

令和7年度1月

活動計画

学校名	運動部名
長崎県立上五島高等学校	野球部

1 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	木		～			
2	金		～			
3	土		～			
4	日		～			
5	月	9:00	～	12:00	3:00	①練習（校内）
6	火	9:00	～	12:00	3:00	①練習（校内）
7	水	9:00	～	12:00	3:00	①練習（校内）
8	木		～			
9	金	17:00	～	19:00	2:00	①練習（校内）
10	土	14:00	～	17:00	3:00	①練習（校内）
11	日	14:00	～	17:00	3:00	①練習（校内）
12	月	9:00	～	12:00	3:00	①練習（校内）
13	火	17:00	～	19:00	2:00	①練習（校内）
14	水		～			
15	木	17:00	～	19:00	2:00	①練習（校内）
16	金	17:00	～	19:00	2:00	②練習（校外）
17	土	9:00	～	12:00	3:00	②練習（校外）
18	日		～			
19	月	17:00	～	19:00	2:00	①練習（校内）
20	火	17:00	～	19:00	2:00	①練習（校内）
21	水		～			
22	木	17:00	～	19:00	2:00	①練習（校内）
23	金	17:00	～	19:00	2:00	①練習（校内）
24	土	14:00	～	17:00	3:00	①練習（校内）
25	日	9:00	～	12:00	3:00	①練習（校内）
26	月		～			
27	火		～			
28	水		～			
29	木	17:00	～	19:00	2:00	①練習（校内）
30	金	17:00	～	19:00	2:00	①練習（校内）
31	土	14:00	～	17:00	3:00	①練習（校内）
行事等						

令和7年度1月

活動計画

学校名	運動部名
長崎県立上五島高等学校	卓球部

1 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	木		～			
2	金		～			
3	土		～			
4	日		～			
5	月		～			
6	火		～			
7	水		～			
8	木	15:30	～	17:30	2:00	3子期始業式 春季定期評定会
9	金	17:00	～	18:30	1:30	
10	土	9:00	～	12:00	3:00	
11	日		～			
12	月		～			
13	火	17:00	～	18:30	1:30	
14	水	17:00	～	18:30	1:30	
15	木	17:00	～	18:30	1:30	3年第4回考査
16	金		～			3年第4回考査
17	土		～			大学入学共通テスト
18	日		～			大学入学共通テスト
19	月	17:00	～	18:30	1:30	3年第4回考査
20	火	17:00	～	18:30	1:30	3年第4回考査
21	水		～			マラソン大会
22	木	17:00	～	18:30	1:30	課題研究発表会
23	金	17:00	～	18:30	1:30	
24	土	9:00	～	12:00	3:00	
25	日		～			
26	月		～			AT特別選抜設営
27	火		～			AT特別選抜
28	水	17:00	～	18:30	1:30	マラソン大会予備日
29	木	17:00	～	18:30	1:30	
30	金	17:00	～	18:30	1:30	
31	土	9:00	～	12:00	3:00	
行事等						

令和7年度1月

活動計画

学校名	運動部名
長崎県立上五島高等学校	ソフトテニス

1 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	木		～			
2	金		～			
3	土		～			
4	日		～			
5	月		～			
6	火		～			
7	水		～			
8	木	17:00	～	18:30	1:30	
9	金	17:00	～	18:30	1:30	
10	土		～			
11	日		～			
12	月	8:30	～	11:30	3:00	
13	火	17:00	～	18:30	1:30	
14	水		～			
15	木	17:00	～	18:30	1:30	
16	金	13:00	～	18:30	5:30	シングルス大会移動日
17	土	8:30	～	16:30	8:00	シングルス大会
18	日		～			
19	月	17:00	～	18:30	1:30	
20	火	17:00	～	18:30	1:30	
21	水		～			
22	木	17:00	～	18:30	1:30	
23	金	17:00	～	18:30	1:30	
24	土	8:30	～	11:30	3:00	
25	日		～			
26	月		～			
27	火		～			
28	水	17:00	～	18:30	1:30	
29	木		～			
30	金	17:00	～	18:30	1:30	
31	土	8:30	～	11:30	3:00	
行事等						

令和7年度1月

活動計画

学校名	運動部名
長崎県立上五島高等学校	男子バレーボール部

1 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	木		～			
2	金		～			
3	土		～			
4	日		～			
5	月		～			
6	火	9:00	～	12:00	3:00	①練習（校内）
7	水	9:00	～	12:00	3:00	①練習（校内）
8	木	16:30	～	18:30	2:00	①練習（校内）
9	金	16:30	～	18:30	2:00	始業式（授業あり）
10	土		～			進研実力・基礎力診断テスト
11	日	9:00	～	12:00	3:00	
12	月	13:00	～	16:00	3:00	
13	火		～			
14	水		～			
15	木		～			
16	金		～			
17	土	9:00	～	12:00	3:00	町内体育館（後日） サムニットのため
18	日		～			
19	月		～			
20	火		～			
21	水		～			
22	木		～			
23	金	10:00	～	19:00	9:00	移動日（詳細は後日）
24	土	8:00	～	19:00	11:00	長崎県新人体育大会（諫早）
25	日	8:00	～	18:00	10:00	長崎県新人体育大会（諫早）
26	月		～			高校入試設営
27	火		～			高校入試
28	水		～			
29	木	16:30	～	18:30	2:00	
30	金	16:30	～	18:30	2:00	
31	土	9:00	～	12:00	3:00	
行事等						

令和7年度1月

活動計画

学校名	運動部名
長崎県立上五島高等学校	女子バレーボール部

1 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	木		～			
2	金		～			
3	土		～			
4	日		～			
5	月		～			
6	火		～			
7	水	8:30	～	11:30	3:00	
8	木	14:00	～	16:00	2:00	始業式
9	金	16:30	～	18:30	2:00	
10	土		～			OFF
11	日	8:30	～	11:30	3:00	
12	月	13:00	～	16:00	3:00	成人の日
13	火	16:30	～	18:30	2:00	
14	水		～			OFF
15	木	16:30	～	18:30	2:00	
16	金		～			OFF(共通テスト前日)
17	土	8:30	～	11:30	3:00	②練習（校外）
18	日		～			OFF
19	月	16:30	～	18:30	2:00	
20	火	16:30	～	18:30	2:00	
21	水		～			OFF
22	木	16:30	～	18:30	2:00	
23	金	10:00	～	13:00	3:00	⑥大会（その他）
24	土	8:00	～	19:00	11:00	⑥大会（その他）
25	日	8:00	～	18:00	10:00	⑥大会（その他）
26	月		～			AT特別選抜
27	火		～			AT特別選抜
28	水		～			OFF
29	木	16:30	～	18:30	2:00	
30	金	16:30	～	18:30	2:00	
31	土	8:30	～	11:30	3:00	
行事等						

令和7年度1月

活動計画

学校名	運動部名
長崎県立上五島高等学校	陸上競技部

1 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	木		～			
2	金		～			
3	土		～			
4	日		～			
5	月		～			
6	火	8:00	～	10:30	2:30	①練習（校内）
7	水	8:00	～	10:30	2:30	①練習（校内）
8	木		～			
9	金	16:45	～	18:30	1:45	①練習（校内）
10	土	16:00	～	19:30	3:30	⑥大会（その他）
11	日	7:00	～	16:30	9:30	⑥大会（その他）
12	月		～			
13	火	16:45	～	18:30	1:45	
14	水	16:45	～	18:30	1:45	
15	木		～			
16	金	16:45	～	18:30	1:45	
17	土		～			
18	日		～			
19	月	16:45	～	18:30	1:45	
20	火	16:45	～	18:30	1:45	
21	水	16:45	～	18:30	1:45	
22	木		～			
23	金	7:45	～	18:30	10:45	⑤大会（高体連）
24	土	6:00	～	18:40	12:40	⑤大会（高体連）
						県高校新人駅伝（諫早）
25	日		～			
26	月		～			
27	火		～			
28	水	16:45	～	18:30	1:45	①練習（校内）
29	木		～			
30	金	16:45	～	18:30	1:45	③試合（校内）
31	土		～			
行事等						

令和7年度1月

活動計画

学校名	運動部名
長崎県立上五島高等学校	サッカー部

1 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	木		～			
2	金		～			
3	土		～			
4	日		～			
5	月		～			
6	火		～			
7	水		～			
8	木	15:30	～	18:00	2:30	①練習（校内） 始業式
9	金	17:00	～	18:30	1:30	①練習（校内）
10	土		～			進研模試
11	日		～			
12	月		～			
13	火	17:00	～	18:30	1:30	①練習（校内）
14	水	17:00	～	18:30	1:30	①練習（校内）
15	木		～			
16	金	17:00	～	18:30	1:30	①練習（校内）
17	土	8:00	～	18:00	10:00	⑤大会（高体連） 県新人戦
18	日	8:00	～	18:00	10:00	⑤大会（高体連） 県新人戦 廿三
19	月	17:00	～	18:30	1:30	①練習（校内）
20	火	17:00	～	18:30	1:30	①練習（校内）
21	水	17:00	～	18:30	1:30	①練習（校内）
22	木		～			
23	金	17:00	～	18:30	1:30	①練習（校内）
24	土	9:00	～	12:00	3:00	①練習（校内）
25	日	13:00	～	16:00	3:00	①練習（校内）
26	月	17:00	～	18:30	1:30	①練習（校内）
27	火	17:00	～	18:30	1:30	①練習（校内）
28	水	17:00	～	18:30	1:30	①練習（校内）
29	木		～			
30	金	17:00	～	18:30	1:30	①練習（校内）
31	土	9:00	～	12:00	3:00	①練習（校内）
行事等						

令和7年度1月

活動計画

学校名	運動部名
長崎県立上五島高等学校	男子バスケットボール部

1 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	木		～			
2	金		～			
3	土		～			
4	日		～			
5	月		～			
6	火		～			
7	水	13:00	～	16:00	3:00	①練習（校内）
8	木	17:00	～	18:40	1:40	①練習（校内）
9	金	17:00	～	18:40	1:40	①練習（校内）
10	土		～			
11	日		～			
12	月	10:00	～	13:00	3:00	②練習（校外）
13	火		～			
14	水	17:00	～	18:40	1:40	①練習（校内）
15	木	17:00	～	18:40	1:40	①練習（校内）
16	金	13:00	～	20:00	7:00	⑤大会（高体連）
17	土	7:00	～	20:00	13:00	⑤大会（高体連）
18	日	7:00	～	12:00	5:00	⑤大会（高体連）
19	月	17:40	～	18:00	0:20	①練習（校内）
20	火		～			
21	水	17:00	～	18:40	1:40	①練習（校内）
22	木	17:00	～	18:40	1:40	①練習（校内）
23	金	17:00	～	18:40	1:40	①練習（校内）
24	土	9:00	～	12:00	3:00	①練習（校内）
25	日		～			
26	月	17:00	～	18:40	1:40	①練習（校内）
27	火		～			
28	水	17:00	～	18:40	1:40	①練習（校内）
29	木	17:00	～	18:40	1:40	①練習（校内）
30	金	17:00	～	18:40	1:40	①練習（校内）
31	土	13:00	～	16:00	3:00	①練習（校内）
行事等						

令和7年度1月

活動計画

学校名	運動部名
長崎県立上五島高等学校	女子バスケットボール

1 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	木		～			OFF
2	金		～			OFF
3	土		～			OFF
4	日		～			OFF
5	月		～			OFF
6	火		～			OFF
7	水	13:00	～	16:00	3:00	
8	木	13:00	～	15:00	2:00	
9	金	16:45	～	18:30	1:45	
10	土		～			OFF ((①②進研実力・②基礎力診断テスト))
11	日	13:00	～	16:00	3:00	
12	月	8:00	～	11:00	3:00	
13	火		～			
14	水	16:45	～	18:30	1:45	
15	木	16:45	～	18:30	1:45	
16	金		～			県新人戦出発
17	土	8:00	～	16:00	8:00	県新人戦1日目
18	日	8:00	～	16:00	8:00	県新人戦2日目
19	月	16:45	～	18:30	1:45	ミーティング
20	火		～			
21	水	16:45	～	18:30	1:45	
22	木	16:45	～	18:30	1:45	
23	金	16:45	～	18:30	1:45	
24	土	8:00	～	11:00	3:00	
25	日		～			OFF
26	月		～			高校推薦入試設営日
27	火		～			高校推薦入試
28	水	16:45	～	18:30	1:45	
29	木		～			マラソン大会
30	金	16:45	～	18:30	1:45	
31	土	13:00	～	16:00	3:00	②進研模試・公務員模試
行事等						

令和7年度1月

活動計画

学校名	運動部名
長崎県立上五島高等学校	テニス部

1 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	木		～			
2	金		～			
3	土		～			
4	日		～			
5	月		～			
6	火		～			
7	水	9:00	～	12:00	3:00	②練習（校外）
8	木		～			
9	金	17:00	～	18:30	1:30	①練習（校内）
10	土	9:00	～	12:00	3:00	②練習（校外）
11	日		～			
12	月	9:00	～	12:00	3:00	②練習（校外）
13	火		～			
14	水	17:00	～	18:30	1:30	②練習（校外）
15	木		～			
16	金	17:00	～	18:30	1:30	①練習（校内）
17	土		～			
18	日		～			
19	月	17:00	～	18:30	1:30	①練習（校内）
20	火		～			
21	水	17:00	～	18:30	1:30	②練習（校外）
22	木		～			
23	金	17:00	～	18:30	1:30	①練習（校内）
24	土	9:00	～	12:00	3:00	②練習（校外）
25	日	9:00	～	12:00	3:00	②練習（校外）
26	月		～			
27	火		～			
28	水	17:00	～	18:30	1:30	②練習（校外）
29	木		～			
30	金	17:00	～	18:30	1:30	①練習（校内）
31	土		～			
行事等						

令和7年度1月

活動計画

学校名	運動部名
長崎県立上五島高等学校	書華道部

1 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	木		～			
2	金		～			
3	土		～			
4	日		～			
5	月		～			
6	火		～			
7	水		～			
8	木	15:15	～	17:00	1:45	①練習（校内）
9	金	16:45	～	18:00	1:15	①練習（校内）
10	土		～			
11	日		～			
12	月		～			
13	火	16:45	～	18:00	1:15	①練習（校内）
14	水	16:45	～	18:00	1:15	①練習（校内）
15	木	16:45	～	18:00	1:15	①練習（校内）
16	金		～			
17	土		～			
18	日		～			
19	月	16:45	～	18:00	1:15	①練習（校内）
20	火	16:45	～	18:00	1:15	①練習（校内）
21	水	16:45	～	18:00	1:15	①練習（校内）
22	木	16:10	～	18:00	1:50	①練習（校内）
23	金	16:45	～	18:00	1:15	①練習（校内）
24	土		～			
25	日		～			
26	月		～			
27	火		～			
28	水	16:45	～	18:00	1:15	①練習（校内）
29	木	16:45	～	18:00	1:15	①練習（校内）
30	金	16:45	～	18:00	1:15	①練習（校内）
31	土		～			
行事等						

令和7年度1月

活動計画

学校名	運動部名
長崎県立上五島高等学校	電気情報部

1 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	木		～			
2	金		～			
3	土		～			
4	日		～			
5	月		～			
6	火		～			
7	水		～			
8	木		～			
9	金	16:00	～	18:00	2:00	①練習（校内）
10	土		～			
11	日		～			
12	月		～			
13	火	16:00	～	18:00	2:00	①練習（校内）
14	水	16:00	～	18:00	2:00	①練習（校内）
15	木		～			
16	金		～			
17	土		～			
18	日		～			
19	月	16:00	～	18:00	2:00	①練習（校内）
20	火	16:00	～	18:00	2:00	①練習（校内）
21	水	16:00	～	18:00	2:00	①練習（校内）
22	木	16:00	～	18:00	2:00	①練習（校内）
23	金	16:00	～	18:00	2:00	①練習（校内）
24	土		～			
25	日		～			
26	月		～			
27	火		～			
28	水	16:00	～	18:00	2:00	①練習（校内）
29	木		～			
30	金	16:00	～	18:00	2:00	①練習（校内）
31	土		～			
行事等						

令和7年度1月

活動計画

学校名	運動部名
長崎県立上五島高等学校	科学部

1 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	木		～			
2	金		～			
3	土		～			
4	日		～			
5	月	7:30	～	18:00	10:30	⑦遠征・合宿等
6	火	7:30	～	17:40	10:10	⑦遠征・合宿等
7	水		～			
8	木	16:30	～	18:30	2:00	①練習（校内）
9	金		～			
10	土	13:00	～	16:00	3:00	②練習（校外）
11	日	13:00	～	16:00	3:00	②練習（校外）
12	月		～			
13	火	16:30	～	18:30	2:00	①練習（校内）
14	水	16:30	～	18:30	2:00	①練習（校内）
15	木		～			
16	金		～			
17	土		～			
18	日		～			
19	月		～			
20	火	16:30	～	18:30	2:00	①練習（校内）
21	水	16:30	～	18:30	2:00	①練習（校内）
22	木		～			
23	金		～			
24	土	13:00	～	16:00	3:00	②練習（校外）
25	日	13:00	～	16:00	3:00	②練習（校外）
26	月		～			
27	火	16:30	～	18:30	2:00	①練習（校内）
28	水	16:30	～	18:30	2:00	①練習（校内）
29	木		～			
30	金		～			
31	土	13:00	～	16:00	3:00	②練習（校外）
行事等						

令和7年度1月

活動計画

学校名	運動部名
長崎県立上五島高等学校	語学部

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

令和7年度1月

活動計画

学校名	運動部名
長崎県立上五島高等学校	美術部

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

令和7年度1月

活動計画

学校名	運動部名
長崎県立上五島高等学校	吹奏楽

1 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	木		～			
2	金		～			
3	土		～			
4	日		～			
5	月		～			
6	火	9:00	～	12:00	3:00	①練習（校内）
7	水	9:00	～	12:00	3:00	①練習（校内）
8	木	13:00	～	16:00	3:00	①練習（校内）
9	金	16:40	～	18:40	2:00	①練習（校内）
10	土		～			
11	日		～			
12	月		～			
13	火	16:40	～	18:40	2:00	①練習（校内）
14	水	16:40	～	18:40	2:00	①練習（校内）
15	木	16:40	～	18:40	2:00	①練習（校内）
16	金	16:40	～	18:40	2:00	①練習（校内）
17	土		～			
18	日		～			
19	月	16:40	～	18:40	2:00	①練習（校内）
20	火	16:40	～	18:40	2:00	①練習（校内）
21	水	16:40	～	18:40	2:00	①練習（校内）
22	木	16:40	～	18:40	2:00	①練習（校内）
23	金	16:40	～	18:40	2:00	①練習（校内）
24	土	9:00	～	12:00	3:00	①練習（校内）
25	日		～			
26	月		～			
27	火		～			
28	水	16:40	～	18:40	2:00	①練習（校内）
29	木	16:40	～	18:40	2:00	①練習（校内）
30	金	16:40	～	18:04	1:24	①練習（校内）
31	土	15:00	～	18:00	3:00	①練習（校内）
行事等						

令和7年度1月

活動計画

学校名	運動部名
長崎県立上五島高等学校	放送部

1 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	木		～			
2	金		～			
3	土		～			
4	日		～			
5	月		～			
6	火		～			
7	水		～			
8	木		～			3学期始業式
9	金	16:45	～	18:00	1:15	①練習（校内）
10	土		～			
11	日		～			
12	月		～			
13	火	16:45	～	18:00	1:15	①練習（校内）
14	水	16:45	～	18:00	1:15	①練習（校内）
15	木	16:45	～	18:00	1:15	①練習（校内）
16	金		～			3学年 第4回考查
17	土		～			大学入学共通テスト
18	日		～			大学入学共通テスト
19	月	16:45	～	18:00	1:15	①練習（校内）
20	火	16:45	～	18:00	1:15	①練習（校内）
21	水	16:45	～	18:00	1:15	①練習（校内）
22	木	16:10	～	18:00	1:50	①練習（校内）
23	金	16:45	～	18:00	1:15	①練習（校内）
24	土		～			
25	日		～			
26	月		～			AT特別選抜設営
27	火		～			自宅学習(AT特別選抜)
28	水		～			マラソン大会
29	木	16:45	～	18:00	1:15	①練習（校内）
30	金	16:45	～	18:00	1:15	①練習（校内）
31	土		～			
行事等						