 講座、学年末追考査		休			~		
31	土			休			~		

休養日計画	19日	月間活動予定時間	20:40
-------	-----	----------	-------

1月計画

令和7年度(2025年度)

1月

活動計画

別紙4

【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
		高校	中学						
						~			0:00
						~			
						~			
						~			
1	木	元日		休		~			0:00
2	金			休		~			
3	土			休		~			
4	日			休		~			
5	月	建築設備点検		○	○	8:00	~ 11:00	3:00	10:20
6	火	振替休業日(1/10分)		○	○	11:00	~ 14:00	3:00	
7	水	運営委員会・職員会議・職員研修・学年会・建築設備点検		○	○	14:00	~ 17:00	3:00	
8	木	始業式、(高12中3)課題考査		休			~		
9	金			○	○	16:40	~ 18:00	1:20	
10	土	中学校入学者選抜準備		休			~		
11	日	中学校入学者選抜実施日		休			~		
12	月	成人の日		○	○	8:00	~ 11:00	3:00	8:50
13	火	中学校入学者選抜採点日(生徒家庭学習)		休			~		
14	水			○	○	16:00	~ 18:00	2:00	
15	木	学校保健委員会⑤		休			~		
16	金	2限目から登校金①③④⑤⑥⑦	生徒家庭学習	○	○	16:40	~ 18:00	1:20	
17	土	(高12)進研記法模試 大学入試共通テスト		○	○	15:30	~ 18:00	2:30	
18	日	大学入試共通テスト		休			~		
19	月	(高3)大学入試共通テスト自己採点	中学部会	休			~		8:20
20	火	(高3)アゼンブリ		○	○	16:40	~ 18:00	1:20	
21	水	(高3)大学入試対策特別授業開始		○	○	16:00	~ 18:00	2:00	
22	木		中学校入学者選抜結果通知	休			~		
23	金	長距離走大会(高3)最終志望校判定会	長距離走大会	○	○	15:30	~ 18:00	2:30	
24	土	(高12)ハイレベル模試		○	○	15:30	~ 18:00	2:30	
25	日	実用英語技能検定1次試験		休			~		2:00
26	月	職員会議(高校卒業認定会)		○	○	16:00	~ 18:00	2:00	
27	火	(高3)学習激励会		休			~		
28	水		自治会活動	休			~		
29	木	職員研修(教育相談)		休			~		
30	金	(高3)小論文対策講座、学年末追考査		休			~		
31	土			休			~		

休養日計画	18日	月間活動予定時間	29:30
-------	-----	----------	-------

1月計画

令和7年度(2025年度)

1月

活動計画

別紙4

【高校弓道部】

通常練習の活動場所【 学校弓道場 】

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
		高校	中学						
						~			0:00
						~			
						~			
1	木	元日		休	休	~			0:00
2	金			休	休	~			
3	土			休	休	~			
4	日			休	休	~			
5	月	建築設備点検		休	休	~			5:00
6	火	振替休業日(1/10分)		休	休	~			
7	水	運営委員会・職員会議・職員研修・学年会・建築設備点検		○射初め	学校	8:30	~ 10:30	2:00	
8	木	始業式、(高12中3)課題考査		○俣島先生	学校	16:30	~ 18:00	1:30	
9	金			○	学校	16:30	~ 18:00	1:30	
10	土	中学校入学者選抜準備		休	休	~			
11	日	中学校入学者選抜実施日		休	休	~			
12	月	成人の日		休	休	~			8:00
13	火	中学校入学者選抜採点日(生徒家庭学習)		休	休	~			
14	水			○	学校	16:00	~ 18:00	2:00	
15	木	学校保健委員会⑤		○俣島先生	学校	16:30	~ 18:00	1:30	
16	金			○	学校	16:30	~ 18:00	1:30	
17	土	(高12)進研記述模試 大学入試共通テスト		○俣島先生(1年のみ)	学校	14:00	~ 17:00	3:00	
18	日	大学入試共通テスト		休	休	~			9:30
19	月	(高3)大学入試 共通テスト自己採点	中学部会	○俣島先生	学校	16:30	~ 18:00	1:30	
20	火	(高3)アゼンブリ		○	学校	16:30	~ 18:00	1:30	
21	水	(高3)大学入試 対策特別授業開始		○	学校	16:00	~ 18:00	2:00	
22	木		中学校入学者選抜結果通知	○俣島先生	学校	16:30	~ 18:00	1:30	
23	金	長距離走大会 (高3)最終志望校判定会	長距離走大会	休	休	~			
24	土	(高12)ハイレベル模試		○俣島先生(1年のみ)	八代市営弓道場	15:00	~ 18:00	3:00	
25	日	実用英語技能検定1次試験		休	休	~			5:00
26	月	職員会議(高校卒業認定会)		○俣島先生(1年のみ)	八代市営弓道場	16:30	~ 18:00	1:30	
27	火	(高3)学習激励会		○俣島先生(1年のみ)	学校	16:30	~ 18:00	1:30	
28	水		自治会活動	休	休	~			
29	木	職員研修(教育相談)		○俣島先生(1年のみ)	学校	16:30	~ 17:30	1:00	
30	金	(高3)小論文対策講座、学年末追考査		○調整・準備	学校	16:30	~ 17:30	1:00	
31	土			1年生大会	八代市営弓道場	~			

休養日計画	14日	月間活動予定時間	27:30
-------	-----	----------	-------