

【様式2】

2025年度 9月

月間指導計画表

学校名		青森県立野辺地高等学校		指導部活動		スキー部				
日	曜日	年間計画 休養予定日	予定			実績				備考
			開始	終了	時間	開始	終了	時間	休養日	
1	月	☆							○	
2	火		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
3	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
4	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
5	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
6	土		8:00	11:00	3:00				○	
7	日		8:00	11:00	3:00				○	
8	月	☆				16:00	18:00	2:00		
9	火		16:00	18:00	2:00				○	
10	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
11	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
12	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
13	土		8:00	11:00	3:00	8:00	16:00	8:00		県連合宿
14	日		8:00	11:00	3:00	8:00	16:00	8:00		↓
15	月		16:00	18:00	2:00	8:00	16:00	8:00		
16	火	☆							○	
17	水	☆							○	
18	木	☆							○	
19	金	☆							○	
20	土	☆							○	
21	日	☆							○	
22	月	☆							○	
23	火	☆							○	
24	水	☆							○	
25	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
26	金	☆							○	
27	土		8:00	11:00	3:00	8:00	11:00	3:00		
28	日		8:00	11:00	3:00	8:00	11:00	3:00		
29	月	☆				16:00	18:00	2:00		
30	火		16:00	18:00	2:00				○	
					40:00			50:00	15	

休養日累計

60

【様式2】

2025年度 9月

月間指導計画表

学校名		青森県立野辺地高等学校		指導部活動		ハンドボール部				
日	曜日	年間計画 休養予定日	予定			実績				備考
			開始	終了	時間	開始	終了	時間	休養日	
1	月	☆				16:00	19:00	3:00		
2	火		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
3	水		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
4	木		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
5	金		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
6	土		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
7	日		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
8	月	☆							○	
9	火		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
10	水		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
11	木		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
12	金		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
13	土		8:00	17:00	9:00	12:00	15:00	3:00		
14	日		8:00	17:00	9:00	9:00	12:00	3:00		
15	月	☆							○	
16	火	☆							○	
17	水	☆							○	
18	木	☆							○	
19	金	☆							○	
20	土	☆							○	
21	日	☆				8:00	16:30	8:30		日本選手権
22	月	☆							○	
23	火	☆							○	
24	水	☆							○	
25	木		16:00	19:00	3:00				○	
26	金	☆				16:00	19:00	3:00		
27	土		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
28	日		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
29	月	☆							○	
30	火		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
					60:00			59:30	12	

休養日累計

48

【様式2】

2025年度 9月

月間指導計画表

学校名		青森県立野辺地高等学校		指導部活動		硬式野球部				
日	曜日	年間計画 休養予定日	予定			実績				備考
			開始	終了	時間	開始	終了	時間	休養日	
1	月		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
2	火	☆				16:00	18:00	2:00		
3	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
4	木		16:00	18:00	2:00	13:00	16:00	3:00		(宿泊) ↓
5	金		16:00	18:00	2:00	7:00	13:00	6:00		
6	土		9:00	13:00	4:00				○	
7	日	☆							○	
8	月		16:00	18:00	2:00				○	
9	火	☆							○	
10	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
11	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
12	金		16:00	18:00	2:00				○	
13	土		9:00	13:00	4:00	9:00	13:00	4:00		
14	日		9:00	13:00	4:00	9:00	13:00	4:00		
15	月	☆							○	
16	火	☆							○	
17	水	☆							○	
18	木	☆							○	
19	金	☆							○	
20	土	☆							○	
21	日	☆							○	
22	月	☆							○	
23	火	☆							○	
24	水	☆							○	
25	木	☆							○	
26	金	☆							○	
27	土		9:00	13:00	4:00	9:00	13:00	4:00		
28	日		9:00	13:00	4:00	9:00	13:00	4:00		
29	月		16:00	18:00	2:00				○	
30	火	☆				16:00	18:00	2:00		
					38:00			37:00	18	

休養日累計

89

【様式2】

2025年度 9月

月間指導計画表

学校名		青森県立野辺地高等学校		指導部活動		バドミントン部				
日	曜日	年間計画 休養予定日	予定			実績				備考
			開始	終了	時間	開始	終了	時間	休養日	
1	月	☆							○	
2	火		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
3	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
4	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
5	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
6	土	☆							○	
7	日	☆							○	
8	月	☆							○	
9	火		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
10	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
11	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
12	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
13	土	☆							○	
14	日	☆							○	
15	月	☆							○	
16	火	☆							○	
17	水	☆							○	
18	木	☆							○	
19	金	☆							○	
20	土	☆							○	
21	日	☆							○	
22	月	☆							○	
23	火	☆							○	
24	水	☆							○	
25	木		12:00	14:00	2:00	13:00	15:00	2:00		
26	金	☆							○	
27	土	☆							○	
28	日	☆							○	
29	月	☆							○	
30	火		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
					20:00			20:00	20	

休養日累計

98

【様式2】

2025年度 9月

月間指導計画表

学校名		青森県立野辺地高等学校		指導部活動		陸上競技部				
日	曜日	年間計画 休養予定日	予定			実績				備考
			開始	終了	時間	開始	終了	時間	休養日	
1	月		16:00	18:00	2:00	14:25	14:40	0:15		
2	火		16:00	18:00	2:00	16:00	17:25	1:25		
3	水		16:00	18:00	2:00				○	
4	木		16:00	18:00	2:00	15:50	16:40	0:50		
5	金		16:00	18:00	2:00	8:00	14:00	6:00		新人戦
6	土	☆							○	
7	日	☆							○	
8	月		16:00	18:00	2:00	16:00	17:05	1:05		
9	火		16:00	18:00	2:00	16:00	17:00	1:00		
10	水	☆							○	
11	木		16:00	18:00	2:00	16:00	17:15	1:15		
12	金		16:00	18:00	2:00	16:00	17:00	1:00		
13	土		8:30	11:30	3:00				○	
14	日	☆							○	
15	月	☆							○	
16	火	☆							○	
17	水	☆							○	
18	木	☆							○	
19	金	☆							○	
20	土	☆							○	
21	日	☆							○	
22	月	☆							○	
23	火	☆							○	
24	水	☆							○	
25	木		13:00	15:30	2:30				○	
26	金	☆							○	
27	土	☆				8:30	10:00	1:30		
28	日	☆							○	
29	月		16:00	18:00	2:00	16:00	17:30	1:30		
30	火		16:00	18:00	2:00	16:00	17:30	1:30		
					27:30			17:20	19	

休養日累計

107

【様式2】

2025年度 9月

月間指導計画表

学校名		青森県立野辺地高等学校		指導部活動		演劇部				
日	曜日	年間計画 休養予定日	予定			実績				備考
			開始	終了	時間	開始	終了	時間	休養日	
1	月		15:40	17:30	1:50				○	
2	火		15:40	17:30	1:50	15:40	17:30	1:50		
3	水		15:40	17:30	1:50	15:40	17:30	1:50		
4	木		15:40	17:30	1:50	15:40	17:30	1:50		
5	金	☆	15:40	17:30	1:50	15:40	17:30	1:50		
6	土	☆	9:00	12:00	3:00	9:30	12:30	3:00		練習
7	日	☆							○	
8	月		15:40	17:30	1:50	15:40	17:30	1:50		
9	火					16:00	17:30	1:30		地区発表会音響打合せ
10	水		15:40	17:30	1:50	15:40	17:30	1:50		
11	木		15:40	17:30	1:50	15:40	17:30	1:50		
12	金	☆	15:40	17:30	1:50	15:40	17:30	1:50		
13	土	☆	9:00	12:00	3:00				○	
14	日	☆				8:30	18:00	9:30		東青・下北地区高校演劇合同発表会
15	月	☆				8:30	17:00	8:30		↓
16	火	☆							○	
17	水	☆							○	
18	木	☆							○	
19	金	☆							○	
20	土	☆							○	
21	日	☆							○	
22	月	☆							○	
23	火	☆							○	
24	水	☆							○	
25	木	☆							○	
26	金	☆							○	
27	土	☆							○	
28	日	☆							○	
29	月		15:40	17:30	1:50	15:40	17:30	1:50		
30	火		15:40	17:30	1:50				○	
					26:10			39:00	16	

休養日累計

105

【様式2】

2025年度 9月

月間指導計画表

学校名		青森県立野辺地高等学校		指導部活動		書道部				
日	曜日	年間計画 休養予定日	予定			実績				備考
			開始	終了	時間	開始	終了	時間	休養日	
1	月		15:40	17:40	2:00				○	
2	火		15:40	17:40	2:00				○	
3	水		15:40	17:40	2:00				○	
4	木		15:40	17:40	2:00				○	
5	金	☆							○	
6	土		9:00	12:00	3:00				○	
7	日	☆							○	
8	月		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00		
9	火		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00		
10	水		15:40	17:40	2:00				○	
11	木		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00		
12	金	☆							○	
13	土		9:00	12:00	3:00				○	
14	日	☆							○	
15	月	☆							○	
16	火	☆							○	
17	水	☆							○	
18	木	☆							○	
19	金	☆							○	
20	土	☆							○	
21	日	☆							○	
22	月	☆							○	
23	火	☆							○	
24	水	☆							○	
25	木	☆							○	
26	金	☆							○	
27	土	☆							○	
28	日		9:00	12:00	3:00				○	
29	月		15:40	17:40	2:00				○	
30	火		15:40	17:40	2:00				○	
					29:00			6:00	27	

休養日累計

138

【様式2】

2025年度 9月

月間指導計画表

学校名		青森県立野辺地高等学校		指導部活動		ボランティアサークル				
日	曜日	年間計画 休養予定日	予定			実績				備考
			開始	終了	時間	開始	終了	時間	休養日	
1	月		13:00	13:15	0:15	13:00	13:15	0:15		椅子カバー制作
2	火		13:00	13:15	0:15	13:00	13:15	0:15		椅子カバー制作
3	水		13:00	13:15	0:15	13:00	13:15	0:15		椅子カバー制作
4	木		13:00	13:15	0:15	13:00	13:15	0:15		椅子カバー制作
5	金		13:00	13:15	0:15	13:00	13:15	0:15		椅子カバー制作
6	土	☆								
7	日	☆								
8	月		13:00	13:15	0:15	13:00	13:15	0:15		椅子カバー制作
9	火		13:00	13:15	0:15	13:00	13:15	0:15		椅子カバー制作
10	水		13:00	13:15	0:15	13:00	13:15	0:15		椅子カバー制作
11	木		13:00	13:15	0:15	13:00	13:15	0:15		椅子カバー制作
12	金		13:00	13:15	0:15	13:00	13:15	0:15		椅子カバー制作
13	土	☆							○	
14	日	☆							○	
15	月	☆							○	
16	火	☆							○	
17	水	☆							○	
18	木	☆							○	
19	金	☆							○	
20	土	☆							○	
21	日	☆							○	
22	月	☆							○	
23	火	☆							○	
24	水	☆							○	
25	木	☆							○	
26	金	☆							○	
27	土		11:20	16:20	5:00	11:00	16:00	5:00		一誠園まごころ祭補助
28	日	☆								
29	月		13:00	13:15	0:15	13:00	13:15	0:15		椅子カバー制作
30	火		13:00	13:15	0:15	13:00	13:15	0:15		椅子カバー制作
					8:00			8:00	14	

休養日累計

63