

令和8年度 夏季休業中の部活動計画（7/23現在）

月	7月							8月																	備 考	
日	25	26	27	28	29	30	31	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17		
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	月		
行事		3 年 夏 季 課 外 ①								3 年 夏 季 課 外 ②							3 年 全 統 ① M	山 の 日	学 校 閉 庁 日	部活動禁止					※変更や詳細については各顧問から連絡があります	
剣道 男	○	合宿	合宿	合宿	合宿	○	×	×	○	○	○	○	×	○	○	×	×	×						○		
女	○	合宿	合宿	合宿	合宿	○	×	×	○	○	○	○	×	○	○	×	×	×						○	8/1～6男子個人インターハイ(奈良)、8/9～12男子2名(京都遠征)	
柔道(男・女)	遠征	×	○	○	×	○	遠征	遠征	大	○	○	○	○	×	×	×	×	×						×	7/25米沢合同練習会(米沢市)、7/31岩手県中高暑中稽古、8/1盛岡中央合同練習、8/2北奥羽大会補助員	
弓道(男・女)	○	×	○	○	○	○	大会	大会	大会	大会	○	○	○	○	○	×	大会	大会						○	7/30～8/2インターハイ(和歌山)、8/10～11東北錬成会(盛岡)	
陸上(男・女)	×	×	×	遠征	×	○	遠征	×	×	遠征	遠征	×	遠征	遠征	×	×	×	×						×	遠征：一戸町総合運動公園陸上競技場	
水泳(男・女)	○	○	×	○	○	○	○	○	○	×	○	○	○	○	○	大	×	×						×	8/9二戸市民水泳大会(二戸SSプール)	
野球	○	○	○	○	×	○	○	○	練習	○	○	練習	×	○	練習	○	○	○						○		
ソフトテニス男	大	大	×	遠征	○	×	○	○	×	○	×	○	○	○	○	×	大	大						×		
サッカー男	○	×	◎	◎	◎	◎	◎	○	×	◎	◎	◎	◎	◎	○	×	◎	◎						×		
バスケ男	遠征	◎	×	○	○	○	遠征	遠征	○	×	○	○	遠征	遠征	大会	○	○	×						×	7/25盛岡第四・7/31久慈サマーリーグ・8/1盛岡農業・8/6～7IPSリーグ参加・7/26中3交流会・8/8U18リーグ	
女	遠征	◎	×	○	○	○	遠征	○	○	×	○	○	遠征	遠征	○	○	○	×						×	7/25盛岡第四・7/31久慈サマーリーグ・8/6～7IPSリーグ参加・7/26中3交流会	
バレー男	○	○	○	○	×	○	○	○	○	○	○	○	×	○	×	○	○	○						×		
女	○	遠征	×	○	×	○	○	○	○	×	○	遠征	○	○	遠征	○	○	遠征						×	7/26南昌みらい 8/5久慈 8/8一関 8/11専修大北上	
音楽	☆	×	◎	◎	◎	○	◎	◎	○	×	◎	◎	◎	◎	◎	○	×	◎	遠征					○	7/25定期演奏会、8/12講習会	
吹奏楽	○	大	×	◎	◎	◎	◎	○	×	○	○	○	○	○	◎	×	○	○						×	7/26(日)吹奏楽コンクール県大会(トーサイクラシックホールいわて)	
書道	○	×	×	×	×	○	○	×	×	○	○	○	○	○	×	×	×	×						×		
美術	×	×	◎	◎	◎	○	◎	◎	×	◎	◎	◎	◎	◎	×	×	×	×						×		
演劇	×	×	○	○	○	○	×	×	×	大	大	大	×	×	×	×	×	×						×	8/3～5地区大会(トーサイクラシックホール岩手)	
英語	×	×	×	×	×	○	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×						×		
茶道	×	×	×	×	×	○	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×						×		
理科研究	遠征	×	☆	×	☆	☆	×	×	×	×	遠征	×	遠征	×	×	×	○	×						×	7/25福中高合同サイエンスショー(シビックセンター)8/4(火)水生生物調査(九戸)8/6(木)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、練習：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以上での運動(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。