

令和8年度7月

活動計画

学校名	運動部名
長崎県立上対馬高等学校	陸上競技

7 月 ※ 練習時間は、準備や後片付け等を含めた時間

日	曜	活動予定				大会名等	
		練習時間		時間計	活動種別		
1	水	16:00	～	18:00	2:00	①練習 (校内)	
2	木	16:00	～	18:00	2:00	①練習 (校内)	
3	金	16:00	～	18:00	2:00	①練習 (校内)	
4	土		～				
5	日		～				
6	月	16:00	～	18:00	2:00	①練習 (校内)	
7	火	16:00	～	18:00	2:00	①練習 (校内)	
8	水	16:00	～	18:00	2:00	①練習 (校内)	
9	木	16:00	～	18:00	2:00	①練習 (校内)	
10	金	16:00	～	18:00	2:00	①練習 (校内)	
11	土	8:30	～	11:30	3:00	①練習 (校内)	
12	日		～				
13	月	8:30	～	11:30	3:00	①練習 (校内)	
14	火	16:00	～	18:00	2:00	①練習 (校内)	
15	水	16:00	～	18:00	2:00	①練習 (校内)	
16	木	16:00	～	18:00	2:00	①練習 (校内)	
17	金	16:00	～	18:00	2:00	①練習 (校内)	
18	土	8:30	～	11:30	3:00	①練習 (校内)	
19	日		～				
20	月	16:00	～	18:00	2:00	①練習 (校内)	
21	火	16:00	～	18:00	2:00	①練習 (校内)	
22	水	16:00	～	18:00	2:00	①練習 (校内)	
23	木	16:00	～	18:00	2:00	①練習 (校内)	
24	金	16:00	～	18:00	2:00	①練習 (校内)	
25	土	8:30	～	11:30	3:00	①練習 (校内)	
26	日		～				
27	月	16:00	～	18:00	2:00	①練習 (校内)	
28	火	16:00	～	18:00	2:00	①練習 (校内)	
29	水	16:00	～	18:00	2:00	①練習 (校内)	
30	木	16:00	～	18:00	2:00	①練習 (校内)	
31	金	16:00	～	18:00	2:00	①練習 (校内)	
行事等							

令和8年度7月

活動計画

学校名	運動部名
長崎県立上対馬高等学校	男子ソフトテニス部

7 月 ※ 練習時間は、準備や後片付け等を含めた時間

日	曜	活動予定				大会名等	
		練習時間		時間計	活動種別		
1	水	16:00	~	19:00	3:00	①練習 (校内)	
2	木	16:00	~	19:00	3:00	①練習 (校内)	
3	金	16:00	~	19:00	3:00	①練習 (校内)	
4	土	8:30	~	12:30	4:00	①練習 (校内)	
5	日		~				
6	月	16:00	~	19:00	3:00	①練習 (校内)	
7	火	16:00	~	19:00	3:00	①練習 (校内)	
8	水	16:00	~	19:00	3:00	①練習 (校内)	
9	木	16:00	~	19:00	3:00	①練習 (校内)	
10	金	16:00	~	19:00	3:00	①練習 (校内)	
11	土	8:30	~	12:30	4:00	①練習 (校内)	
12	日		~				
13	月		~				
14	火	16:00	~	19:00	3:00	①練習 (校内)	
15	水	16:00	~	19:00	3:00	①練習 (校内)	
16	木	16:00	~	19:00	3:00	①練習 (校内)	
17	金	16:00	~	19:00	3:00	①練習 (校内)	
18	土	8:30	~	12:30	4:00	①練習 (校内)	
19	日		~				
20	月	16:00	~	19:00	3:00	①練習 (校内)	
21	火	16:00	~	19:00	3:00	①練習 (校内)	
22	水	16:00	~	19:00	3:00	①練習 (校内)	
23	木	16:00	~	19:00	3:00	①練習 (校内)	
24	金	16:00	~	19:00	3:00	①練習 (校内)	
25	土	8:30	~	12:30	4:00	①練習 (校内)	
26	日		~				
27	月	16:00	~	19:00	3:00	①練習 (校内)	
28	火	16:00	~	19:00	3:00	①練習 (校内)	
29	水	16:00	~	19:00	3:00	①練習 (校内)	
30	木	16:00	~	19:00	3:00	①練習 (校内)	
31	金	16:00	~	19:00	3:00	①練習 (校内)	
行事等							

令和8年度7月

活動計画

学校名	運動部名
長崎県立上対馬高等学校	ソフトテニス女子

7 月 ※ 練習時間は、準備や後片付け等を含めた時間

日	曜	活動予定				大会名等	
		練習時間		時間計	活動種別		
1	水	16:00	~	18:30	2:30	①練習 (校内)	
2	木	17:00	~	18:30	1:30	①練習 (校内)	
3	金	16:00	~	18:30	2:30	①練習 (校内)	
4	土	8:30	~	12:00	3:30	①練習 (校内)	
5	日		~				
6	月	16:00	~	18:30	2:30	①練習 (校内)	
7	火	16:00	~	18:30	2:30	①練習 (校内)	
8	水	16:00	~	18:30	2:30	①練習 (校内)	
9	木	17:00	~	18:30	1:30	①練習 (校内)	
10	金	16:00	~	18:30	2:30	①練習 (校内)	
11	土	8:30	~	12:00	3:30	①練習 (校内)	
12	日		~				
13	月		~				
14	火	16:00	~	18:30	2:30	①練習 (校内)	
15	水	16:00	~	18:30	2:30	①練習 (校内)	
16	木	17:00	~	18:30	1:30	①練習 (校内)	
17	金	14:00	~	16:00	2:00	①練習 (校内)	
18	土	8:30	~	12:00	3:30	①練習 (校内)	
19	日		~				
20	月	8:30	~	12:00	3:30	①練習 (校内)	
21	火	8:30	~	12:00	3:30	①練習 (校内)	
22	水	8:30	~	12:00	3:30	①練習 (校内)	
23	木	8:30	~	12:00	3:30	①練習 (校内)	
24	金	8:30	~	12:00	3:30	①練習 (校内)	
25	土	8:30	~	12:00	3:30	①練習 (校内)	
26	日		~				
27	月	8:30	~	12:00	3:30	①練習 (校内)	
28	火	8:30	~	12:00	3:30	①練習 (校内)	
29	水	8:30	~	12:00	3:30	①練習 (校内)	
30	木	8:30	~	12:00	3:30	①練習 (校内)	
31	金	8:30	~	12:00	3:30	①練習 (校内)	
行事等							

令和8年度7月

活動計画

学校名	運動部名
長崎県立上対馬高等学校	男子バレーボール部

7 月 ※ 練習時間は、準備や後片付け等を含めた時間

日	曜	活動予定				大会名等	
		練習時間		時間計	活動種別		
1	水	16:45	~	18:45	2:00	①練習 (校内)	
2	木	16:45	~	18:45	2:00	①練習 (校内)	
3	金	16:45	~	18:45	2:00	①練習 (校内)	
4	土		~				
5	日	9:00	~	13:00	4:00	①練習 (校内)	
6	月	16:45	~	18:45	2:00	①練習 (校内)	
7	火	16:45	~	18:45	2:00	①練習 (校内)	
8	水	16:45	~	18:45	2:00	①練習 (校内)	
9	木	16:45	~	18:45	2:00	①練習 (校内)	
10	金	16:45	~	18:45	2:00	①練習 (校内)	
11	土	9:00	~	16:00	7:00	①練習 (校内)	
12	日	13:30	~	17:00	3:30	①練習 (校内)	舟グロ大会
13	月		~				
14	火	16:45	~	18:45	2:00	①練習 (校内)	
15	水	16:45	~	18:45	2:00	①練習 (校内)	
16	木	16:45	~	18:45	2:00	①練習 (校内)	
17	金	16:45	~	18:45	2:00	①練習 (校内)	終業式
18	土	9:00	~	16:00	7:00	①練習 (校内)	
19	日	9:00	~	13:00	4:00	①練習 (校内)	
20	月		~				
21	火	15:30	~	18:45	3:15	①練習 (校内)	
22	水	15:30	~	18:45	3:15	①練習 (校内)	
23	木	15:30	~	18:45	3:15	①練習 (校内)	
24	金		~			⑥大会 (その他)	島原大会移動日
25	土		~			⑥大会 (その他)	島原大会
26	日		~			⑥大会 (その他)	島原大会
27	月		~				
28	火	15:30	~	18:45	3:15	①練習 (校内)	
29	水	15:30	~	18:45	3:15	①練習 (校内)	
30	木	15:30	~	18:45	3:15	①練習 (校内)	
31	金	15:30	~	18:45	3:15	①練習 (校内)	
行事等							

令和8年度7月

活動計画

学校名	運動部名
長崎県立上対馬高等学校	女子バレーボール

7 月 ※ 練習時間は、準備や後片付け等を含めた時間

日	曜	活動予定				大会名等	
		練習時間		時間計	活動種別		
1	水	16:45	~	18:45	2:00	①練習 (校内)	
2	木	16:45	~	18:45	2:00	①練習 (校内)	
3	金	16:45	~	18:45	2:00	①練習 (校内)	
4	土		~				
5	日	9:00	~	13:00	4:00	①練習 (校内)	
6	月	16:45	~	18:45	2:00	①練習 (校内)	
7	火	16:45	~	18:45	2:00	①練習 (校内)	
8	水	16:45	~	18:45	2:00	①練習 (校内)	
9	木	16:45	~	18:45	2:00	①練習 (校内)	
10	金	16:45	~	18:45	2:00	①練習 (校内)	
11	土	9:00	~	16:00	7:00	①練習 (校内)	
12	日	13:30	~	17:00	3:30	①練習 (校内)	舟グロ大会
13	月		~				
14	火	16:45	~	18:45	2:00	①練習 (校内)	
15	水	16:45	~	18:45	2:00	①練習 (校内)	
16	木	16:45	~	18:45	2:00	①練習 (校内)	
17	金	16:45	~	18:45	2:00	①練習 (校内)	終業式
18	土	9:00	~	16:00	7:00	①練習 (校内)	
19	日	9:00	~	13:00	4:00	①練習 (校内)	
20	月		~				
21	火	15:30	~	18:45	3:15	①練習 (校内)	
22	水	15:30	~	18:45	3:15	①練習 (校内)	
23	木	15:30	~	18:45	3:15	①練習 (校内)	
24	金		~				
25	土		~				
26	日		~				
27	月		~				
28	火	15:30	~	18:45	3:15	①練習 (校内)	
29	水	15:30	~	18:45	3:15	①練習 (校内)	
30	木		~				
31	金		~				
行事等							

令和8年度7月

活動計画

学校名	運動部名
長崎県立上対馬高等学校	硬式野球部

7 月 ※ 練習時間は、準備や後片付け等を含めた時間

日	曜	活動予定				大会名等	
		練習時間		時間計	活動種別		
1	水	17:00	~	18:30	1:30	①練習 (校内)	
2	木	17:00	~	18:30	1:30	①練習 (校内)	
3	金	17:00	~	18:30	1:30	①練習 (校内)	
4	土		~				
5	日	9:00	~	21:00	12:00		
6	月	9:00	~	21:00	12:00	⑥大会 (その他)	第108回全国高等学校野球選手権長崎大会
7	火		~				第108回全国高等学校野球選手権長崎大会
8	水		~				第108回全国高等学校野球選手権長崎大会
9	木		~				第108回全国高等学校野球選手権長崎大会
10	金		~				第108回全国高等学校野球選手権長崎大会
11	土	9:00	~	12:00	3:00	①練習 (校内)	
12	日		~				第108回全国高等学校野球選手権長崎大会
13	月		~				第108回全国高等学校野球選手権長崎大会
14	火	17:00	~	18:30	1:30	①練習 (校内)	第108回全国高等学校野球選手権長崎大会
15	水		~				第108回全国高等学校野球選手権長崎大会
16	木	17:00	~	18:30	1:30	①練習 (校内)	第108回全国高等学校野球選手権長崎大会
17	金	14:00	~	16:00	2:00	①練習 (校内)	第108回全国高等学校野球選手権長崎大会
18	土	9:00	~	12:30	3:30	①練習 (校内)	第108回全国高等学校野球選手権長崎大会
19	日		~				第108回全国高等学校野球選手権長崎大会
20	月	9:00	~	12:30	3:30	①練習 (校内)	第108回全国高等学校野球選手権長崎大会
21	火	9:00	~	12:30	3:30	①練習 (校内)	
22	水	9:00	~	12:30	3:30	①練習 (校内)	
23	木	9:00	~	12:30	3:30	①練習 (校内)	
24	金	9:00	~	12:30	3:30	①練習 (校内)	
25	土	9:00	~	12:30	3:30	①練習 (校内)	
26	日		~				
27	月	9:00	~	12:30	3:30	①練習 (校内)	
28	火	9:00	~	12:30	3:30	①練習 (校内)	
29	水	9:00	~	12:30	3:30	①練習 (校内)	
30	木	9:00	~	12:30	3:30	①練習 (校内)	
31	金	9:00	~	12:30	3:30	①練習 (校内)	
行事等							

令和8年度7月

活動計画

学校名	運動部名
長崎県立上対馬高等学校	美術部

7 月 ※ 練習時間は、準備や後片付け等を含めた時間

日	曜	活動予定				大会名等	
		練習時間		時間計	活動種別		
1	水	15:30	~	17:50	2:20	①練習 (校内)	
2	木	16:30	~	17:50	1:20	①練習 (校内)	
3	金	15:30	~	17:50	2:20	①練習 (校内)	
4	土		~				
5	日		~				
6	月	15:30	~	17:50	2:20	①練習 (校内)	
7	火	15:30	~	17:50	2:20	①練習 (校内)	
8	水	15:30	~	17:50	2:20	①練習 (校内)	
9	木	16:30	~	17:50	1:20	①練習 (校内)	
10	金	15:30	~	17:50	2:20	①練習 (校内)	
11	土		~				
12	日		~				
13	月		~				
14	火	15:30	~	17:50	2:20	①練習 (校内)	
15	水	15:30	~	17:50	2:20	①練習 (校内)	
16	木	16:30	~	17:50	1:20	①練習 (校内)	
17	金		~				
18	土		~				
19	日		~				
20	月		~				
21	火		~				
22	水		~				
23	木		~				
24	金		~				
25	土		~				
26	日		~				
27	月		~				
28	火		~				
29	水		~				
30	木		~				
31	金		~				
行事等							

令和8年度7月

活動計画

学校名	運動部名
長崎県立上対馬高等学校	吹奏楽

7 月 ※ 練習時間は、準備や後片付け等を含めた時間

日	曜	活動予定				大会名等	
		練習時間		時間計	活動種別		
1	水	16:30	~	17:30	1:00	①練習 (校内)	
2	木		~				
3	金	16:30	~	17:30	1:00	①練習 (校内)	
4	土		~				
5	日		~				
6	月	16:30	~	17:30	1:00	①練習 (校内)	
7	火	16:30	~	17:30	1:00	①練習 (校内)	
8	水	16:30	~	17:30	1:00	①練習 (校内)	
9	木		~				
10	金	16:30	~	17:30	1:00	①練習 (校内)	
11	土		~				
12	日		~				
13	月		~				
14	火	16:30	~	17:30	1:00	①練習 (校内)	
15	水	16:30	~	17:30	1:00	①練習 (校内)	
16	木		~				
17	金		~				
18	土		~				
19	日		~				
20	月		~				
21	火		~				
22	水		~				
23	木		~				
24	金		~				
25	土		~				
26	日		~				
27	月		~				
28	火		~				
29	水		~				
30	木		~				
31	金		~				
行事等							

令和8年度7月

活動計画

学校名	運動部名
長崎県立上対馬高等学校	韓国文化部

7 月 ※ 練習時間は、準備や後片付け等を含めた時間

日	曜	活動予定				大会名等
		練習時間		時間計	活動種別	
1	水		～			
2	木	16:30	～	17:45	1:15	①練習 (校内)
3	金		～			
4	土		～			
5	日		～			
6	月		～			
7	火		～			
8	水		～			
9	木	16:30	～	17:45	1:15	①練習 (校内)
10	金		～			
11	土		～			
12	日		～			
13	月		～			
14	火		～			
15	水		～			
16	木	16:30	～	17:45	1:15	①練習 (校内)
17	金		～			
18	土		～			
19	日		～			
20	月		～			
21	火		～			
22	水		～			
23	木		～			
24	金		～			
25	土		～			
26	日		～			
27	月		～			
28	火		～			
29	水		～			
30	木		～			
31	金		～			
行事等						

令和8年度7月

活動計画

学校名	運動部名
長崎県立上対馬高等学校	サッカー同好会

7 月 ※ 練習時間は、準備や後片付け等を含めた時間

日	曜	活動予定				大会名等	
		練習時間		時間計	活動種別		
1	水	16:00	~	18:45	2:45	①練習 (校内)	
2	木	16:50	~	18:45	1:55	①練習 (校内)	
3	金	16:00	~	18:45	2:45	①練習 (校内)	
4	土	14:30	~	16:30	2:00	①練習 (校内)	
5	日	8:30	~	12:00	3:30	②練習 (校外)	
6	月		~				
7	火	16:00	~	18:45	2:45	①練習 (校内)	
8	水	16:00	~	18:45	2:45	①練習 (校内)	
9	木	16:50	~	18:45	1:55	①練習 (校内)	
10	金	16:00	~	18:45	2:45	①練習 (校内)	
11	土	9:00	~	12:30	3:30	①練習 (校内)	
12	日		~				
13	月		~				
14	火	16:00	~	18:45	2:45	①練習 (校内)	
15	水	16:00	~	18:45	2:45	①練習 (校内)	
16	木	16:50	~	18:45	1:55	①練習 (校内)	
17	金	16:00	~	18:45	2:45	①練習 (校内)	
18	土	9:00	~	12:30	3:30	①練習 (校内)	
19	日		~				
20	月		~				
21	火	15:20	~	17:50	2:30	①練習 (校内)	
22	水	15:20	~	17:50	2:30	①練習 (校内)	
23	木	15:20	~	17:50	2:30	①練習 (校内)	
24	金	15:20	~	17:50	2:30	①練習 (校内)	
25	土	13:30	~	16:30	3:00	①練習 (校内)	
26	日		~				
27	月	15:20	~	17:50	2:30	①練習 (校内)	
28	火	15:20	~	17:50	2:30	①練習 (校内)	
29	水	15:20	~	17:50	2:30	①練習 (校内)	
30	木	15:20	~	17:50	2:30	①練習 (校内)	
31	金	15:20	~	17:50	2:30	①練習 (校内)	
行事等							