

【様式2】

2026年度 4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				
職名					氏名					

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	水	☆							○	
2	木	☆							○	
3	金		8:00	11:00	3:00	8:00	11:00	3:00		
4	土		8:00	11:00	3:00	8:00	11:00	3:00		
5	日		8:00	11:00	3:00	8:00	11:00	3:00		
6	月	☆							○	
7	火	☆							○	
8	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
9	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
10	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
11	土		8:00	11:00	3:00	8:00	11:00	3:00		
12	日	☆							○	
13	月		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
14	火		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
15	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
16	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
17	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
18	土		8:00	11:00	3:00	8:00	11:00	3:00		
19	日	☆				8:00	11:00	3:00		
20	月		16:00	18:00	2:00				○	
21	火		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
22	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
23	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
24	金		16:00	18:00	2:00				○	
25	土		8:00	11:00	3:00	8:00	16:00	8:00		東北ブロック合宿
26	日		8:00	11:00	3:00	8:00	16:00	8:00		↓
27	月		16:00	18:00	2:00	8:00	16:00	8:00		
28	火	☆							○	
29	水		8:00	11:00	3:00	8:00	11:00	3:00		
30	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
					54:00				69:00	8

【様式2】

2026年度4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				
職名				氏名						
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	水		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
2	木	☆							○	
3	金		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
4	土		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
5	日		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
6	月		9:00	12:00	3:00				○	
7	火	☆							○	
8	水		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
9	木		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
10	金		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
11	土		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
12	日		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
13	月	☆				16:00	19:00	3:00		
14	火		16:00	19:00	3:00				○	
15	水		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
16	木		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
17	金		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
18	土		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
19	日		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
20	月	☆							○	
21	火		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
22	水		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
23	木		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
24	金		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
25	土		8:00	18:00	10:00	8:00	17:00	9:00		春季大会
26	日		8:00	18:00	10:00	8:00	16:30	8:30		春季大会
27	月	☆							○	
28	火		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
29	水		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
30	木		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
					89:00			83:30	6	

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				
職名				氏名						
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	水		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
2	木		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
3	金		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
4	土		9:00	13:00	4:00	9:00	13:00	4:00		
5	日		9:00	13:00	4:00	9:00	13:00	4:00		
6	月	☆							○	
7	火	☆							○	
8	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
9	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
10	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
11	土		9:00	16:00	7:00	8:00	16:00	8:00		
12	日		9:00	16:00	7:00	8:00	16:00	8:00		
13	月	☆							○	
14	火		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
15	水		9:00	16:00	7:00				○	
16	木	☆							○	
17	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
18	土		9:00	16:00	7:00	8:00	16:00	8:00		
19	日		9:00	16:00	7:00	8:00	16:00	8:00		
20	月	☆							○	
21	火		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
22	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
23	木	☆							○	
24	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
25	土		9:00	13:00	4:00	9:00	16:00	7:00		
26	日		9:00	13:00	4:00	9:00	13:00	4:00		
27	月	☆							○	
28	火		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
29	水	☆				9:00	13:00	4:00		
30	木		16:00	18:00	2:00				○	
					80:00			82:00	9	

【様式2】

2026年度 4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				
職名				氏名						
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	水		8:30	11:30	3:00	8:30	11:30	3:00		
2	木		8:30	11:30	3:00	8:30	11:30	3:00		
3	金	☆							○	
4	土	☆							○	
5	日	☆							○	
6	月	☆							○	
7	火								○	
8	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
9	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
10	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
11	土	☆							○	
12	日	☆							○	
13	月	☆							○	
14	火		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
15	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
16	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
17	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
18	土	☆	7:00	17:00	10:00	7:00	17:00	10:00		地区春季大会
19	日	☆							○	
20	月	☆							○	
21	火		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
22	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
23	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
24	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
25	土	☆							○	
26	日	☆							○	
27	月	☆							○	
28	火		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
29	水	☆	8:30	11:30	3:00	8:30	11:30	3:00		
30	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
					45:00			45:00	13	

【様式2】

2026年度 4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				
職名				氏名						
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	水	☆							○	
2	木		9:00	12:00	3:00	9:00	11:00	2:00		
3	金	☆							○	
4	土		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
5	日	☆							○	
6	月	☆							○	
7	火	☆							○	
8	水	☆							○	
9	木		16:00	18:00	2:00	16:00	17:30	1:30		
10	金		16:00	18:00	2:00	16:00	17:00	1:00		
11	土		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
12	日	☆							○	
13	月		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
14	火		16:00	18:00	2:00	16:00	17:40	1:40		
15	水	☆							○	
16	木		16:00	18:00	2:00	16:00	17:40	1:40		
17	金		16:00	18:00	2:00	16:00	17:30	1:30		
18	土		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
19	日	☆							○	
20	月		16:00	18:00	2:00	16:00	16:55	0:55		
21	火		16:00	18:00	2:00	16:00	17:00	1:00		
22	水		16:00	18:00	2:00	16:00	16:20	0:20		
23	木	☆							○	
24	金		16:00	18:00	2:00	16:00	16:30	0:30		
25	土		9:00	16:30	7:30				○	南部地区大会
26	日		9:00	16:30	7:30	8:00	15:30	7:30		南部地区大会
27	月	☆							○	
28	火		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
29	水	☆							○	
30	木		16:00	18:00	2:00				○	
					51:00			32:35	14	

【様式2】

2026年度 4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				
職名				氏名						
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	水		9:00	12:00	3:00				○	
2	木		9:00	12:00	3:00				○	
3	金	☆							○	
4	土		9:00	12:00	3:00				○	
5	日	☆							○	
6	月		9:00	12:00	3:00				○	
7	火	☆							○	
8	水		15:40	17:40	2:00				○	
9	木		15:40	17:40	2:00				○	
10	金		15:40	17:40	2:00				○	
11	土		9:00	12:00	3:00				○	
12	日	☆							○	
13	月		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00		
14	火		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00		
15	水		15:40	17:40	2:00				○	
16	木		15:40	17:40	2:00				○	
17	金	☆				15:40	17:40	2:00		
18	土		9:00	12:00	3:00				○	
19	日	☆							○	
20	月		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00		
21	火		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00		
22	水		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00		
23	木		15:40	17:40	2:00				○	
24	金	☆							○	
25	土		9:00	12:00	3:00				○	
26	日	☆							○	
27	月		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00		
28	火		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00		
29	水	☆							○	
30	木		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00		
					49:00			18:00	21	

【様式2】

2026年度 4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				
職名				氏名						
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	水	☆							○	
2	木		9:30	12:30	3:00	9:30	12:30	3:00		
3	金	☆							○	
4	土	☆							○	
5	日	☆							○	
6	月	☆							○	
7	火	☆							○	
8	水	☆							○	
9	木		16:00	17:30	1:30	16:00	17:30	1:30		
10	金	☆							○	
11	土	☆							○	
12	日	☆							○	
13	月		15:40	17:30	1:50	15:40	17:30	1:50		
14	火		15:40	17:30	1:50	15:40	17:30	1:50		
15	水		15:40	17:30	1:50	15:40	17:30	1:50		
16	木		15:40	17:30	1:50	15:40	17:30	1:50		
17	金	☆							○	
18	土	☆							○	
19	日	☆							○	
20	月	☆							○	
21	火		15:40	17:30	1:50	15:40	17:30	1:50		
22	水		15:40	17:30	1:50					
23	木		15:40	17:30	1:50	15:40	17:30	1:50		
24	金	☆							○	
25	土	☆							○	
26	日	☆							○	
27	月		15:40	17:30	1:50	15:40	17:30	1:50		
28	火		15:40	17:30	1:50	15:40	17:30	1:50		
29	水	☆							○	
30	木		15:40	17:30	1:50	15:40	17:30	1:50		
					22:50			21:00	18	

【様式2】

2026年度 4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				
職名				氏名						
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	水	☆							○	
2	木	☆							○	
3	金	☆							○	
4	土	☆							○	
5	日	☆							○	
6	月	☆							○	
7	火	☆							○	
8	水		15:30	16:00	0:30				○	ミーティング
9	木	☆							○	
10	金	☆							○	
11	土	☆							○	
12	日	☆							○	
13	月	☆							○	
14	火	☆							○	
15	水	☆							○	
16	木	☆				15:30	16:00	0:30		ミーティング
17	金		15:30	16:00	0:30				○	
18	土		8:45	10:30	1:45	8:45	11:30	2:45		鯉のぼりあげボランティア
19	日	☆							○	
20	月	☆							○	
21	火	☆							○	
22	水	☆							○	
23	木	☆							○	
24	金		15:30	16:00	0:30				○	
25	土	☆							○	
26	日		8:45	11:30	2:45	8:30	11:30	3:00		鯉のぼりあげボランティア
27	月	☆				15:30	16:00	0:30		ミーティング
28	火	☆							○	
29	水		7:30	13:30	6:00	7:30	13:30	6:00		ホタテ駅伝ボランティア
30	木	☆							○	
					12:00				12:45	25