

[D2]

2026年度

年間指導計画表【青森県立青森西高等学校】

ソフトボール

部

※原則週1日以上以上の休養日の確保しながら、年間で104日(平均して週2日)以上程度の休養日を設けましょう。

実施状況 1:週休日・祝日の活動日(振替休業等での活動日) 2:休養日(振替休業日での休養日) 3:平日活動日 4:平日休養日

年間 週休日・祝日合計	162 日	「1」の計	86 日	「2」の計	76 日	平日の計	203 日	「3」の計	89 日	「4」の計	114 日	「2・4」の計	190 日
-------------	-------	-------	------	-------	------	------	-------	-------	------	-------	-------	---------	-------

4 月	週休日・祝日合計 9 日					「1」の計 8 日					「2」の計 1 日					平日合計 21 日					「3」の計 11 日					「4」の計 10 日				
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
曜日	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木
実施	4	3	4	1	1	4	4	3	3	3	1	1	4	3	4	4	4	3	1	2	3	4	3	3	1	1	4	3	1	3
休養	○		○			○	○								○	○	○			○							○			
備考	4/6 年度始休業		職員会議				P.T.A.入学式	面式 測定	始業式 身体対	到達度 テスト (1年)	部活動 顧問 ⑤⑥	部活動 紹介 (午前)				鼻科 検診 (1年)	ブリ ガイ ス (1年)	(午後 会 心)	③(月 公 開 授 ①)	(4/18 休)	奨学金 講演 会	科 検 診 (3 年)	(午後 会 心)	(歯科 検 診 (1年 ))	歯科 検 診 (1年 ))			進路 講 演 会	昭 和 の 日	尿 検 査 ①②⑥

5 月	週休日・祝日合計 13 日					「1」の計 11 日					「2」の計 2 日					平日合計 18 日					「3」の計 10 日					「4」の計 8 日					
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
曜日	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日
実施	4	1	1	2	1	2	3	3	1	1	4	4	4	3	3	1	1	4	3	4	3	3	1	1	4	3	4	3	3	1	1
休養	○			○		○					○	○	○					○		○						○		○			
備考	(午後 眼)	縮 45分 授	憲 法 記 念 日	み ど り の 日	こ ど も の 日	振 替 休 日	(男子 午 後)	内 科 検 診			交 通 安 全 教 室		尿 検 査 ③	5 月 テ ス ト	5 月 テ ス ト			(3週 研 修 間)	教 育 実 習 生		避 難 訓 練 I		①英 検 1 次			4 0分 短 縮 授 業	就 職 ・ 公 務 員 ガイ ダン				

6 月	週休日・祝日合計 8 日					「1」の計 2 日					「2」の計 6 日					平日合計 22 日					「3」の計 7 日					「4」の計 15 日					
日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
曜日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	
実施	4	3	4	3	3	1	1	3	4	3	3	4	2	2	4	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	4	2	2	4	3	
休養	○		○						○				○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○		
備考					授 業 (金 ①)	午 前 2 時 間 授 業 (金 ①)	高 校 総 体 (全 校 応 援)	高 校 総 体	(金 ③)	授 業	(6/6 代 休)	表 彰 式 ・ 解 団 式		遠 足			セ ミ ナ ー I	就 職 力 向 上	科 検 診 (2 年 女 子)	(午後 内 科 検 診)						1 学 期 期 末 考 査	1 学 期 期 末 考 査			1 学 期 期 末 考 査	I H ・ 野 球 部 壮 行 式

【D2】

2026年度

年間指導計画表【青森県立青森西高等学校】

ソフトボール

部

※原則週1日以上以上の休養日の確保しながら、年間で104日(平均して週2日)以上程度の休養日を設けましょう。

実施状況 1:週休日・祝日の活動日(振替休業等での活動日) 2:休養日(振替休業日での休養日) 3:平日活動日 4:平日休養日

年間 週休日・祝日合計	162 日	「1」の計	86 日	「2」の計	76 日	平日の計	203 日	「3」の計	89 日	「4」の計	114 日	「2・4」の計	190 日
-------------	-------	-------	------	-------	------	------	-------	-------	------	-------	-------	---------	-------

7 月		週休日・祝日合計 15 日					「1」の計 10 日					「2」の計 5 日					平日合計 16 日					「3」の計 9 日			「4」の計 7 日							
日	曜	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
実	施	4	3	3	2	1	4	3	4	4	3	4	4	2	3	4	3	3	1	1	2	3	3	1	1	1	1	2	1	2	1	1
休	養	○			○		○		○	○		○	○	○		○					○							○		○		
備	考			記 述 模 試	総 合 学 力	① 英 検 2				青 西 高 祭	青 西 高 祭	青 西 高 祭		代 休						海 の 日		成 績 会 議	全 統 共 通	全 統 共 通				S P I 講	S P I 講	S P I 講	夏 期 講 習	夏 期 講 習

8 月		週休日・祝日合計 26 日					「1」の計 13 日					「2」の計 13 日					平日合計 5 日					「3」の計 3 日			「4」の計 2 日								
日	曜	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
実	施	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2	2	3	4	3	3	1	1	4	
休	養					○					○	○	○	○	○	○	○	○		○			○	○	○		○				○		○
備	考			中 学 生 体 験 入 学								山 の 日	学 校 閉 庁 日	学 校 閉 庁 日	学 校 閉 庁 日			就 職 力 向 上	(3 年)	夏 期 講 習	高 教 研	夏 期 講 習	高 教 研	夏 期 講 習	(3 年)	夏 期 講 習	(3 年)	職 員 会 議	課 題 テ ス ト	月 の 授 業			

9 月		週休日・祝日合計 11 日					「1」の計 4 日					「2」の計 7 日					平日合計 19 日					「3」の計 6 日			「4」の計 13 日							
日	曜	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
実	施	3	4	3	3	1	1	4	3	4	3	3	1	1	4	4	4	4	4	2	2	2	2	2	4	4	2	2	4	4	4	
休	養		○					○		○					○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
備	考		か ん 教 育 講 演 会 (全 学 年)								職 業 力 イ タ ン ス (1 年)	ベ ネ ネ 模 試 (3 年)	ベ ネ ネ 模 試 (3 年)			避 難 訓 練 II	運 動 会 予 備 日	運 動 会 予 備 日	運 動 会			敬 老 の 日	国 民 の 休 日	秋 分 の 日	月 の 授 業			開 校 記 念 日	2 学 期 中 間 考 査	2 学 期 中 間 考 査	2 学 期 中 間 考 査	

10 月	週休日・祝日合計	9 日	「1」の計	8 日	「2」の計	1 日	平日合計	22 日	「3」の計	13 日	「4」の計	9 日
------	----------	-----	-------	-----	-------	-----	------	------	-------	------	-------	-----



【D2】

2026年度

年間指導計画表【青森県立青森西高等学校】

ソフトボール

部

※原則週1日以上以上の休養日の確保しながら、年間で104日(平均して週2日)以上程度の休養日を設けましょう。

実施状況 1:週休日・祝日の活動日(振替休業等での活動日) 2:休養日(振替休業日での休養日) 3:平日活動日 4:平日休養日

年間	週休日・祝日合計	162 日	「1」の計	86 日	「2」の計	76 日	平日の計	203 日	「3」の計	89 日	「4」の計	114 日	「2・4」の計	190 日
----	----------	-------	-------	------	-------	------	------	-------	-------	------	-------	-------	---------	-------

日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
曜日	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日
実施	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	3	4	3	2	2	2	4	3	4	3	3	1	1	4	3	4	3	3	2	2
休養	○	○	○	○	○						○		○		○	○	○	○		○					○		○			○	○
備考	元日 学校 閉庁日	学校 閉庁日	学校 閉庁日		(冬期講習 (3年)	(冬期講習 (3年)	職員会議	始業式			成人の日	月の①⑤ 総探	避難訓練Ⅲ		総合学力テ スト(2年)	総合学力テ スト	通テスト	大学入学共 通テスト		会 ⑤ ⑥ (全	題研究発表		スケート教 室	進路検討会			学年末考査 (3年)	学年末考査 (3年)	学年末考査 (3年)		

2月	週休日・祝日合計	10 日	「1」の計	3 日	「2」の計	7 日	平日合計	18 日	3」の計	4 日	4」の計	14 日
----	----------	------	-------	-----	-------	-----	------	------	------	-----	------	------

日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28		
曜日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日		
実施	4	4	4	4	4	2	2	4	4	4	2	4	2	2	4	4	3	3	3	1	1	4	1	4	3	4	2	2		
休養	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○							○		○		○	○	○	
備考	学年分掌総 括会議 職員会議										建国記念日	入学者選抜 願書受付			学年末考査 (1・2年)	学年末考査 (1・2年)	卒業認定考査 (1・2年)							天皇誕生日		卒業式予行 同窓会入会 式	各賞授与式 予行・式場 設営			③英検2次

3月	週休日・祝日合計	15 日	「1」の計	11 日	「2」の計	4 日	平日合計	16 日	3」の計	8 日	4」の計	8 日
----	----------	------	-------	------	-------	-----	------	------	------	-----	------	-----

日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
曜日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水
実施	4	3	4	4	2	1	1	4	3	4	3	3	1	1	4	3	4	3	3	1	1	2	4	3	1	1	1	1	2	1	2
休養	○		○	○	○			○		○					○		○						○	○					○		○
備考	卒業式		入試選抜 備・設営	入学者選抜 検査	採点					(追検査実 施)	動③⑥ 授業	合格者発表 進級認定会 職員会			(再募集願 書受付)	(再募集 査)	格(再募集 格者発表)					春分の日	振替休日	入学予定者 説明会	退任・離任 修習式	春期特別講 学年末休業	春期特別講 学年末休業	学年末休業	学年末休業	学年末休業	学年末休業