

【様式2】

2026年度 10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		スキ一部				
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	木		16:00	18:00	2:00					
2	金	☆								
3	土		8:00	11:00	3:00					
4	日		8:00	11:00	3:00					
5	月	☆								
6	火		16:00	18:00	2:00					
7	水		16:00	18:00	2:00					
8	木		16:00	18:00	2:00					
9	金		16:00	18:00	2:00					
10	土		8:00	11:00	3:00					
11	日		8:00	11:00	3:00					
12	月		8:00	11:00	3:00					
13	火	☆								
14	水		16:00	18:00	2:00					
15	木		16:00	18:00	2:00					
16	金		16:00	18:00	2:00					
17	土		8:00	11:00	3:00					
18	日		8:00	11:00	3:00					
19	月	☆								
20	火		16:00	18:00	2:00					
21	水		16:00	18:00	2:00					
22	木		16:00	18:00	2:00					
23	金		16:00	18:00	2:00					
24	土		8:00	11:00	3:00					
25	日		8:00	11:00	3:00					
26	月	☆								
27	火		16:00	18:00	2:00					
28	水		16:00	18:00	2:00					
29	木		16:00	18:00	2:00					
30	金		16:00	18:00	2:00					
31	土		8:00	11:00	3:00					
					62:00			0:00	0	

【様式2】

2026年度 10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	木		16:00	19:00	3:00					
2	金	☆								
3	土		9:00	12:00	3:00					
4	日		9:00	12:00	3:00					
5	月	☆								
6	火		16:00	19:00	3:00					
7	水		16:00	19:00	3:00					
8	木		16:00	19:00	3:00					
9	金		16:00	19:00	3:00					
10	土	☆								
11	日		9:00	12:00	3:00					
12	月		9:00	12:00	3:00					
13	火		16:00	19:00	3:00					
14	水		16:00	19:00	3:00					
15	木		16:00	19:00	3:00					
16	金		16:00	19:00	3:00					
17	土		9:00	12:00	3:00					
18	日	☆								
19	月	☆								
20	火		16:00	19:00	3:00					
21	水		16:00	19:00	3:00					
22	木		16:00	19:00	3:00					
23	金		16:00	19:00	3:00					
24	土		9:00	12:00	3:00					
25	日		9:00	12:00	3:00					
26	月	☆								
27	火		16:00	19:00	3:00					
28	水		16:00	19:00	3:00					
29	木		16:00	19:00	3:00					
30	金		16:00	19:00	3:00					
31	土		9:00	12:00	3:00					
					75:00				0:00	0

休養日累計

60

【様式2】

2026年度 10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	木		16:00	18:00	2:00					
2	金	☆	16:00	18:00	2:00					
3	土	☆								
4	日	☆								
5	月	☆								
6	火		16:00	18:00	2:00					
7	水		16:00	18:00	2:00					
8	木		16:00	18:00	2:00					
9	金		16:00	18:00	2:00					
10	土	☆								
11	日	☆								
12	月	☆								
13	火	☆	16:00	18:00	2:00					
14	水		16:00	18:00	2:00					
15	木		16:00	18:00	2:00					
16	金		16:00	18:00	2:00					
17	土	☆	7:30	17:00	9:30					
18	日	☆	7:30	17:00	9:30					
19	月	☆								
20	火		16:00	18:00	2:00					
21	水		15:30	17:30	2:00					
22	木		16:00	18:00	2:00					
23	金		16:00	18:00	2:00					
24	土	☆								
25	日	☆								
26	月	☆								
27	火		16:00	18:00	2:00					
28	水		16:00	18:00	2:00					
29	木		16:00	18:00	2:00					
30	金		16:00	18:00	2:00					
31	土	☆								
					55:00				55:00	10

休養日累計

118

【様式2】

2026年度 10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	木		16:00	18:00	2:00					
2	金	☆								
3	土		9:00	12:00	3:00					
4	日	☆								
5	月		16:00	18:00	2:00					
6	火		16:00	18:00	2:00					
7	水	☆								
8	木		16:00	18:00	2:00					
9	金		16:00	18:00	2:00					
10	土		9:00	12:00	3:00					
11	日	☆								
12	月	☆								
13	火		16:00	18:00	2:00					
14	水		16:00	18:00	2:00					
15	木	☆								
16	金		16:00	18:00	2:00					
17	土		9:00	12:00	3:00					
18	日	☆								
19	月		16:00	18:00	2:00					
20	火		16:00	18:00	2:00					
21	水	☆								
22	木		16:00	18:00	2:00					
23	金		16:00	18:00	2:00					
24	土		9:00	12:00	3:00					
25	日	☆								
26	月		16:00	18:00	2:00					
27	火		16:00	18:00	2:00					
28	水	☆								
29	木		16:00	18:00	2:00					
30	金		16:00	18:00	2:00					
31	土		9:00	12:00	3:00					
					47:00				0:00	0

休養日累計 88

【様式2】

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

休養日累計

111

【様式2】

2026年度 10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	木		15:40	17:40	2:00					
2	金	☆								
3	土		9:00	12:00	3:00					
4	日	☆								
5	月		15:40	17:40	2:00					
6	火		15:40	17:40	2:00					
7	水		15:40	17:40	2:00					
8	木		15:40	17:40	2:00					
9	金	☆								
10	土		9:00	12:00	3:00					
11	日	☆								
12	月	☆								
13	火		15:40	17:40	2:00					
14	水		15:40	17:40	2:00					
15	木		15:40	17:40	2:00					
16	金		15:40	17:40	2:00					
17	土		9:00	12:00	3:00					
18	日	☆								
19	月		15:40	17:40	2:00					
20	火		15:40	17:40	2:00					
21	水		15:40	17:40	2:00					
22	木		15:40	17:40	2:00					
23	金	☆								高総文祭
24	土	☆								高総文祭
25	日	☆								高総文祭
26	月		15:40	17:40	2:00					
27	火		15:40	17:40	2:00					
28	水		15:40	17:40	2:00					
29	木		15:40	17:40	2:00					
30	金	☆								
31	土		9:00	12:00	3:00					
					46:00				0:00	0

休養日累計

109

【様式2】

2026年度 10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	木	☆								
2	金	☆								
3	土	☆								
4	日	☆								
5	月	☆								
6	火	☆								
7	水	☆								
8	木	☆								
9	金		15:45	16:30	0:45					ミーティング
10	土	☆								
11	日		9:00	16:00	7:00					青年部縁日
12	月	☆								
13	火	☆								
14	水	☆								
15	木	☆								
16	金	☆								
17	土		9:00	16:00	7:00					馬門文化祭
18	日		9:00	16:00	7:00					馬門文化祭
19	月	☆								
20	火	☆								
21	水	☆								
22	木	☆								
23	金		15:45	16:30	0:45					ミーティング
24	土	☆								
25	日	☆								
26	月	☆								
27	火	☆								
28	水	☆								
29	木	☆								
30	金	☆								
31	土	☆								
					22:30				0:00	0

休養日累計

135