

令和7年度 夏季休業中の部活動計画（7/24現在）

月	7月						8月																	備 考	
日	26	27	28	29	30	31	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	※変更や詳細については各顧問から連絡があります	
曜日	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日		
行事		3 年 夏 季 課 外 ①			一 日 体 験 入 学					3 年 夏 季 課 外 ②		2 学 年 医 学 部 対 策 講 座				3 年 全 統 M	山 の 日	学 校 閉 庁 日	部活動禁止						
剣道 男	○	○	×	○	○	☆	☆	☆	遠征	×	○	○	○	○	○	○	○					×	×	7/31-8/2合宿(福陵会館)、8/3北奥羽大会(補助員)	
女	○	○	×	○	○	☆	☆	☆	遠征	×	○	遠征	遠征	遠征	遠征	遠征	遠征					×	×	7/31-8/2合宿(福陵会館)、8/3北奥羽大会(補助員)、8/6-11インターハイ(広島)	
柔道(男・女)	○	×	○	○	○	×	遠征	○	○	遠征	遠征	遠征	×	×	×	×	×					×	×	8/1暑中傾向(盛岡)、8/4-6秋田県夏季練成会(秋田県由利本荘市)、	
弓道(男・女)	遠征	×	○	○	○	○	○	○	×	○/大	○	○	○	遠征	遠征	遠征	×					×	×	7/26練習試合(二戸)、8/4遠的選手権大会(盛岡)8/8-9東北練成会(盛岡)、8/9-10国スポ強化合宿(盛岡)	
陸上(男・女)	×	×	○	○	○	×	○	×	×	○	○	○	○	○	×	×	×					×	×		
水泳(男・女)	○	×	×	○	○	×	○	×	×	×	○	○	○	○	☆	○	大					×	×	8/11二戸市民水泳大会 8/15～20広島IH(3年三浦)	
野球	○	○	×	○	○	○	○	遠征	練試	×	○	○	○	○	○	遠征	遠征					○	練試	8/2八戸西、8/3八戸ウルスラ、8/10盛商、8/11八戸光星、8/17誠桜	
ソフトテニス男	大	大	×	○	○	○	○	×	×	○	○	○	○	○	大	大	×					○	×		
女																									
サッカー男	○	×	◎	◎	◎	◎	◎	○	×	◎	◎	◎	◎	◎	○	○	○					×	×		
バスケ男	○	○	×	○	○	○	遠	○	○	×	○	遠	遠	遠	○	○	×					×	×	8/1久慈サマーリーグ、8/6～8IPSリーグ	
女	○	○	×	○	○	○	遠	○	遠	×	○	遠	遠	遠	○	○	×					×	×	8/1久慈サマーリーグ、8/3花巻東高校、8/6～8IPSリーグ	
バレー男	×	○	○	○	○	×	×	○	×	○	○	×	○	×	○	○	○					×	×		
女	○	○	×	○	○	○	○	○	○	×	○	○	○	○	○	○	×					○	○		
卓球(男・女)	○	×	○	○	○	○	○	○	×	○	○	○	○	○	○	○	×					×	×		
音楽	☆	☆	×	◎	○	◎	◎	◎	×	◎	◎	◎	◎	◎	◎	×	◎					×	×	7/27第38回定期演奏会	
吹奏楽	○	大	○	○	○	×	○	○	×	○	○	○	○	○	○	×	×					○	×	7/27吹奏楽コンクール岩手県大会	
書道	×	×	×	×	○	○	○	×	×	○	○	☆	○	☆	×	×	×					×	×	8/6ツガワリハ、8/8ツガワそうぞうフェス	
美術	×	×	○	○	○	○	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×					×	×		
演劇	×	◎	◎	◎	○	◎	◎	◎	×	☆	◎	☆	大	大	大	○	×					×	×	8/7～8/9地区大会	
英語	×	×	×	×	○	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×					×	×		
茶道	×	×	×	×	○	×	×	×	×	×	◎	◎	◎	×	×	×	×					×	×		
理科研究	遠征	×	○	○	○	×	○	×	×	遠征	×	○	遠征	○	×	×	×					×	×	7/26シビックセンターサイエンスショー、8/4水生生物調査、8/7二戸地域環境塾	

○：午前、◎：午後、☆：全日、大：大会、遠征：校外で見学・練習試合、練試：校内、×：休み

□ 本校における熱中症対策

- 気温35℃以上、または暑さ指数WBGT31以上の運動(部活動)は原則中止。
- 気温31℃以上35℃未満、または暑さ指数WBGT28以上31未満では、激しい運動は避け、10分～20分毎に休憩をとり、水分・塩分を補給する。
- 気温28℃以上31℃未満、または暑さ指数WBGT25以上28未満では、積極的に休憩をとり、水分・塩分を補給する。激しい運動(部活動)では、30分毎に休憩をとる。
- 気温24℃以上28℃未満、または暑さ指数WBGT21以上25未満では、運動(部活動)の合間に積極的に休憩をとり、水分・塩分を補給する。
- 気温24℃未満、または暑さ指数WBGT21未満でも、運動(部活動)の合間に積極的に休憩をとり、水分・塩分を補給する。