

活動日：○ 休養日：×

令和7年度 【女子バレーボール部】年間活動計画

宮崎県立延岡商業高等学校

| 4 月   |   |           |    |    |
|-------|---|-----------|----|----|
| 日     | 曜 | 行事・活動予定等  | 平日 | 休日 |
| 1     | 火 |           | ×  |    |
| 2     | 水 |           | ○  |    |
| 3     | 木 |           | ○  |    |
| 4     | 金 |           | ○  |    |
| 5     | 土 |           |    | ○  |
| 6     | 日 |           |    | ×  |
| 7     | 月 |           | ○  |    |
| 8     | 火 |           | ×  |    |
| 9     | 水 | 始業の日      | ○  |    |
| 10    | 木 | 入学式       | ○  |    |
| 11    | 金 | 実力考査・課題考査 | ○  |    |
| 12    | 土 |           |    | ○  |
| 13    | 日 |           |    | ×  |
| 14    | 月 |           | ○  |    |
| 15    | 火 |           | ×  |    |
| 16    | 水 |           | ○  |    |
| 17    | 木 |           | ○  |    |
| 18    | 金 |           | ○  |    |
| 19    | 土 | 九州総合      |    | ○  |
| 20    | 日 |           |    | ×  |
| 21    | 月 |           | ○  |    |
| 22    | 火 |           | ×  |    |
| 23    | 水 |           | ○  |    |
| 24    | 木 |           | ○  |    |
| 25    | 金 |           | ○  |    |
| 26    | 土 | PTA総会     |    | ○  |
| 27    | 日 |           |    | ○  |
| 28    | 月 | 代休日       |    | ×  |
| 29    | 火 | 昭和の日      |    | ○  |
| 30    | 水 |           | ○  |    |
|       |   |           |    |    |
| 休養日合計 |   |           | 4  | 4  |
| 活動日合計 |   |           | 15 | 5  |

| 5 月   |   |           |    |    |
|-------|---|-----------|----|----|
| 日     | 曜 | 行事・活動予定等  | 平日 | 休日 |
| 1     | 木 |           | ○  |    |
| 2     | 金 | 歓迎遠足      | ○  |    |
| 3     | 土 | 憲法記念日     |    | ○  |
| 4     | 日 | みどりの日     |    | ○  |
| 5     | 月 | こどもの日     |    | ×  |
| 6     | 火 | 振替休日      |    | ×  |
| 7     | 水 |           | ○  |    |
| 8     | 木 |           | ○  |    |
| 9     | 金 |           | ○  |    |
| 10    | 土 | 県北大大会     |    | ○  |
| 11    | 日 |           |    | ×  |
| 12    | 月 | 短縮練習      | ○  |    |
| 13    | 火 |           | ×  |    |
| 14    | 水 | 中間考査・短縮練習 | ○  |    |
| 15    | 木 | 中間考査・短縮練習 | ○  |    |
| 16    | 金 | 中間考査      | ○  |    |
| 17    | 土 |           |    | ○  |
| 18    | 日 |           |    | ○  |
| 19    | 月 |           | ○  |    |
| 20    | 火 |           | ×  |    |
| 21    | 水 |           | ○  |    |
| 22    | 木 |           | ○  |    |
| 23    | 金 |           | ○  |    |
| 24    | 土 | 高校総体      | ○  |    |
| 25    | 日 | 高校総体      |    | ○  |
| 26    | 月 | 高校総体      | ○  |    |
| 27    | 火 | 高校総体      | ○  |    |
| 28    | 水 | 代休日       |    | ×  |
| 29    | 木 |           | ○  |    |
| 30    | 金 |           | ○  |    |
| 31    | 土 |           |    | ○  |
| 休養日合計 |   |           | 2  | 4  |
| 活動日合計 |   |           | 18 | 7  |

| 6 月   |   |          |    |    |
|-------|---|----------|----|----|
| 日     | 曜 | 行事・活動予定等 | 平日 | 休日 |
| 1     | 日 |          |    | ×  |
| 2     | 月 |          | ○  |    |
| 3     | 火 |          | ×  |    |
| 4     | 水 |          | ○  |    |
| 5     | 木 |          | ○  |    |
| 6     | 金 |          | ○  |    |
| 7     | 土 |          |    | ○  |
| 8     | 日 |          |    | ×  |
| 9     | 月 |          | ○  |    |
| 10    | 火 |          | ×  |    |
| 11    | 水 |          | ○  |    |
| 12    | 木 |          | ○  |    |
| 13    | 金 |          | ○  |    |
| 14    | 土 | 天皇・皇后杯   |    | ○  |
| 15    | 日 |          |    | ×  |
| 16    | 月 |          | ○  |    |
| 17    | 火 |          | ×  |    |
| 18    | 水 |          | ○  |    |
| 19    | 木 | 短縮練習     | ○  |    |
| 20    | 金 | 短縮練習     | ○  |    |
| 21    | 土 |          |    | ×  |
| 22    | 日 |          |    | ×  |
| 23    | 月 |          | ×  |    |
| 24    | 火 | 期末考査     | ×  |    |
| 25    | 水 | 期末考査     | ×  |    |
| 26    | 木 | 期末考査     | ×  |    |
| 27    | 金 | 期末考査     | ○  |    |
| 28    | 土 |          |    | ○  |
| 29    | 日 |          |    | ×  |
| 30    | 月 |          | ○  |    |
|       |   |          |    |    |
| 休養日合計 |   |          | 7  | 6  |
| 活動日合計 |   |          | 14 | 3  |

| 7 月   |   |          |    |    |
|-------|---|----------|----|----|
| 日     | 曜 | 行事・活動予定等 | 平日 | 休日 |
| 1     | 火 |          | ×  |    |
| 2     | 水 |          | ○  |    |
| 3     | 木 |          | ○  |    |
| 4     | 金 |          | ○  |    |
| 5     | 土 |          |    | ○  |
| 6     | 日 |          |    | ×  |
| 7     | 月 |          | ○  |    |
| 8     | 火 |          | ×  |    |
| 9     | 水 |          | ○  |    |
| 10    | 木 |          | ○  |    |
| 11    | 金 |          | ○  |    |
| 12    | 土 |          |    | ○  |
| 13    | 日 |          |    | ×  |
| 14    | 月 |          | ○  |    |
| 15    | 火 |          | ×  |    |
| 16    | 水 |          | ○  |    |
| 17    | 木 |          | ○  |    |
| 18    | 金 | 終業の日     | ○  |    |
| 19    | 土 |          |    | ○  |
| 20    | 日 |          |    | ○  |
| 21    | 月 | 海の日      |    | ×  |
| 22    | 火 |          | ×  |    |
| 23    | 水 |          | ○  |    |
| 24    | 木 |          | ○  |    |
| 25    | 金 |          | ○  |    |
| 26    | 土 |          |    | ○  |
| 27    | 日 |          |    | ×  |
| 28    | 月 |          | ○  |    |
| 29    | 火 |          | ×  |    |
| 30    | 水 |          | ○  |    |
| 31    | 木 |          | ○  |    |
| 休養日合計 |   |          | 5  | 4  |
| 活動日合計 |   |          | 17 | 5  |

| 8 月   |   |           |    |    |
|-------|---|-----------|----|----|
| 日     | 曜 | 行事・活動予定等  | 平日 | 休日 |
| 1     | 金 |           | ○  |    |
| 2     | 土 |           |    | ○  |
| 3     | 日 |           | ○  |    |
| 4     | 月 |           |    | ○  |
| 5     | 火 |           | ×  |    |
| 6     | 水 |           | ○  |    |
| 7     | 木 |           | ○  |    |
| 8     | 金 |           | ○  |    |
| 9     | 土 |           |    | ○  |
| 10    | 日 |           |    | ×  |
| 11    | 月 | 山の日       | ○  |    |
| 12    | 火 |           | ×  |    |
| 13    | 水 |           | ○  |    |
| 14    | 木 |           | ○  |    |
| 15    | 金 |           | ○  |    |
| 16    | 土 |           |    | ○  |
| 17    | 日 |           |    | ×  |
| 18    | 月 |           | ○  |    |
| 19    | 火 |           | ×  |    |
| 20    | 水 |           | ○  |    |
| 21    | 木 |           | ○  |    |
| 22    | 金 |           | ○  |    |
| 23    | 土 |           |    | ○  |
| 24    | 日 |           |    | ×  |
| 25    | 月 | 始業の日、課題考査 | ○  |    |
| 26    | 火 | 課題考査      | ×  |    |
| 27    | 水 |           | ○  |    |
| 28    | 木 |           | ○  |    |
| 29    | 金 |           | ○  |    |
| 30    | 土 |           |    | ○  |
| 31    | 日 |           |    | ×  |
| 休養日合計 |   |           | 4  | 4  |
| 活動日合計 |   |           | 17 | 6  |

| 9 月   |   |             |    |    |
|-------|---|-------------|----|----|
| 日     | 曜 | 行事・活動予定等    | 平日 | 休日 |
| 1     | 月 |             | ○  |    |
| 2     | 火 |             | ×  |    |
| 3     | 水 |             | ○  |    |
| 4     | 木 |             | ○  |    |
| 5     | 金 |             | ○  |    |
| 6     | 土 | 体育大会        |    | ×  |
| 7     | 日 |             |    | ○  |
| 8     | 月 | 代休日、体育大会予備日 |    | ○  |
| 9     | 火 | 代休予備日       | ×  |    |
| 10    | 水 |             | ○  |    |
| 11    | 木 |             | ○  |    |
| 12    | 金 |             | ○  |    |
| 13    | 土 |             |    | ○  |
| 14    | 日 |             |    | ○  |
| 15    | 月 | 敬老の日        |    | ×  |
| 16    | 火 |             | ×  |    |
| 17    | 水 |             | ○  |    |
| 18    | 木 |             | ○  |    |
| 19    | 金 |             | ○  |    |
| 20    | 土 |             |    | ○  |
| 21    | 日 |             |    | ×  |
| 22    | 月 |             | ○  |    |
| 23    | 火 | 秋分の日        |    | ○  |
| 24    | 水 |             | ○  |    |
| 25    | 木 |             | ○  |    |
| 26    | 金 |             | ○  |    |
| 27    | 土 |             |    | ○  |
| 28    | 日 |             |    | ×  |
| 29    | 月 |             | ○  |    |
| 30    | 火 |             | ×  |    |
|       |   |             |    |    |
| 休養日合計 |   |             | 4  | 4  |
| 活動日合計 |   |             | 15 | 7  |

活動日：○ 休養日：×

令和7年度 【女子バレーボール部】年間活動計画

宮崎県立延岡商業高等学校

| 10 月  |   |           |    |    |
|-------|---|-----------|----|----|
| 日     | 曜 | 行事・活動予定等  | 平日 | 休日 |
| 1     | 水 |           | ○  |    |
| 2     | 木 |           | ○  |    |
| 3     | 金 |           | ○  |    |
| 4     | 土 | 短縮練習      |    | ○  |
| 5     | 日 |           |    | ×  |
| 6     | 月 |           | ×  |    |
| 7     | 火 | 中間考査・短縮練習 | ○  |    |
| 8     | 水 | 中間考査・短縮練習 | ○  |    |
| 9     | 木 | 中間考査      | ○  |    |
| 10    | 金 |           | ○  |    |
| 11    | 土 |           |    | ○  |
| 12    | 日 |           |    | ○  |
| 13    | 月 | スポーツの日    |    | ×  |
| 14    | 火 |           | ×  |    |
| 15    | 水 |           | ○  |    |
| 16    | 木 |           | ○  |    |
| 17    | 金 |           | ○  |    |
| 18    | 土 |           |    | ○  |
| 19    | 日 |           |    | ×  |
| 20    | 月 |           | ○  |    |
| 21    | 火 |           | ×  |    |
| 22    | 水 |           | ○  |    |
| 23    | 木 | 桜華祭       | ○  |    |
| 24    | 金 |           | ○  |    |
| 25    | 土 | 桜マーケット    |    | ○  |
| 26    | 日 |           |    | ×  |
| 27    | 月 |           | ○  |    |
| 28    | 火 | 代休日       |    | ○  |
| 29    | 水 |           | ○  |    |
| 30    | 木 |           | ○  |    |
| 31    | 金 |           | ○  |    |
| 休養日合計 |   |           | 3  | 4  |
| 活動日合計 |   |           | 18 | 6  |

| 11 月  |   |             |    |    |
|-------|---|-------------|----|----|
| 日     | 曜 | 行事・活動予定等    | 平日 | 休日 |
| 1     | 土 |             |    | ○  |
| 2     | 日 | 春高バレー       |    | ○  |
| 3     | 月 | 文化の日 春高バレー  |    | ○  |
| 4     | 火 |             | ×  |    |
| 5     | 水 | 実力テスト（1・2年） | ○  |    |
| 6     | 木 |             | ○  |    |
| 7     | 金 |             | ○  |    |
| 8     | 土 |             |    | ○  |
| 9     | 日 |             |    | ×  |
| 10    | 月 |             | ○  |    |
| 11    | 火 |             | ×  |    |
| 12    | 水 |             | ○  |    |
| 13    | 木 |             | ○  |    |
| 14    | 金 |             | ○  |    |
| 15    | 土 |             |    | ○  |
| 16    | 日 |             |    | ×  |
| 17    | 月 |             | ○  |    |
| 18    | 火 |             | ×  |    |
| 19    | 水 |             | ○  |    |
| 20    | 木 | 短縮練習        | ○  |    |
| 21    | 金 | 短縮練習        | ○  |    |
| 22    | 土 |             |    | ×  |
| 23    | 日 | 勤労感謝の日      |    | ×  |
| 24    | 月 | 振替休日        |    | ×  |
| 25    | 火 | 期末考査・短縮練習   | ○  |    |
| 26    | 水 | 期末考査・短縮練習   | ○  |    |
| 27    | 木 | 期末考査・短縮練習   | ○  |    |
| 28    | 金 | 期末考査        |    |    |
| 29    | 土 |             |    | ○  |
| 30    | 日 |             |    | ×  |
|       |   |             |    |    |
| 休養日合計 |   |             | 3  | 6  |
| 活動日合計 |   |             | 14 | 6  |

| 12 月    |   |          |     |    |
|---------|---|----------|-----|----|
| 日       | 曜 | 行事・活動予定等 | 平日  | 休日 |
| 1       | 月 |          | ○   |    |
| 2       | 火 |          | ×   |    |
| 3       | 水 |          | ○   |    |
| 4       | 木 |          | ○   |    |
| 5       | 金 |          | ○   |    |
| 6       | 土 | 1年生大会    |     | ○  |
| 7       | 日 | 1年生大会    |     | ○  |
| 8       | 月 | 1年生大会    | ○   |    |
| 9       | 火 | 修学旅行     | ×   |    |
| 10      | 水 | 修学旅行     | ○   |    |
| 11      | 木 | 修学旅行     | ○   |    |
| 12      | 金 | 修学旅行     | ○   |    |
| 13      | 土 |          |     | ○  |
| 14      | 日 |          |     | ×  |
| 15      | 月 |          | ○   |    |
| 16      | 火 |          | ×   |    |
| 17      | 水 |          | ○   |    |
| 18      | 木 |          | ○   |    |
| 19      | 金 |          | ○   |    |
| 20      | 土 | みゆき学園杯   |     | ○  |
| 21      | 日 | みゆき学園杯   |     | ×  |
| 22      | 月 | 終業の日     | ○   |    |
| 23      | 火 |          | ×   |    |
| 24      | 水 |          | ○   |    |
| 25      | 木 |          | ○   |    |
| 26      | 金 |          | ○   |    |
| 27      | 土 |          |     | ○  |
| 28      | 日 |          |     | ×  |
| 29      | 月 |          | ○   |    |
| 30      | 火 |          | ×   |    |
| 31      | 水 |          | ×   |    |
| 休養日合計   |   |          | 6   | 3  |
| 活動日合計   |   |          | 17  | 5  |
| 年間平日活動日 |   |          | 186 |    |

| 1 月     |   |           |    |    |
|---------|---|-----------|----|----|
| 日       | 曜 | 行事・活動予定等  | 平日 | 休日 |
| 1       | 木 | 元旦        | ×  |    |
| 2       | 金 |           | ×  |    |
| 3       | 土 |           |    | ×  |
| 4       | 日 |           |    | ○  |
| 5       | 月 |           | ○  |    |
| 6       | 火 |           | ×  |    |
| 7       | 水 |           | ○  |    |
| 8       | 木 | 始業の日、課題考査 | ○  |    |
| 9       | 金 | 課題考査      | ○  |    |
| 10      | 土 |           |    | ○  |
| 11      | 日 |           |    | ○  |
| 12      | 月 | 成人の日      |    | ×  |
| 13      | 火 |           | ×  |    |
| 14      | 水 |           | ○  |    |
| 15      | 木 |           | ○  |    |
| 16      | 金 |           | ○  |    |
| 17      | 土 |           |    | ○  |
| 18      | 日 |           |    | ×  |
| 19      | 月 |           | ○  |    |
| 20      | 火 |           | ×  |    |
| 21      | 水 |           | ○  |    |
| 22      | 木 |           | ○  |    |
| 23      | 金 |           | ○  |    |
| 24      | 土 | 新人大会      |    | ○  |
| 25      | 日 | 新人大会      |    | ○  |
| 26      | 月 | 新人大会      | ○  |    |
| 27      | 火 |           | ×  |    |
| 28      | 水 |           | ○  |    |
| 29      | 木 |           | ○  |    |
| 30      | 金 |           | ○  |    |
| 31      | 土 |           |    | ○  |
| 休養日合計   |   |           | 6  | 3  |
| 活動日合計   |   |           | 15 | 7  |
| 年間休日活動日 |   |           | 69 |    |

| 2 月     |   |          |    |    |
|---------|---|----------|----|----|
| 日       | 曜 | 行事・活動予定等 | 平日 | 休日 |
| 1       | 日 |          |    | ○  |
| 2       | 月 |          | ○  |    |
| 3       | 火 |          | ×  |    |
| 4       | 水 |          | ○  |    |
| 5       | 木 |          | ○  |    |
| 6       | 金 |          | ○  |    |
| 7       | 土 |          |    | ○  |
| 8       | 日 |          |    | ×  |
| 9       | 月 |          | ○  |    |
| 10      | 火 |          | ×  |    |
| 11      | 水 | 建国記念日    |    | ○  |
| 12      | 木 | 短縮練習     | ○  |    |
| 13      | 金 | 短縮練習     | ○  |    |
| 14      | 土 |          |    | ×  |
| 15      | 日 |          |    | ×  |
| 16      | 月 |          | ×  |    |
| 17      | 火 | 学年末考査    | ×  |    |
| 18      | 水 | 学年末考査    | ×  |    |
| 19      | 木 | 学年末考査    | ×  |    |
| 20      | 金 | 学年末考査    | ○  |    |
| 21      | 土 |          |    | ○  |
| 22      | 日 |          |    | ○  |
| 23      | 月 | 天皇誕生日    |    | ×  |
| 24      | 火 |          | ×  |    |
| 25      | 水 |          | ○  |    |
| 26      | 木 |          | ○  |    |
| 27      | 金 | 振替休日     |    | ○  |
| 28      | 土 | 卒業式準備    | ×  |    |
|         |   |          |    |    |
|         |   |          |    |    |
|         |   |          |    |    |
| 休養日合計   |   |          | 8  | 4  |
| 活動日合計   |   |          | 10 | 6  |
| 年間平日休養日 |   |          | 57 |    |

| 3 月     |   |          |    |    |
|---------|---|----------|----|----|
| 日       | 曜 | 行事・活動予定等 | 平日 | 休日 |
| 1       | 日 | 卒業式      | ○  |    |
| 2       | 月 |          | ○  |    |
| 3       | 火 |          | ×  |    |
| 4       | 水 |          | ○  |    |
| 5       | 木 |          | ○  |    |
| 6       | 金 |          | ○  |    |
| 7       | 土 |          |    | ○  |
| 8       | 日 |          |    | ○  |
| 9       | 月 | 振替休日     |    | ×  |
| 10      | 火 |          | ×  |    |
| 11      | 水 |          | ○  |    |
| 12      | 木 |          | ○  |    |
| 13      | 金 |          | ○  |    |
| 14      | 土 |          |    | ○  |
| 15      | 日 |          |    | ×  |
| 16      | 月 |          | ○  |    |
| 17      | 火 |          | ×  |    |
| 18      | 水 |          | ○  |    |
| 19      | 木 | 終業の日     | ○  |    |
| 20      | 金 | 春分の日     |    | ○  |
| 21      | 土 |          |    | ○  |
| 22      | 日 |          |    | ×  |
| 23      | 月 |          | ○  |    |
| 24      | 火 |          | ×  |    |
| 25      | 水 |          | ○  |    |
| 26      | 木 | 入学予定者登校日 | ○  |    |
| 27      | 金 | 離任式      | ○  |    |
| 28      | 土 |          |    | ○  |
| 29      | 日 |          |    | ×  |
| 30      | 月 |          | ○  |    |
| 31      | 火 |          | ×  |    |
| 休養日合計   |   |          | 5  | 4  |
| 活動日合計   |   |          | 16 | 6  |
| 年間休日休養日 |   |          | 50 |    |