平成３１年度（２０１９年度）部活動活動計画

鹿島高等学校・鹿島実業高等学校・（新）鹿島高等学校

月	区分		陸上	陸上	サッカー	バスケット	バスケット	バスケット	バレー	バレー	バレー	ソフトテニス	ソフトテニス	卓球	柔道	剣道	弓道	弓道	テニス	テニス	野球	ソフトボール	レスリング	吹奏楽	美術	書道	写真	天文学	茶華道	茶華道	情報処理	手芸	家政・食物	ＪＲＣ同好会	囲碁同好会
			長距離	短距離		男	女（鹿島・新鹿島）	女（鹿実）	男	女（鹿島）	女（鹿実・新鹿島）	男	女				赤門	大手門	男	女									赤門	大手門					
			計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画
4月	1	月	練習	練習	休養日	休養日	練習	休養日	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	2	火	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	大会	練習	練習	練習	練習	練習	練習	大会	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	3	水	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	大会	練習	練習	練習	練習	練習	練習	大会	練習	練試	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	4	木	練習	練習	練習	休養日	休養日	練習	練習	練習	練習	大会	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練試	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	5	金	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練試	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	6	土	大会	大会	練習	休養日	休養日	練習	練試	練試	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練試	休養日	休養日	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	7	日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	大会	休養日	休養日	練習	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	8	月	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	練習
	9	火	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	練習	休養日
	10	水	練習	休養日	練習	休養日	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習
	11	木	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	練習
	12	金	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	13	土	練習	練習	練習	練試	練試	練習	練試	練試	練習	練試	練習	練試	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練試	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休み	休養日	休養日	休養日	休養日
	14	日	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練試	練習	練習	休養日	練習	練習	練試	休養日	休養日	休養日	練習	練試	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休み	休養日	休養日	休養日	休養日
	15	月	練習	練習	休養日	休養日	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	休養日	休養日	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習
	16	火	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	練習	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	17	水	練習	練習	練習	休養日	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	練習	休養日	練習	休養日	練習
	18	木	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	練習	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	練習
	19	金	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	20	土	練習	練習	練習	練習	練習	練習	大会	大会	練習	練習	練習	練習	練習	練習	大会	大会	大会	練習	休養日	大会	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	21	日	休養日	休養日	休養日	練試	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	大会	大会	大会	休養日	練習	練試	大会	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	22	月	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	練習	休養日	練習	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習
	23	火	練習	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	練習	休養日
	24	水	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	練習
	25	木	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	練習
	26	金	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	27	土	大会	大会	練習	休養日	休養日	練習	大会	大会	練習	大会	大会	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	大会	休養日	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	28	日	大会	大会	練習	練試	練試	練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	大会	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	29	祝	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	練習	大会	大会	大会	練習	練習	練試	練試	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	大会
	30	祝	休養日	練習	休養日	大会	大会	休養日	練試	練習	練習	合　宿	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	練試	練習	練習	休養日	合　宿	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日

平成３１年度（２０１９年度）部活動活動計画

鹿島高等学校・鹿島実業高等学校・（新）鹿島高等学校

月	区分		陸上	陸上	サッカー	バスケット	バスケット	バスケット	バレー	バレー	バレー	ソフトテニス	ソフトテニス	卓球	柔道	剣道	弓道	弓道	テニス	テニス	野球	ソフトボール	レスリング	吹奏楽	美術	書道	写真	天文学	茶華道	茶華道	情報処理	手芸	家政・食物	ＪＲＣ同好会	囲碁同好会
			長距離	短距離		男	女（鹿島・新鹿島）	女（鹿実）	男	女（鹿島）	女（鹿実・新鹿島）	男	女				赤門	大手門	男	女									赤門	大手門					
			計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画
5月	1	祝	練習	休養日	練習	大会	大会	練習	練試	練試	練習	合　宿	練習	練習	練習	合　宿	練習	休養日	休養日	練習	大会	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	2	祝	練習	練習	練習	休養日	休養日	練習	練試	練習	練習	合　宿	練試	練習	練習	合　宿	練習	練試	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	3	祝	練習	大会	合　宿	練習	練習	練習	休養日	合　宿	練習	合　宿	練試	休養日	練習	練習	練試	練試	練習	練習	大会	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	大会
	4	祝	練習	大会	合　宿	練習	練習	練習	休養日	合　宿	練習	合　宿	練試	練試	練習	大会	練習	練習	大会	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	5	日	練習	練習	合　宿	休養日	休養日	休養日	休養日	合　宿	練習	合　宿	練試	練試	休養日	大会	練習	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	6	祝	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練試	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	7	火	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	8	水	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日
	9	木	練習	練習	練習	休養日	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日
	10	金	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	大会	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	11	土	大会	大会	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	大会	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	12	日	大会	大会	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	練試	大会	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	13	月	休養日	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	14	火	休養日	休養日	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	15	水	練習	休養日	練習	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	16	木	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日
	17	金	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	18	土	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練試	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	練試	練習	練習	練習	大会	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日
	19	日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	練習	休養日	練試	練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	練試	練習	練試	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	20	月	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	練試	練習	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	21	火	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	22	水	練習	練習	練習	休養日	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	練習	休養日	練習
	23	木	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	練習
	24	金	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	合　宿	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	25	土	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	合　宿	練習	練習	練習	練試	練習	休養日	練習	練習	練試	練習	練習	練習	大会	合　宿	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	26	日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練試	練習	合　宿	休養日	練習	休養日	練試	休養日	練習	練習	練習	練試	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	27	月	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習
	28	火	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休み	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	29	水	練習	練習	練習	休養日	休養日	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	練習	休養日	練習
	30	木	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	練習
	31	金	大会	大会	大会練習	大会	大会	総体	大会	大会	練習	大会	大会	大会	大会	大会	大会	大会	大会	練習	大会	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日

平成３１年度（２０１９年度）部活動活動計画

鹿島高等学校・鹿島実業高等学校・（新）鹿島高等学校

月	区分		陸上	陸上	サッカー	バスケット	バスケット	バスケット	バレー	バレー	バレー	ソフトテニス	ソフトテニス	卓球	柔道	剣道	弓道	弓道	テニス	テニス	野球	ソフトボール	レスリング	吹奏楽	美術	書道	写真	天文学	茶華道	茶華道	情報処理	手芸	家政・食物	ＪＲＣ同好会	囲碁同好会
			長距離	短距離		男	女（鹿島・新鹿島）	女（鹿実）	男	女（鹿島）	女（鹿実・新鹿島）	男	女				赤門	大手門	男	女									赤門	大手門					
			計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画
6月	1	土	大会	大会	大会練習	大会	大会	6月以降は3校合同で活動します。	大会	6月以降は3校合同で活動します。	練習	大会	大会	大会	大会	大会	大会	大会	大会	練習	大会	大会	総体	練習	練習	練習	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	2	日	大会	大会	大会練習	休養日	休養日		休養日		練習	大会	大会	大会	休養日	休養日	大会	大会	大会	練習	大会	大会	休養日	練習	休養日	練習	休養日	休養日	大会	練習	休養日	休養日	休養日	練習	休養日
	3	月	大会	大会	休養日	休養日	休養日		休養日		休養日	休養日	休養日	練習	休養日	練習	休養日	休養日	大会	休養日	練習	休養日	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習
	4	火	休養日	休養日	練習	練習	練習		練習		練習	休養日	休養日	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	大会	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	5	水	休養日	休養日	練習	練習	練習		練習		練習	休養日	休養日	休養日	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休み	休養日	休養日	休養日	休養日
	6	木	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	練習
	7	金	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	練習	休養日
	8	土	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練試	練習	練習	大会	休養日	大会	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	9	日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日		休養日		休養日	練習	休養日	練習	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	練習	練試	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	10	月	練習	練習	休養日	練習	練習		練習		休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習
	11	火	練習	休養日	練習	練習	練習		休養日		練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	12	水	練習	練習	練習	休養日	休養日		練習		練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	練習	休養日	練習
	13	木	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	練習
	14	金	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	大会	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	15	土	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練試	休養日	大会	練習	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	16	日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日		休養日		練習	休養日	休養日	練習	休養日	練習	大会	大会	休養日	練習	練試	休養日	大会	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	17	月	練習	練習	練習	練習	練習		練習		休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習
	18	火	練習	休養日	休養日	練習	練習		練習		休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	19	水	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日		休養日		休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日
	20	木	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日		休養日		休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日
	21	金	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日		休養日		休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	22	土	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日		休養日		休養日	休養日	休養日	大会	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練試	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日
	23	日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日		休養日		休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練試	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	24	月	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日		休養日		休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	25	火	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日		休養日		休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	26	水	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日		休養日		休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	27	木	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日		休養日		休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日
	28	金	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	29	土	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練試	練習	練習	練習	大会	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	30	日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日		休養日		練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	練習	練試	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日

平成３１年度（２０１９年度）部活動活動計画

鹿島高等学校・鹿島実業高等学校・（新）鹿島高等学校

月	区分		陸上	陸上	サッカー	バスケット	バスケット	バスケット	バレー	バレー	バレー	ソフトテニス	ソフトテニス	卓球	柔道	剣道	弓道	弓道	テニス	テニス	野球	ソフトボール	レスリング	吹奏楽	美術	書道	写真	天文学	茶華道	茶華道	情報処理	手芸	家政・食物	ＪＲＣ同好会	囲碁同好会
			長距離	短距離		男	女（鹿島・新鹿島）	女（鹿実）	男	女（鹿島）	女（鹿実・新鹿島）	男	女				赤門	大手門	男	女									赤門	大手門					
			計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画
7月	1	月	練習	練習	休養日	練習	練習		練習		休養日	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習
	2	火	練習	休養日	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	3	水	練習	練習	練習	休養日	休養日		練習		練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	練習	大会	練習
	4	木	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	練習
	5	金	練習	練習	練習	練習	練習		休養日		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	大会	練習	練習	練習	大会	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	6	土	練習	大会	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練試	練習	大会	練習	練習	大会	大会	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	7	日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日		休養日		練習	練試	休養日	練習	休養日	練試	休養日	大会	休養日	練習	大会	大会	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	8	月	練習	練習	休養日	練習	練習		練習		休養日	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	練習	練習
	9	火	練習	休養日	練習	練習	練習		休養日		練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	10	水	練習	練習	練習	休養日	休養日		練習		練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	練習	休養日	練習
	11	木	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	練習
	12	金	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	大会	練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	13	土	練習	練習	練習	練習	練習		練試		練習	練試	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	大会	練習	練習	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日
	14	日	休養日	大会	練習	休養日	休養日		練習		練習	練習	練習	休養日	練習	練試	練習	休養日	練習	練習	大会	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	15	祝	練習	休養日	休養日	休養日	休養日		休養日		練習	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	大会	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	16	火	練習	練習	休養日	練習	練習		練習		休養日	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	17	水	練習	練習	練習	休養日	休養日		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習
	18	木	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	練習
	19	金	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	20	土		練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	大会	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	21	日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日		休養日		練習	休養日	休養日	練習	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	練習	大会	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	22	月	練習	練習	休養日	練習	練習		練習		休養日	練習	休養日	大会	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習
	23	火	練習	休養日	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	大会	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	24	水	練習	練習	練習	休養日	休養日		休養日		練習	練習	練習	練習	練習	大会	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習
	25	木	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	練習	練習	大会	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	練習
	26	金	練習	練習	練習	休養日	休養日		練習		練習	練習	休養日	休養日	練習	大会	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	休養日	大会	休養日	練習	練習	休養日	休養日	練習	休養日
	27	土	練習	休養日	練習	休養日	休養日		練習		休養日	休養日	休養日	練習	練習	大会	休養日	練習	練習	練習	休養日	大会	練習	練習	大会	大会	休養日	大会	大会	練習	休養日	休養日	休養日	大会	大会
	28	日	大会	休養日	練習	休養日	休養日		休養日		練習	練習	休養日	練習	休養日	大会	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	大会	練習	休養日	大会	大会	休養日	大会	大会	休養日	休養日	休養日	休養日	大会	大会
	29	月	休養日	練習	休養日	練習	練習		休養日		休養日	練習	練習	練習	練習	大会	練習	練習	練習	練習	練習	大会	練習	練習	休養日	練習	休養日	大会	大会	練習	練習	休養日	休養日	大会	練習
	30	火	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	大会	練習	大会	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	31	水	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	大会	練習	大会	練習	練習	休養日	休養日	練習	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	練習

平成３１年度（２０１９年度）部活動活動計画

鹿島高等学校・鹿島実業高等学校・（新）鹿島高等学校

月	区分		陸上	陸上	サッカー	バスケット	バスケット	バスケット	バレー	バレー	バレー	ソフトテニス	ソフトテニス	卓球	柔道	剣道	弓道	弓道	テニス	テニス	野球	ソフトボール	レスリング	吹奏楽	美術	書道	写真	天文学	茶華道	茶華道	情報処理	手芸	家政・食物	ＪＲＣ同好会	囲碁同好会
			長距離	短距離		男	女（鹿島・新鹿島）	女（鹿実）	男	女（鹿島）	女（鹿実・新鹿島）	男	女				赤門	大手門	男	女										赤門	大手門					
			計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画
8月	1	木	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	大会	大会	練習	練習	休養日	休養日	練習	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	練習
	2	金	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	大会	休養日	練習	練習	休養日	休養日	練習	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	3	土	練習	練習	練習	練習	練習		練試		練習	休養日	練習	練習	練習	大会	練習	練習	練試	練習	練試	練習	大会	練習	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	4	日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日		休養日		練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	練習	練試	練習	大会	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	5	月	練習	練習	休養日	休養日	練習		練習		休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	練習	練習	練習	合　宿	練習	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	6	火	練習	休養日	練習	練習	練習		練習		練習	合　宿	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	合　宿	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	7	水	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	合　宿	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	合　宿	練習	休養日	練習	休養日	練習	休養日	練習	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	練習
	8	木	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	合　宿	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	9	金	練習	合　宿	合　宿	休養日	休養日		練習		練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	大会	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	10	土	休養日	合　宿	合　宿	休養日	休養日		休養日		練習	休養日	休養日	休養日	休養日	大会	練習	休養日	大会	練習	練試	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	11	日	休養日	合　宿	合　宿	休養日	休養日		休養日		練習	休養日	休養日	休養日	休養日	大会	練習	休養日	大会	練習	休養日	休み	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	12	祝	休養日	合　宿	合　宿	休養日	休養日		休養日		練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	13	火	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日		休養日		休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	14	水	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日		休養日		休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	15	木	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日		休養日		休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	16	金	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日		休養日		練習	休養日	休養日	休養日	休養日	大会	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	練習	大会	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	17	土	休養日	休養日	練習	休養日	休養日		休養日		練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	大会	休養日	休養日	休養日	練習	大会	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	18	日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日		休養日		練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	大会	休養日	休養日	休養日	練習	大会	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	19	月	練習	練習	休養日	練習	練習		練習		休養日	練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	大会	休養日	大会	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	練習
	20	火	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	21	水	練習	練習	練習	休養日	休養日		休養日		練習	大会	大会	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	大会	練習	休養日	練習	休養日	練習	休養日	練習	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	練習
	22	木	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	大会	休養日	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	練習
	23	金	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	休養日	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練試	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	練習	休養日
	24	土	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	練習	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	大会	休養日
	25	日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日		休養日		休養日	休養日	休養日	練習	休養日	練習	休養日	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	26	月	練習	練習	休養日	練習	練習		練習		休養日	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	練習	休養日
	27	火	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	練習	休養日
	28	水	練習	練習	練習	休養日	休養日		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	練習	練習
	29	木	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	練習	練習
	30	金	練習	練習	練習	練習	練習		休養日		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	練習	休養日
	31	土	練習	練習	休養日	休養日	休養日		練習		休養日	休養日	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日

平成３１年度（２０１９年度）部活動活動計画

鹿島高等学校・鹿島実業高等学校・（新）鹿島高等学校

月	区分		陸上	陸上	サッカー	バスケット	バスケット	バスケット	バレー	バレー	バレー	ソフトテニス	ソフトテニス	卓球	柔道	剣道	弓道	弓道	テニス	テニス	野球	ソフトボール	レスリング	吹奏楽	美術	書道	写真	天文学	茶華道	茶華道	情報処理	手芸	家政・食物	ＪＲＣ同好会	囲碁同好会
			長距離	短距離		男	女（鹿島・新鹿島）	女（鹿実）	男	女（鹿島）	女（鹿実・新鹿島）	男	女				赤門	大手門	男	女									赤門	大手門					
			計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画
9月	1	日	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	練習	休養日
	2	月	練習	練習	練習	練習	練習		休養日		休養日	練習	休養日	休養日	練習	練習	休養日	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	練習	練習
	3	火	練習	練習	練習	休養日	休養日		休養日		練習	練習	休養日	休養日	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習	休養日
	4	水	休養日	休養日	練習	休養日	休養日		練習		練習	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	練習
	5	木	練習	練習	練習	休養日	休養日		休養日		練習	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日
	6	金	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	練習	休養日
	7	土	練習	練習	練習	練習	練習		練試		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	大会	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	8	日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日		休養日		練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	練習	練試	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	9	月	練習	練習	練習	練習	練習		練習		休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	練習	練習
	10	火	練習	休養日	練習	練習	練習		休養日		練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	11	水	練習	練習	練習	休養日	休養日		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	練習	休養日	練習
	12	木	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	練習
	13	金	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	14	土	大会	大会	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	練習	練習	大会	練習	練習	練習	練習	練試	大会	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	15	日	大会	大会	練習	練習	練習		休養日		練習	練習	休養日	大会	練習	練習	休養日	休養日	練試	練習	練試	大会	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	16	祝	大会	大会	休養日	休養日	休養日		休養日		練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	練試	休み	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	17	火	休養日	休養日	練習	練習	練習		練習		休養日	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	18	水	練習	練習	練習	休養日	休養日		休養日		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	練習	休養日	練習
	19	木	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	練習
	20	金	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	21	土	練習	練習	練習	練習	練習		練試		練習	練習	練習	練習	練習	合　宿	練習	練習	練試	練習	大会	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	22	日	休養日	休養日	練習	練習	練習		休養日		練習	練習	休養日	練習	練習	合　宿	休養日	休養日	練試	練習	大会	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	23	祝	練習	練習	休養日	休養日	休養日		休養日		練習	大会	休養日	練習	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	大会	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	24	火	練習	休養日	練習	練習	練習		練習		休養日	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	25	水	練習	練習	練習	休養日	練習		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	練習	休養日	練習
	26	木	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	練習
	27	金	練習	練習	練習	練習	練習		休養日		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	28	土	練習	練習	練習	練習	練習		練試		練習	練習	練習	練習	練習	練習	大会	大会	練試	練習	大会	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	29	日	大会	休養日	練習	休養日	休養日		休養日		練習	大会	休養日	練習	休養日	大会	休養日	大会	休養日	練習	大会	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	30	月	休養日	練習	休養日	練習	練習		練習		休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習

平成３１年度（２０１９年度）部活動活動計画

鹿島高等学校・鹿島実業高等学校・（新）鹿島高等学校

月	区分		陸上	陸上	サッカー	バスケット	バスケット	バスケット	バレー	バレー	バレー	ソフトテニス	ソフトテニス	卓球	柔道	剣道	弓道	弓道	テニス	テニス	野球	ソフトボール	レスリング	吹奏楽	美術	書道	写真	天文学	茶華道	茶華道	情報処理	手芸	家政・食物	ＪＲＣ同好会	囲碁同好会
			長距離	短距離		男	女（鹿島・新鹿島）	女（鹿実）	男	女（鹿島）	女（鹿実・新鹿島）	男	女				赤門	大手門	男	女									赤門	大手門					
			計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画
10月	1	火	練習	休養日	練習	練習	練習		休養日		練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	大会	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	2	水	練習	練習	練習	休養日	休養日		練習		練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	大会	練習	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	練習	休養日	練習
	3	木	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	大会	練習	練習	練習	休養日	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	練習
	4	金	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	大会	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	5	土	練習	練習	練習	練習	練習		練試		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練試	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	6	日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日		休養日		練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習	練習	休養日	練試	練習	練試	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	7	月	練習	練習	練習	練習	練習		練習		休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	練習	練習
	8	火	練習	休養日	練習	練習	練習		練習		練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	練習	休養日	練習	休養日	休養日
	9	水	練習	練習	休養日	休養日	休養日		休養日		練習	練習	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	10	木	練習	練習	休養日	休養日	休養日		休養日		練習	練習	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日
	11	金	練習	練習	休養日	休養日	休養日		休養日		練習	練習	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	12	土	大会	休養日	休養日	休養日	休養日		休養日		練習	練習	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	練習	練習	練試	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	大会
	13	日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日		休養日		練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	練習	練試	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	14	祝	休養日	練習	休養日	休養日	休養日		休養日		休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練試	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	15	火	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日		休養日		休養日	練習	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	16	水	休養日	練習	休養日	休養日	休養日		休養日		休養日	練習	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	17	木	休養日	練習	練習	休養日	休養日		休養日		休養日	練習	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日
	18	金	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	19	土	練習	大会	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	大会	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	20	日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日		練習		練習	休養日	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	大会	練習	練試	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	21	月	練習	練習	休養日	練習	練習		練習		休み	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	大会	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	練習
	22	祝	練習	練習	練習	練習	練習		休養日		休み	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	練試	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	23	水	練習	休養日	練習	休養日	休養日		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	練習
	24	木	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	練習
	25	金	練習	練習	練習	練習	練習		休養日		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	26	土	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	大会	練習	練習	大会	大会	練習	練習	練習	練習	練試	大会	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	27	日	大会	大会	練習	休養日	休養日		練試		休養日	大会	休養日	大会	大会	大会	休養日	休養日	休養日	練習	練試	大会	練習	休養日	大会	休養日	休養日	大会	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	28	月	休養日	休養日	休養日	練習	練習		練習		休養日	練習	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習
	29	火	練習	練習	練習	練習	練習		休養日		練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	30	水	練習	休養日	練習	練習	休養日		練習		練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	休養日	休養日	練習	休養日	練習	休養日	練習
	31	木	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	練習

平成３１年度（２０１９年度）部活動活動計画

鹿島高等学校・鹿島実業高等学校・（新）鹿島高等学校

月	区分		陸上	陸上	サッカー	バスケット	バスケット	バスケット	バレー	バレー	バレー	ソフトテニス	ソフトテニス	卓球	柔道	剣道	弓道	弓道	テニス	テニス	野球	ソフトボール	レスリング	吹奏楽	美術	書道	写真	天文学	茶華道	茶華道	情報処理	手芸	家政・食物	ＪＲＣ同好会	囲碁同好会
			長距離	短距離		男	女（鹿島・新鹿島）	女（鹿実）	男	女（鹿島）	女（鹿実・新鹿島）	男	女				赤門	大手門	男	女									赤門	大手門					
			計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画
11月	1	金	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	大会	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	2	土	練習	大会	練習	練習	練習		練試		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	大会	練習	練習	大会	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	3	日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日		練試		練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習	練習	大会	練習	練習	大会	練習	大会	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	4	祝	練習	練習	休養日	休養日	休養日		休養日		練習	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	大会	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	5	火	練習	休養日	休養日	練習	練習		休養日		休養日	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	6	水	練習	練習	練習	休養日	休養日		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	練習	休養日	練習	休養日	練習
	7	木	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	練習
	8	金	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	大会	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	練習	休養日
	9	土	練習	練習	練習	練習	練習		練試		練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練試	大会	練習	練習	休養日	練習	休養日	大会	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	10	日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日		休養日		練習	休養日	休養日	練習	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	練習	練試	大会	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	11	月	練習	練習	練習	練習	練習		練習		休養日	練習	休養日	休養日	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習
	12	火	練習	休養日	練習	練習	練習		練習		練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	13	水	練習	練習	練習	休養日	休養日		休養日		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	練習	休養日	休養日
	14	木	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	練習
	15	金	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	16	土	練習	練習	練習	練習	練習		大会		練習	練習	練習	練習	練習	練習	大会	大会	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	17	日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日		休養日		練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	休養日	大会	休養日	練習	練試	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	18	月	練習	練習	練習	練習	練習		練習		休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習
	19	火	練習	休養日	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	20	水	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	練習	休養日	練習	休養日	練習
	21	木	練習	休養日	休養日	休養日	休養日		休養日		練習	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日
	22	金	練習	休養日	休養日	休養日	休養日		休養日		休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	23	祝	練習	休養日	休養日	休養日	休養日		休養日		休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	24	日	大会	休養日	休養日	休養日	休養日		休養日		休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	25	月	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日		休養日		休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	26	火	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日		休養日		休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	27	水	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日		休養日		休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	28	木	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日		休養日		休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日
	29	金	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日		休養日		休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	30	土	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日		休養日		休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日

平成３１年度（２０１９年度）部活動活動計画

鹿島高等学校・鹿島実業高等学校・（新）鹿島高等学校

月	区分		陸上	陸上	サッカー	バスケット	バスケット	バスケット	バレー	バレー	バレー	ソフトテニス	ソフトテニス	卓球	柔道	剣道	弓道	弓道	テニス	テニス	野球	ソフトボール	レスリング	吹奏楽	美術	書道	写真	天文学	茶華道	茶華道	情報処理	手芸	家政・食物	ＪＲＣ同好会	囲碁同好会
			長距離	短距離		男	女（鹿島・新鹿島）	女（鹿実）	男	女（鹿島）	女（鹿実・新鹿島）	男	女				赤門	大手門	男	女									赤門	大手門					
			計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画
12月	1	日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日		休養日		休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	2	月	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日		休養日		休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	3	火	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	4	水	練習	練習	練習	休養日	休養日		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	練習	休養日	練習
	5	木	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	練習
	6	金	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	練習	休養日
	7	土	練習	練習	練習	練習	練習		練試		練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	大会
	8	日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日		休養日		練習	休養日	休養日	練習	休養日	練習	休養日	休養日	練試	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	大会
	9	月	練習	練習	休養日	練習	練習		練習		休養日	練習	休養日	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習
	10	火	練習	休養日	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	11	水	練習	練習	練習	休養日	休養日		休養日		練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	練習	休養日	練習
	12	木	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	練習
	13	金	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	14	土	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	大会	大会	大会	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	15	日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日		休養日		休養日	練習	休養日	練習	休養日	休養日	大会	大会	大会	練習	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	16	月	練習	練習	練習	練習	練習		休養日		休養日	練習	休養日	練習	休養日	練習	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	17	火	練習	休養日	練習	練習	練習		練習		練習	休養日	練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	18	水	練習	練習	練習	練習	休養日		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	19	木	練習	練習	練習	休養日	練習		練習		練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日
	20	金	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	21	土	練習	練習	練習	練習	練習		大会		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	22	日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日		休養日		練習	休養日	休養日	練習	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	23	月	練習	練習	休養日	練習	練習		練習		休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習
	24	火	練習	休養日	練習	練習	練習		休養日		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	25	水	練習	練習	練習	休養日	休養日		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	練習
	26	木	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	大会	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	練習
	27	金	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	大会	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	休養日	合　宿	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	28	土	練習	練習	練習	休養日	休養日		練習		練習	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	合　宿	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	29	日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日		休養日		練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	合　宿	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	30	月	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日		休養日		練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	合　宿	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	31	火	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日		休養日		休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日

平成３１年度（２０１９年度）部活動活動計画

鹿島高等学校・鹿島実業高等学校・（新）鹿島高等学校

月	区分		陸上	陸上	サッカー	バスケット	バスケット	バスケット	バレー	バレー	バレー	ソフトテニス	ソフトテニス	卓球	柔道	剣道	弓道	弓道	テニス	テニス	野球	ソフトボール	レスリング	吹奏楽	美術	書道	写真	天文学	茶華道	茶華道	情報処理	手芸	家政・食物	ＪＲＣ同好会	囲碁同好会
			長距離	短距離		男	女（鹿島・新鹿島）	女（鹿実）	男	女（鹿島）	女（鹿実・新鹿島）	男	女				赤門	大手門	男	女									赤門	大手門					
			計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画
1月	1	祝	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日		休養日		休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	2	木	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日		休養日		休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	3	金	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日		休養日		練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	4	土	練習	練習	練習	休養日	休養日		練習		練習	練習	休養日	休養日	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	5	日	練習	休養日	練習	休養日	休養日		休養日		練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	6	月	練習	練習	休養日	練習	練習		練習		休養日	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	練習
	7	火	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	8	水	練習	練習	練習	休養日	休養日		休養日		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	練習
	9	木	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	練習
	10	金	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	休養日	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	11	土	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	12	日	休養日	練習	練習	休養日	休養日		練試		練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	休養日	大会	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	13	祝	練習	休養日	休養日	休養日	休養日		休養日		練習	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	練習	休養日	大会	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	14	火	練習	練習	練習	練習	練習		練習		休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	練習	休養日
	15	水	練習	休養日	練習	休養日	休養日		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	練習	休養日	練習
	16	木	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	練習
	17	金	練習	練習	練習	練習	練習		休養日		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	18	土	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	休養日	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	19	日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日		休養日		練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	20	月	練習	練習	休養日	練習	練習		休養日		休養日	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習
	21	火	練習	休養日	練習	練習	練習		練習		練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	22	水	練習	練習	練習	休養日	休養日		練習		練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	練習	休養日	練習
	23	木	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	練習
	24	金	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	25	土	練習	練習	練習	練習	練習		練試		練習	練習	練習	大会	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	大会	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	26	日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日		休養日		休養日	練習	休養日	大会	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	27	月	練習	練習	休養日	練習	練習		練習		休養日	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習
	28	火	練習	休養日	練習	練習	練習		休養日		練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	29	水	練習	練習	練習	休養日	休養日		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	練習	休養日	練習
	30	木	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	練習
	31	金	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	大会	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日

平成３１年度（２０１９年度）部活動活動計画

鹿島高等学校・鹿島実業高等学校・（新）鹿島高等学校

月	区分		陸上	陸上	サッカー	バスケット	バスケット	バスケット	バレー	バレー	バレー	ソフトテニス	ソフトテニス	卓球	柔道	剣道	弓道	弓道	テニス	テニス	野球	ソフトボール	レスリング	吹奏楽	美術	書道	写真	天文学	茶華道	茶華道	情報処理	手芸	家政・食物	ＪＲＣ同好会	囲碁同好会
			長距離	短距離		男	女（鹿島・新鹿島）	女（鹿実）	男	女（鹿島）	女（鹿実・新鹿島）	男	女				赤門	大手門	男	女									赤門	大手門					
			計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画
2月	1	土	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	休養日	練習	練習	休養日	練習	大会	練習	練習	練習	大会	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	2	日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日		休養日		練習	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	大会	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	3	月	練習	練習	休養日	練習	練習		練習		休養日	練習	休養日	休養日	練習	練習	休養日	練習	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習
	4	火	練習	休養日	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	5	水	練習	練習	練習	休養日	休養日		休養日		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	休養日	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	練習	休養日	練習
	6	木	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	練習
	7	金	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	練習	休養日
	8	土	練習	練習	練習	練習	練習		練試		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	9	日	休養日	練習	練習	休養日	休養日		練習		休養日	練習	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	10	月	練習	休養日	休養日	休養日	休養日		休養日		休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	11	祝	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	12	水	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日		休養日		休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	13	木	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日		休養日		休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	14	金	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日		休養日		休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	15	土	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日		休養日		休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	16	日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日		休養日		休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	17	月	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日		休養日		休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	18	火	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日		休養日		休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	19	水	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日		休養日		休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	20	木	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日		休養日		休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	21	金	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	22	土	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	合　宿	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	23	日	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	合　宿	休養日	休養日	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	24	祝	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日		休養日		練習	合　宿	休養日	練習	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	大会	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	25	火	練習	練習	休養日	練習	練習		休養日		休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	26	水	練習	休養日	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	練習	練習
	27	木	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	休養日	練習	休養日	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日
	28	金	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日
	29	土	練習	練習	練習	休養日	休養日		休養日		練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日

平成３１年度（２０１９年度）部活動活動計画

鹿島高等学校・鹿島実業高等学校・（新）鹿島高等学校

月	区分		陸上	陸上	サッカー	バスケット	バスケット	バスケット	バレー	バレー	バレー	ソフトテニス	ソフトテニス	卓球	柔道	剣道	弓道	弓道	テニス	テニス	野球	ソフトボール	レスリング	吹奏楽	美術	書道	写真	天文学	茶華道	茶華道	情報処理	手芸	家政・食物	ＪＲＣ同好会	囲碁同好会
			長距離	短距離		男	女（鹿島・新鹿島）	女（鹿実）	男	女（鹿島）	女（鹿実・新鹿島）	男	女				赤門	大手門	男	女									赤門	大手門					
			計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画	計画
3月	1	日	休養日	練習	練習	休養日	休養日		休養日		練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	練習	休養日	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	2	月	練習	練習	休養日	練習	練習		練習		休養日	練習	休養日	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	練習
	3	火	練習	休養日	練習	練習	練習		練習		練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	4	水	練習	練習	練習	休養日	休養日		休養日		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	休養日	休養日	練習	休養日	練習	休養日	練習
	5	木	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	練習
	6	金	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	練習	休養日
	7	土	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	8	日	大会	休養日	練習	休養日	休養日		休養日		練習	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練試	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	9	月	休養日	練習	休養日	休養日	休養日		休養日		休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	10	火	練習	休養日	練習	休養日	休養日		休養日		練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	11	水	練習	練習	練習	練習	練習		休養日		練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	練習	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	12	木	練習	練習	練習	練習	練習		休養日		練習	練習	休養日	休養日	休養日	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日
	13	金	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	14	土	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練試	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練試	練習	練試	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	15	日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日		休養日		練習	練試	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	練試	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	16	月	練習	練習	休養日	練習	練習		練習		練習	休養日	休養日	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	練習
	17	火	練習	休養日	練習	練習	練習		休養日		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	18	水	練習	練習	練習	休養日	休養日		練習		練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	練習
	19	木	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習
	20	祝	練習	練習	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	大会	大会	練試	休養日	大会	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	21	土	練習	練習	練習	休養日	休養日		練試		練習	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	大会	練試	練習	大会	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	22	日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日		休養日		休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	大会	休養日	練習	大会	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	23	月	練習	練習	休養日	練習	練習		練習		休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	練習
	24	火	練習	練習	練習	練習	練習		休養日		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	練習	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	25	水	練習	練習	練習	休養日	休養日		練習		練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	26	木	練習	合　宿	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	休養日	練習	練習	練習	練習	大会	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	27	金	練習	合　宿	練習	練習	練習		練習		練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	大会	練習	練習	練習	大会	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	28	土	練習	合　宿	練習	休養日	休養日		練習		練習	練習	練習	練試	練習	練習	練習	練習	休養日	休養日	大会	練習	大会	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	29	日	休養日	合　宿	休養日	休養日	休養日		休養日		練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	大会	休養日	大会	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日
	30	月	練習	休養日	練習	休養日	休養日		練習		休養日	練習	休養日	休養日	練習	休養日	練習	練習	練習	休養日	休養日	練習	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日
	31	火	練習	練習	練習	休養日	休養日		休養日		練習	休養日	練習	練習	練習	練習	練習	練習	練習	休養日	練習	練習	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	練習	休養日	休養日	休養日	休養日