

【軟式野球部】

通常練習の活動場所【第二グラウンド】

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	八高ガイダンス	やっ中ガイダンス	休			~		#####	#####	
2	金			通常練習	第二グラウンド	8:00	~	11:00	3:00		
3	土			休			~				
4	日			休			~				
5	月			通常練習	第二グラウンド	7:30	~	10:30	3:00	20:00	
6	火			通常練習	第二グラウンド	7:30	~	10:30	3:00		
7	水			通常練習	第二グラウンド	7:30	~	10:30	3:00		
8	木			通常練習	第二グラウンド	7:30	~	10:30	3:00		
9	金			通常練習	第二グラウンド	7:30	~	10:30	3:00		
10	土			練習試合	未定	9:00	~	14:00	5:00	11:00	
11	日	学校閉庁日		休			~				
12	月			休				~			
13	火			休				~			
14	水			休				~			
15	木			休				~			
16	金			通常練習	第二グラウンド	7:30	~	10:30	3:00	21:00	
17	土			大会予定	未定	9:00	~	13:00	4:00		
18	日			大会予定	未定	9:00	~	13:00	4:00		
19	月	夏季課外		通常練習	第二グラウンド	7:30	~	10:30	3:00	6:15	
20	火	夏季課外	サマーサポート	通常練習	第二グラウンド	13:30	~	16:30	3:00		
21	水	夏季課外	サマーサポート	通常練習	第二グラウンド	13:30	~	16:30	3:00		
22	木	夏季課外		通常練習	第二グラウンド	7:30	~	10:30	3:00		
23	金			通常練習	第二グラウンド	7:30	~	10:30	3:00		
24	土			通常練習	第二グラウンド	7:30	~	10:30	3:00		
25	日			通常練習	第二グラウンド	7:30	~	10:30	3:00		
26	月	職員会議		休			~			6:15	
27	火			通常練習	第二グラウンド	7:30	~	10:30	3:00		
28	水	始業式・実力考査		休			~				
29	木			通常練習	第二グラウンド	16:00	~	18:00	2:00		
30	金			通常練習	第二グラウンド	17:00	~	18:15	1:15		
31	土										

休養日計画	10日	月間活動予定時間	53:45
-------	-----	----------	-------

【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。

8月 計画

別紙 4

令和6年度(2024年度)

8月

活動計画

【 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	八高ガイダンス	やっ中ガイダンス	練習試合	○		~			1:30
2	金			○	○	8:30	~	10:00	1:30	
3	土			休			~			
4	日			休			~			
5	月			○	○	8:30	~	10:00	1:30	4:30
6	火			休			~			
7	水			○	○	8:30	~	10:00	1:30	
8	木			○	○	8:00	~	9:30	1:30	
9	金			休			~			
10	土			★八代杯			~			1:30
11	日	学校閉庁日		★八代杯			~			
12	月			休			~			
13	火			休			~			
14	水			休			~			
15	木			休			~			
16	金			○	○	8:30	~	10:00	1:30	
17	土			練習試合	県営八代運動公園		~			4:30
18	日			練習試合	県営八代運動公園		~			
19	月	夏季課外		休			~			
20	火	夏季課外	サマーサポート	休			~			4:30
21	水	夏季課外	サマーサポート	○	○	13:30	~	15:00	1:30	
22	木	夏季課外		○	○	8:30	~	10:00	1:30	
23	金			○	○	8:30	~	10:00	1:30	
24	土			★城南大会	市内中学校		~			
25	日			★城南大会	市内中学校		~			4:00
26	月	職員会議		休			~			
27	火			休			~			
28	水	始業式・実力考査		○	○	16:00	~	18:00	2:00	
29	木			○	○	16:00	~	18:00	2:00	
30	金			休			~			4:00
31	土			★城南大会	市内中学校		~			

休養日計画	13日	月間活動予定時間	16:00
-------	-----	----------	-------

【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。

8月 計画

別紙4

令和6年度(2024年度)

8月

活動計画

【中学バドミントン部】

通常練習の活動場所【 第二体育館 】

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	八高ガイダンス	やっ中ガイダンス	休			~			5:00	
2	金			○	○	11:30	~	13:30	2:00		
3	土			○	○	11:00	~	14:00	3:00		
4	日			休			~				
5	月			○	○	9:00	~	11:00	2:00	4:00	
6	火			○	○	11:30	~	13:30	2:00		
7	水			休			~				
8	木			休			~				
9	金			休			~				
10	土			休			~				
11	日	学校閉庁日		休			~			11:00	
12	月			休				~			
13	火			休				~			
14	水			休				~			
15	木			休				~			
16	金			○	○	9:00	~	11:00	2:00		
17	土			上田日野本杯	東陽スポーツセンター	8:00	~	17:00	9:00	9:30	
18	日			休			~				
19	月	夏季課外		○	○	11:00	~	14:00	3:00		
20	火	夏季課外	サマーサポート	○	○	13:30	~	15:30	2:00		
21	水	夏季課外	サマーサポート	○	○	15:30	~	17:00	1:30		
22	木	夏季課外		休			~				
23	金			○	○	11:00	~	14:00	3:00	8:00	
24	土			休			~				
25	日			休			~				
26	月	職員会議		○	○	9:00	~	11:00	2:00		
27	火			○	○	11:00	~	14:00	3:00		
28	水	始業式・実力考査		休			~				
29	木			○	○	16:00	~	18:00	2:00		
30	金			○	○	17:00	~	18:00	1:00		
31	土			休							

休養日計画	17日	月間活動予定時間	37:30
-------	-----	----------	-------

【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。

8月 計画

別紙4

令和6年度(2024年度)

8月

活動計画

【中学ソフトテニス部】

通常練習の活動場所【 本校テニスコート・八代市テニスコート 】

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								
1	木	八高ガイダンス	やっ中ガイダンス	休			~			6:00	
2	金			○	○	8:00	~	11:00	3:00		
3	土			○	○	8:00	~	11:00	3:00		
4	日			休			~				
5	月			○	○	8:00	~	11:00	3:00	15:00	
6	火			○	○	8:00	~	11:00	3:00		
7	水			○	○	8:00	~	11:00	3:00		
8	木			休			~				
9	金			○	○	8:00	~	11:00	3:00		
10	土			○	○	8:00	~	11:00	3:00	21:00	
11	日	学校閉庁日		休			~				
12	月			休				~			
13	火			休				~			
14	水			休				~			
15	木			休				~			
16	金			○	○	8:00	~	11:00	3:00		
17	土			(男)休(女)大会	八代市テニスコート	7:00	~	16:00	9:00	18:00	
18	日			(男)大会(女)休	八代市テニスコート	7:00	~	16:00	9:00		
19	月	夏季課外		○	○	8:00	~	11:00	3:00	18:00	
20	火	夏季課外	サマーサポート	休			~				
21	水	夏季課外	サマーサポート	○	○	13:30	~	16:30	3:00		
22	木	夏季課外		休			~				
23	金			○	○	8:00	~	11:00	3:00		
24	土			大会(個人戦)	八代市テニスコート	7:00	~	16:00	9:00	19:00	
25	日			休			~				
26	月	職員会議		○	○	8:00	~	11:00	3:00		
27	火			○	○	8:00	~	11:00	3:00		
28	水	始業式・実力考査		○	○	16:00	~	18:00	2:00		
29	木			休			~				
30	金			○	○	16:30	~	18:30	2:00	19:00	
31	土			大会(団体戦)	八代市テニスコート	7:00	~	16:00	9:00		

休養日計画	12日	月間活動予定時間	79:00
-------	-----	----------	-------

【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。

8月 計画

別紙 4

令和6年度(2024年度)

8月

活動計画

【バスケットボール 部】

通常練習の活動場所【第二体育館】

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	八高ガイダンス	やっ中ガイダンス	休			~			6:00	
2	金			○	○	8:00	~	11:00	3:00		
3	土			○	○	8:00	~	11:00	3:00		
4	日			休			~				
5	月			○	○	11:00	~	14:00	3:00	15:00	
6	火			○	○	8:00	~	11:00	3:00		
7	水			休			~				
8	木			○	○	8:00	~	11:00	3:00		
9	金			○	○	8:00	~	11:00	3:00		
10	土			○	○	8:00	~	11:00	3:00	0:00	
11	日	学校閉庁日		休			~				
12	月			休				~			
13	火			休				~			
14	水			休				~			
15	木			休				~			
16	金			休			~				
17	土			休			~				
18	日			休			~				
19	月	夏季課外		○	○	8:00	~	11:00	3:00	12:30	
20	火	夏季課外	サマーサポート	○	○	15:30	~	17:00	1:30		
21	水	夏季課外	サマーサポート	○	○	13:30	~	15:30	2:00		
22	木	夏季課外		休			~				
23	金			○	○	8:00	~	11:00	3:00		
24	土			○	○	8:00	~	11:00	3:00		
25	日			休			~				
26	月	職員会議		休			~			7:00	
27	火			休			~				
28	水	始業式・実力考査		○	○	16:00	~	18:00	2:00		
29	木			○	○	16:00	~	18:00	2:00		
30	金			○	グラウンド	17:00	~	18:00	1:00		
31	土		学力推移調査	○	○	13:30		15:30	2:00		

休養日計画	15日	月間活動予定時間	40:30
-------	-----	----------	-------

【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。

8月 計画

別紙 4

令和6年度(2024年度)

8月

活動計画

【 中学陸上競技部 】

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	八高ガイダンス	やっ中ガイダンス	○	○	8:00	~	11:00	3:00	9:00	
2	金		生徒会リーダー研修会	○	○	8:00	~	11:00	3:00		
3	土			○	県営八代	8:00	~	11:00	3:00		
4	日			休			~				
5	月			○	○	8:00	~	11:00	3:00	11:30	
6	火			○	○	8:00	~	11:00	3:00		
7	水			○	県営八代	8:00	~	10:30	2:30		
8	木			休			~				
9	金			○	県営八代	9:00	~	12:00	3:00		
10	土			休			~			6:00	
11	日	学校閉庁日		休			~				
12	月			休				~			
13	火			休				~			
14	水			休				~			
15	木			休				~			
16	金			○	県営八代	8:00	~	11:00	3:00	10:30	
17	土			○	県営八代	8:00	~	11:00	3:00		
18	日			休			~				
19	月	夏季課外		○	○	13:30	~	16:00	2:30	9:30	
20	火	夏季課外	サマーサポート	○	○	13:30	~	16:00	2:30		
21	水	夏季課外	サマーサポート	休			~				
22	木	夏季課外		○	○	13:30	~	16:00	2:30		
23	金			○	県営八代	8:00	~	11:00	3:00		
24	土			U-16陸上競技大会	えがお健康スタジアム		~				
25	日			休			~				
26	月	職員会議		○	○	8:00	~	11:00	3:00	9:30	
27	火			休			~				
28	水	始業式・実力考査		○	県営八代	16:30	~	18:30	2:00		
29	木		自治会活動	休			~				
30	金			○	県営八代	17:00	~	18:30	1:30		
31	土			○	○	8:00		11:00	3:00		

休養日計画	13日	月間活動予定時間	46:30
-------	-----	----------	-------

【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。

8月 計画

別紙 4

令和6年度(2024年度)

8月

活動計画

【 中学剣道 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	八高ガイダンス	やっ中ガイダンス	○	○	8:30	~	11:30	3:00	6:00
2	金			○	○	8:30	~	11:30	3:00	
3	土			休	休		~			
4	日	市民体育祭		休	休		~			
5	月			○	○	8:30	~	11:30	3:00	15:00
6	火			○	○	8:30	~	11:30	3:00	
7	水			○	○	8:30	~	11:30	3:00	
8	木			○	○	8:30	~	11:30	3:00	
9	金			○	○	8:30	~	11:30	3:00	
10	土			うと地蔵祭り大会			~			6:00
11	日	学校閉庁日		学年別大会			~			
12	月			休	休		~			
13	火			休	休		~			
14	水			休	休		~			
15	木			休	休		~			
16	金			○	○	8:30	~	11:30	3:00	20:15
17	土			○	○	8:30	~	11:30	3:00	
18	日	昇段審査		休	休		~			
19	月	夏季課外		○	○	13:45	~	16:45	3:00	
20	火	夏季課外	サマーサポート	○	○	13:45	~	16:45	3:00	13:20
21	水	夏季課外	サマーサポート	○	○	13:45	~	16:45	3:00	
22	木	夏季課外		○	○	13:45	~	16:45	3:00	
23	金			○	○	8:30	~	16:45	8:15	
24	土			休	休		~			
25	日			火の山旗大会			~			
26	月	職員会議		○	○	8:30	~	11:30	3:00	13:20
27	火			休	休		~			
28	水	始業式・実力考査		○	○	15:50	~	18:00	2:10	
29	木			○	○	15:50	~	18:00	2:10	
30	金			○	○	8:30	~	11:30	3:00	
31	土			○	○	8:30		11:30	3:00	

休養日計画	9日	月間活動予定時間	60:35
-------	----	----------	-------

【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。

8月 計画

別紙 4

令和6年度(2024年度)

8月

活動計画

【科学部】

通常練習の活動場所【理科室】

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	八高ガイダンス	やっ中ガイダンス	○	○	9:00	~	12:00	3:00	6:00	
2	金			○	○	9:00	~	12:00	3:00		
3	土			休			~				
4	日			休			~				
5	月			○	○	9:00	~	12:00	3:00	15:00	
6	火			○	○	9:00	~	12:00	3:00		
7	水			○	○	9:00	~	12:00	3:00		
8	木			○	○	9:00	~	12:00	3:00		
9	金			○	○	9:00	~	12:00	3:00		
10	土			休			~				
11	日	学校閉庁日		休			~			0:00	
12	月			休				~			
13	火			休				~			
14	水			休				~			
15	木			休				~			
16	金			休			~				
17	土			休			~				
18	日			休			~				
19	月	夏季課外		○	○	9:00	~	12:00	3:00	15:00	
20	火	夏季課外	サマーサポート	○	○	9:00	~	12:00	3:00		
21	水	夏季課外	サマーサポート	○	○	9:00	~	12:00	3:00		
22	木	夏季課外		○	○	9:00	~	12:00	3:00		
23	金			○	○	9:00	~	12:00	3:00		
24	土			休			~				
25	日			休			~				
26	月	職員会議		○	○	9:00	~	12:00	3:00	6:00	
27	火			○	○	9:00	~	12:00	3:00		
28	水	始業式・実力考査					~				
29	木						~				
30	金			休			~				
31	土			休			~				

休養日計画	15日	月間活動予定時間	42:00
-------	-----	----------	-------

【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。

8月 計画

別紙 4

令和6年度(2024年度)

8月

活動計画

【 合唱 部】

通常練習の活動場所【 音楽室 】

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	八高ガイダンス	やっ中ガイダンス	○	音楽室	10:00	~	13:00	3:00	17:30	
2	金			○	音楽室	14:00	~	17:00	3:00		
3	土			合唱コンクール		8:30	~	20:00	11:30		
4	日			全国総文	岐阜県可児市文化センター		~				
5	月			全国総文			~			4:00	
6	火			全国総文			~				
7	水			休			~				
8	木			○		9:00	~	11:00	2:00		
9	金			○		9:00	~	11:00	2:00	9:00	
10	土			休			~				
11	日	学校閉庁日		休			~				
12	月			休				~			
13	火			休					~		
14	水			休					~		
15	木			休					~		
16	金			○		9:00	~	11:00	2:00		
17	土			休			~			10:00	
18	日			独唱コンクール本選		10:00	~	17:00	7:00		
19	月	夏季課外		○		13:00	~	15:00	2:00		
20	火	夏季課外	サマーサポート	○		13:00	~	15:00	2:00		
21	水	夏季課外	サマーサポート	○		13:00	~	15:00	2:00		
22	木	夏季課外		○		13:00	~	15:00	2:00		
23	金			○		13:00	~	15:00	2:00	0:00	
24	土			休			~				
25	日			休			~				
26	月	職員会議		休			~				
27	火			休			~				
28	水	始業式・実力考査		休			~				
29	木			休			~				
30	金			休			~				
31	土			休			~				

休養日計画	16日	月間活動予定時間	40:30
-------	-----	----------	-------

【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。

8月 計画

別紙 4

令和6年度(2024年度)

8月

活動計画

【 吹奏楽 部】

通常練習の活動場所【 セミナーハウス 】

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	八高ガイダンス	やっ中ガイダンス	○	○	8:30	~	11:30	3:00	9:00	
2	金			○	○	8:30	~	11:30	3:00		
3	土			○	○	8:30	~	11:30	3:00		
4	日			休			~				
5	月			○	○	8:30	~	11:30	3:00	12:00	
6	火			○	○	8:30	~	11:30	3:00		
7	水			休			~				
8	木			○	○	8:30	~	11:30	3:00		
9	金			○	○	8:30	~	11:30	3:00		
10	土			休			~			6:00	
11	日	学校閉庁日		休			~				
12	月			休				~			
13	火			休				~			
14	水			休				~			
15	木			休				~			
16	金			○	○	8:30	~	11:30	3:00	6:00	
17	土			○	○	8:30	~	11:30	3:00		
18	日						~				
19	月	夏季課外		○	○	13:30	~	16:30	3:00	15:00	
20	火	夏季課外	サマーサポート	○	○	13:30	~	16:30	3:00		
21	水	夏季課外	サマーサポート	○	○	13:30	~	16:30	3:00		
22	木	夏季課外		○	○	13:30	~	16:30	3:00		
23	金			休			~				
24	土	GTEC		○	○	13:30	~	16:30	3:00		
25	日			休			~				
26	月	職員会議		休			~			6:15	
27	火			休			~				
28	水	始業式・実力考査		休			~				
29	木			○	○	16:15	~	18:10	1:55		
30	金			○	○	16:50	~	18:10	1:20		
31	土			○	○	13:30	~	16:30	3:00		

休養日計画	13日	月間活動予定時間	48:15
-------	-----	----------	-------

【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。

8月 計画

別紙 4

令和6年度(2024年度)

8月

活動計画

【 美術 部】

通常練習の活動場所【 美術室 】

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	八高ガイダンス	やっ中ガイダンス	休	休		~			0:00
2	金			休	休		~			
3	土			休	休		~			
4	日			休	休		~			
5	月			休	休		~			0:00
6	火			休	休		~			
7	水			休	休		~			
8	木			休	休		~			
9	金			休	休		~			0:00
10	土			休	休		~			
11	日	学校閉庁日		休	休		~			
12	月			休	休		~			
13	火			休	休		~			
14	水			休	休		~			
15	木			休	休		~			
16	金			休	休		~			0:00
17	土			休	休		~			
18	日			休	休		~			
19	月	夏季課外		休	休		~			
20	火	夏季課外	サマーサポート	休	休		~			4:00
21	水	夏季課外	サマーサポート	○	○	13:30	~	15:30	2:00	
22	木	夏季課外		○	○	13:30	~	15:30	2:00	
23	金			休	休		~			
24	土			休	休		~			4:00
25	日			休	休		~			
26	月	職員会議		休	休		~			
27	火			休	休		~			
28	水	始業式・実力考査		○	○	15:50	~	17:30	1:40	4:00
29	木			○	○	15:50	~	17:30	1:40	
30	金			○	○	16:50	~	17:30	0:40	
31	土			休	休					

休養日計画	26日	月間活動予定時間	8:00
-------	-----	----------	------

【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。