

【様式2】

2026年度 5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	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
2	土		8:00	11:00	3:00	8:00	11:00	3:00		
3	日		8:00	11:00	3:00				○	
4	月		8:00	11:00	3:00				○	
5	火	☆				8:00	11:00	3:00		
6	水	☆				8:00	11:00	3:00		
7	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
8	金		16:00	18:00	2:00				○	
9	土		8:00	11:00	3:00	8:00	11:00	3:00		
10	日		8:00	11:00	3:00				○	
11	月	☆				16:00	18:00	2:00		
12	火		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
13	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
14	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
15	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
16	土		8:00	11:00	3:00				○	
17	日		8:00	11:00	3:00	8:00	11:00	3:00		
18	月	☆				16:00	18:00	2:00		
19	火		16:00	18:00	2:00				○	
20	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
21	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
22	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
23	土		8:00	11:00	3:00				○	
24	日		8:00	11:00	3:00	8:00	11:00	3:00		
25	月	☆							○	
26	火		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
27	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
28	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
29	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
30	土		8:00	11:00	3:00	8:00	11:00	3:00		
31	日		8:00	11:00	3:00				○	
					63:00			51:00	9	

【様式2】

2026年度 5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	金		16:00	18:00	2:00	16:00	19:00	3:00		
2	土		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
3	日		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
4	月		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
5	火	☆							○	
6	水	☆							○	
7	木		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
8	金		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
9	土		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
10	日		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
11	月	☆							○	
12	火		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
13	水		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
14	木		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
15	金		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
16	土		9:00	12:00	3:00	12:00	15:00	3:00		
17	日		9:00	12:00	3:00	12:00	15:00	3:00		
18	月	☆							○	
19	火		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
20	水		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
21	木		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
22	金		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
23	土		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
24	日		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
25	月	☆							○	
26	火		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
27	水		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
28	木		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
29	金		16:00	19:00	3:00	16:00	19:00	3:00		
30	土		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
31	日		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
					77:00				78:00	5

【様式2】

2026年度 5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				
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	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
2	土		9:00	15:00	6:00	9:00	13:00	4:00		
3	日		9:00	15:00	6:00	9:00	13:00	4:00		
4	月		9:00	13:00	4:00	9:00	13:00	4:00		
5	火		9:00	13:00	4:00				○	
6	水	☆				9:00	13:00	4:00		
7	木	☆							○	
8	金		16:00	18:00	2:00				○	
9	土		9:00	13:00	4:00	9:00	13:00	4:00		
10	日		9:00	13:00	4:00	7:00	17:00	10:00		
11	月	☆							○	
12	火		16:00	18:00	2:00				○	
13	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
14	木	☆							○	
15	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
16	土		9:00	13:00	4:00				○	
17	日	☆							○	
18	月	☆							○	
19	火		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
20	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
21	木	☆								
22	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
23	土		9:00	13:00	4:00				○	
24	日		9:00	13:00	4:00	9:00	13:00	4:00		
25	月	☆							○	
26	火		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
27	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
28	木		16:00	18:00	2:00				○	
29	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
30	土		9:00	13:00	4:00	9:00	13:00	4:00		
31	日	☆				9:00	13:00	4:00		
					68:00			60:00	12	

【様式2】

2026年度 5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	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
2	土	☆							○	
3	日	☆							○	
4	月	☆							○	
5	火		8:30	11:30	3:00	8:30	11:30	3:00		
6	水		8:30	11:30	3:00	8:30	11:30	3:00		
7	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
8	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
9	土		7:00	19:00	12:00	7:00	19:00	12:00		県春季大会
10	日		7:00	15:00	8:00	7:00	15:00	8:00		県春季大会
11	月	☆							○	
12	火		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
13	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
14	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
15	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
16	土	☆							○	
17	日	☆							○	
18	月	☆							○	
19	火		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
20	水		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
21	木		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
22	金		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
23	土	☆							○	
24	日	☆							○	
25	月	☆							○	
26	火		15:00	17:00	2:00	15:00	18:00	3:00		
27	水		15:00	17:00	2:00	15:00	18:00	3:00		
28	木		15:00	17:00	2:00	15:00	18:00	3:00		
29	金		15:00	17:00	2:00	15:00	18:00	3:00		
30	土								○	
31	日								○	
					56:00			60:00	12	

【様式2】

2026年度 5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	金		16:00	18:00	2:00	16:00	17:30	1:30		
2	土		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
3	日	☆							○	
4	月	☆							○	
5	火	☆				9:00	12:00	3:00		
6	水		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
7	木		16:00	18:00	2:00	16:00	16:50	0:50		
8	金					8:30	14:30	6:00		県春季
9	土					13:00	17:30	4:30		県春季
10	日								○	県春季
11	月	☆				16:00	16:37	0:37		
12	火		16:00	18:00	2:00	16:00	18:00	2:00		
13	水	☆							○	
14	木		16:00	18:00	2:00	16:00	17:55	1:55		
15	金		16:00	18:00	2:00	16:00	17:45	1:45		
16	土		9:00	12:00	3:00	9:00	12:00	3:00		
17	日	☆							○	
18	月		16:00	18:00	2:00	16:00	17:31	1:31		
19	火		16:00	18:00	2:00	16:20	18:00	1:40		
20	水		16:00	18:00	2:00	16:00	17:24	1:24		
21	木		16:00	18:00	2:00	16:00	16:45	0:45		
22	金					7:30	14:30	7:00		高総体
23	土					8:00	11:30	3:30		高総体
24	日					10:00	13:30	3:30		高総体
25	月					8:00	13:30	5:30		高総体
26	火	☆							○	
27	水	☆							○	
28	木		15:00	17:00	2:00					
29	金		15:00	17:00	2:00					
30	土								○	
31	日	☆							○	
					31:00				55:57	9

【様式2】

2026年度 5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	金		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00		
2	土		9:00	12:00	3:00				○	
3	日	☆							○	
4	月	☆							○	
5	火	☆							○	
6	水	☆							○	
7	木		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00		
8	金		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00		
9	土		9:00	12:00	3:00				○	
10	日	☆							○	
11	月		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00		
12	火		15:40	17:40	2:00				○	
13	水		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00		
14	木		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00		
15	金	☆				15:40	17:40	2:00		
16	土		9:00	12:00	3:00				○	
17	日	☆							○	
18	月		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00		
19	火		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00		
20	水		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00		
21	木		15:40	17:40	2:00	15:40	17:40	2:00		
22	金	☆							○	
23	土		9:00	12:00	3:00				○	
24	日	☆							○	
25	月		15:40	17:40	2:00	14:50	16:50	2:00		
26	火		15:40	17:40	2:00				○	
27	水		15:40	17:40	2:00	14:50	16:50	2:00		
28	木		15:40	17:40	2:00	14:50	16:50	2:00		
29	金	☆							○	
30	土		9:00	12:00	3:00				○	
31	日	☆							○	
					45:00			28:00	17	

【様式2】

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

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	金	☆							○	
2	土	☆							○	
3	日	☆							○	
4	月	☆							○	
5	火	☆							○	
6	水	☆							○	
7	木		15:30	16:00	0:30	15:30	16:00	0:30		ミーティング
8	金	☆							○	
9	土	☆							○	
10	日		8:30	11:30	3:00				○	鯉のぼりあげボランティア
11	月	☆							○	
12	火	☆							○	
13	水	☆							○	
14	木	☆							○	
15	金	☆							○	
16	土	☆							○	
17	日	☆							○	
18	月		15:30	16:00	0:30	15:30	16:00	0:30		ミーティング
19	火	☆							○	
20	水	☆							○	
21	木	☆							○	
22	金	☆							○	
23	土		9:00	11:30	2:30	9:00	12:00	3:00		ゴミ拾いボランティア
24	日	☆							○	
25	月	☆							○	
26	火	☆							○	
27	水	☆							○	
28	木	☆				15:30	16:40	1:10		インターアクトクラブ会議
29	金	☆							○	
30	土	☆							○	
31	日	☆							○	
					6:30			5:10	27	