

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

休養日累計

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

休養日累計

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

休養日累計

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

休養日累計

【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					
2	土		9:00	12:00	3:00					
3	日	☆								
4	月	☆								
5	火	☆								
6	水		9:00	12:00	3:00					
7	木		16:00	18:00	2:00					
8	金									県春季
9	土									県春季
10	日									県春季
11	月	☆								
12	火		16:00	18:00	2:00					
13	水	☆								
14	木		16:00	18:00	2:00					
15	金		16:00	18:00	2:00					
16	土		9:00	12:00	3:00					
17	日	☆								
18	月		16:00	18:00	2:00					
19	火		16:00	18:00	2:00					
20	水		16:00	18:00	2:00					
21	木		16:00	18:00	2:00					
22	金									高総体
23	土									高総体
24	日									高総体
25	月									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					

休養日累計

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

休養日累計

【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					
8	金	☆								
9	土	☆								
10	日	☆								
11	月		15:40	17:30	1:50					
12	火		15:40	17:30	1:50					
13	水	☆								
14	木		15:40	17:30	1:50					
15	金	☆								
16	土	☆								
17	日	☆								
18	月		15:40	17:30	1:50					
19	火		15:40	17:30	1:50					
20	水	☆								
21	木		15:40	17:30	1:50					
22	金	☆								
23	土	☆								
24	日	☆								
25	月		15:40	17:30	1:50					
26	火		15:40	17:30	1:50					
27	水	☆								
28	木		15:40	17:30	1:50					
29	金	☆								
30	土	☆								
31	日	☆								
					18:20					

休養日累計

【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	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					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					ミーティング
19	火	☆								
20	水	☆								
21	木	☆								
22	金	☆								
23	土		9:00	11:30	2:30					ゴミ拾いボランティア
24	日	☆								
25	月	☆								
26	火	☆								
27	水	☆								
28	木	☆								インターアクトクラブ会議
29	金	☆								
30	土	☆								
31	日	☆								
					6:30					

休養日累計