

【様式2】

2026年度6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	月	☆								
2	火		16:00	18:00	2:00					
3	水		16:00	18:00	2:00					
4	木		16:00	18:00	2:00					
5	金		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	☆								
10	水		16:00	18:00	2:00					
11	木		16:00	18:00	2:00					
12	金		16:00	18:00	2:00					
13	土		8:00	11:00	3:00					
14	日		8:00	11:00	3:00					
15	月	☆								
16	火		16:00	18:00	2:00					
17	水		16:00	18:00	2:00					
18	木	☆								
19	金	☆								
20	土	☆								
21	日	☆								
22	月	☆								
23	火	☆								
24	水	☆								
25	木	☆								
26	金	☆								
27	土	☆								
28	日	☆								
29	月	☆								
30	火		13:00	15:00	2:00					
					34:00					

休養日累計

【様式2】

2026年度6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	月	☆								
2	火		16:00	19:00	3:00					
3	水		16:00	19:00	3:00					
4	木		16:00	19:00	3:00					
5	金		16:00	19:00	3:00					
6	土		8:00	18:00	10:00					高校総体
7	日		8:00	18:00	10:00					高校総体
8	月		9:00	14:00	5:00					高校総体
9	火	☆								
10	水		16:00	19:00	3:00					
11	木		16:00	19:00	3:00					
12	金		16:00	19:00	3:00					
13	土		9:00	12:00	3:00					
14	日		9:00	12:00	3:00					
15	月	☆								
16	火		16:00	19:00	3:00					
17	水		16:00	19:00	3:00					
18	木	☆								
19	金	☆								
20	土	☆								
21	日	☆								
22	月	☆								
23	火	☆								
24	水	☆								
25	木	☆								
26	金	☆								
27	土	☆								
28	日	☆								
29	月	☆								
30	火		14:00	17:00	3:00					
					61:00					

休養日累計

【様式2】

2026年度6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	月	☆								
2	火		15:00	17:00	2:00					
3	水		15:00	17:00	2:00					
4	木		15:00	17:00	2:00					
5	金		15:00	17:00	2:00					
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					
11	木		16:00	18:00	2:00					
12	金		16:00	18:00	2:00					
13	土		9:00	13:00	4:00					
14	日		9:00	13:00	4:00					
15	月	☆								
16	火		16:00	18:00	2:00					
17	水		16:00	18:00	2:00					
18	木	☆								
19	金	☆								
20	土	☆								
21	日	☆								
22	月	☆								
23	火	☆								
24	水	☆								
25	木	☆								
26	金	☆								
27	土	☆								
28	日	☆								
29	月	☆								
30	火	☆								
					32:00					

休養日累計

【様式2】

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

休養日累計

【様式2】

2026年度6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	月		15:00	17:00	2:00					
2	火		15:00	17:00	2:00					
3	水	☆								
4	木		15:00	17:00	2:00					
5	金		12:00	14:00	2:00					
6	土		9:00	12:00	3:00					
7	日	☆								
8	月		16:00	18:00	2:00					
9	火		16:00	18:00	2:00					
10	水	☆								
11	木		16:00	18:00	2:00					
12	金		16:00	18:00	2:00					
13	土		9:00	12:00	3:00					
14	日	☆								
15	月		16:00	18:00	2:00					
16	火		16:00	18:00	2:00					
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	☆								
30	火		16:00	18:00	2:00					
					28:00					

休養日累計

【様式2】

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

休養日累計

【様式2】

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

休養日累計

【様式2】

2026年度6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	月		15:30	16:00	0:30					ミーティング
2	火	☆								
3	水	☆								
4	木	☆								
5	金	☆								
6	土	☆								
7	日	☆								
8	月	☆								
9	火	☆								
10	水	☆								
11	木		15:30	16:00	0:30					ミーティング
12	金	☆								
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	☆								
28	日	☆								
29	月	☆								
30	火	☆								
					1:00					

休養日累計