

令和8年度5月

活動計画

学校名	運動部名
長崎県立上対馬高等学校	陸上競技部

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

令和8年度5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

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

令和8年度5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

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

令和8年度5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

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

令和8年度5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

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

令和8年度5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

5 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	金	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	
2	土	9:00	~	12:30	3:30	①練習 (校内)	
3	日	8:00	~	18:00	10:00	⑦遠征・合宿等	GW遠征移動日
4	月	8:00	~	18:00	10:00	⑦遠征・合宿等	練習試合
5	火	8:00	~	18:00	10:00	⑦遠征・合宿等	合同練習
6	水		~				GW遠征移動日
7	木		~				
8	金	16:30	~	18:30	2:00		
9	土	11:00	~	15:00	4:00		
10	日		~				
11	月		~				
12	火	16:30	~	18:30	2:00		
13	水	16:30	~	18:30	2:00		
14	木	16:30	~	18:30	2:00		
15	金	16:30	~	18:30	2:00		
16	土		~				
17	日		~				
18	月	16:30	~	18:30	2:00		
19	火	16:30	~	18:30	2:00		
20	水	16:30	~	18:30	2:00		
21	木	16:30	~	18:30	2:00		
22	金	16:30	~	18:30	2:00		第2回会長杯長崎地区予選
23	土	9:00	~	12:30	3:30		第2回会長杯長崎地区予選
24	日		~				第2回会長杯長崎地区予選
25	月	16:30	~	18:30	2:00		第2回会長杯長崎地区予選
26	火	16:30	~	18:30	2:00		第2回会長杯長崎地区予選
27	水	16:30	~	18:30	2:00		第2回会長杯長崎地区予選
28	木	16:30	~	18:30	2:00		
29	金	16:30	~	18:30	2:00		
30	土	9:00	~	12:30	3:30		
31	日		~				
行事等							

令和8年度5月

活動計画

学校名	運動部名
長崎県立上対馬高等学校	報道部

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

令和8年度5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

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

令和8年度5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

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

令和8年度5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

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

令和8年度5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

5 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	金	16:00	~	18:45	2:45	①練習 (校内)	
2	土	9:00	~	12:30	3:30	①練習 (校内)	
3	日		~				
4	月		~				
5	火		~				
6	水		~				
7	木	9:00	~	12:45	3:45	①練習 (校内)	
8	金	16:00	~	18:45	2:45	①練習 (校内)	
9	土	12:20	~	15:50	3:30	①練習 (校内)	
10	日		~				
11	月	9:00	~	12:30	3:30	①練習 (校内)	
12	火	16:00	~	18:45	2:45	①練習 (校内)	
13	水	16:00	~	18:45	2:45	①練習 (校内)	
14	木	16:40	~	18:45	2:05	①練習 (校内)	
15	金	16:00	~	18:45	2:45	①練習 (校内)	
16	土		~				
17	日		~				
18	月	16:00	~	18:45	2:45	①練習 (校内)	
19	火	16:00	~	18:45	2:45	①練習 (校内)	
20	水	16:00	~	18:45	2:45	①練習 (校内)	
21	木	16:40	~	18:45	2:05	①練習 (校内)	
22	金	16:00	~	18:45	2:45	①練習 (校内)	
23	土	9:00	~	12:30	3:30	①練習 (校内)	
24	日		~				
25	月	16:00	~	18:45	2:45	①練習 (校内)	
26	火	16:00	~	18:45	2:45	①練習 (校内)	
27	水	16:00	~	18:45	2:45	①練習 (校内)	
28	木	16:40	~	18:45	2:05	①練習 (校内)	
29	金	16:00	~	18:45	2:45	①練習 (校内)	
30	土	9:00	~	12:30	3:30	①練習 (校内)	
31	日		~				
行事等							