

2026年度

5月

活動計画

部活動名【 野球部 】

日	曜	学校行事等	練習内容等 (公式戦・練習試合等)	場所	活動時間	計
1	金	⑥LHR(基礎力診断テスト事前準備)	練習	本校	16:00 ~ 17:30	1:30
2	土		練習試合:鹿児島玉龍・香住丘	鹿児島玉龍	9:00 ~ 11:00	2:00
3	日	憲法記念日	練習試合:隼人工業・延岡	隼人工業	9:00 ~ 11:00	2:00
4	月	みどりの日	休養日			
5	火	こどもの日	練習	本校	9:00 ~ 11:00	2:00
6	水	振替休日	練習試合:熊本国府	熊本国府	9:00 ~ 11:00	2:00
7	木	第1回教室・廊下一斉清掃	練習	本校	16:00 ~ 17:30	1:30
8	金	⑥人吉警察署自転車講習会(全学年)	練習	本校	16:00 ~ 17:30	1:30
9	土	育友会総会(特別時間割)	練習	本校	15:00 ~ 17:00	2:00
10	日		練習試合:人吉	人吉	9:00 ~ 11:00	2:00
11	月	代休(育友会総会)	休養日			
12	火	水曜日課	練習	本校	16:00 ~ 17:00	1:00
13	水	中間考査、県外企業訪問(3学年)	休養日			
14	木	中間考査、県外企業訪問(3学年)	休養日			
15	金	中間考査、県外企業訪問(3学年)	練習	本校	13:00 ~ 15:00	2:00
16	土		NHK旗高等学校野球大会	未定	~	
17	日		NHK旗高等学校野球大会	未定	~	
18	月		練習	本校	16:00 ~ 17:30	1:30
19	火	歯科検診③、尿検査	練習	本校	16:00 ~ 17:30	1:30
20	水	運営委員会④、尿検査(予備日)	休養日			
21	木	職員心臓検診(午後)、第1回基礎力診断テスト	練習	本校	16:00 ~ 17:30	1:30
22	金	(衛)決起集会	練習	本校	16:00 ~ 17:30	1:30
23	土	高校総体(先行開催競技)	NHK旗高等学校野球大会	未定	~	
24	日	高校総体(先行開催競技)	NHK旗高等学校野球大会	未定	~	
25	月		練習	本校	16:00 ~ 17:30	1:30
26	火	歯科検診④	練習	本校	16:00 ~ 17:30	1:30
27	水		休養日			
28	木	内科検診(2年・専攻科)	練習	本校	16:00 ~ 17:30	1:30
29	金	高校総体(総合開会式)	練習	本校	16:00 ~ 17:30	1:30
30	土	高校総体	練習試合:南稜	南稜	9:00 ~ 11:00	2:00
31	日	高校総体、高校総文祭	練習	本校	9:00 ~ 11:00	2:00

33:30

休養日計画	6日	活動時間計画	6:30
		週当たりの練習時間	6:30

2026年度

5月

活動計画

部活動名【陸上競技部【短距離ブロック】】

日	曜	学校行事等	練習内容等 (公式戦・練習試合等)	場所	活動時間	計
1	金		練習	グラウンド	16:00 ~ 17:30	1:30
2	土	⑤3E・2E進路講話(東京電力ハイブリッド)、⑥LHR(基礎力診断テスト事前準備)、第1回防災避難訓練	熊本市選手権大会	えがお健康	9:00 ~ 12:00	3:00
3	日	憲法記念日				
4	月	みどりの日				
5	火	こどもの日				
6	水	振替休日	練習	グラウンド	9:00 ~ 10:00	1:00
7	木	火曜日課、キャリアパスポート(中間考査・基礎力診断テスト目標設定)、考査1週間前	練習	グラウンド	16:00 ~ 17:00	1:00
8	金	尿検査(1次)、校内美化作業(短縮、朝読書なし)	練習	グラウンド	16:00 ~ 17:00	1:00
9	土	尿検査(1次予備)、校内美化作業(予備日)	長距離記録会	えがお健康	16:00 ~ 17:00	1:00
10	日	育友会総会、①親子で学ぶセーフティネット講座【1学年】				
11	月					
12	火					
13	水	中間考査、県外企業訪問(3学年)				
14	木	中間考査、県外企業訪問(3学年)				
15	金	中間考査、県外企業訪問(3学年)、頭髮服装指導(1・2年)				
16	土	5/10代休	練習	グラウンド	9:00 ~ 12:30	3:30
17	日					
18	月	測量士補試験	練習	グラウンド	16:00 ~ 17:30	1:30
19	火	歯科検診①	練習	グラウンド	16:00 ~ 17:30	1:30
20	水	歯科検診②(3年、2年)	練習	グラウンド	16:00 ~ 17:30	1:30
21	木	職員心臓検診(午後)、(運営委員会④、基礎力診断テスト①、尿検査二次精密)	練習	グラウンド	16:00 ~ 17:30	1:30
22	金	職員心臓検診(14:00~)、尿検査二次精密(予備)、決起集会第一回修学旅行検討委員会(16:30~)	練習	グラウンド	16:00 ~ 17:30	1:30
23	土	高校総体(先行開催競技)衛)検診②、⑥1年防災教育	練習	グラウンド	9:00 ~ 12:30	3:30
24	日	高校総体(先行開催競技)				
25	月	人吉市自主避難訓練(本校体育館、午前中)	練習	グラウンド	16:00 ~ 17:30	1:30
26	火	歯科検診②	練習	グラウンド	16:00 ~ 17:30	1:30
27	水		練習	グラウンド	16:00 ~ 17:30	1:30
28	木		練習	グラウンド	16:00 ~ 17:30	1:30
29	金	高校総体(総合開会式)、検診③	高校総体	えがお健康	~	
30	土	高校総体	高校総体	えがお健康	~	
31	日	高校総体、高校総文祭	高校総体	えがお健康	~	

29:00

休養日計画		活動時間計画	4:50
		週当たりの練習時間	4:50

2026年度

5月

活動計画

部活動名【陸上競技部【長距離ブロック】】

日	曜	学校行事等	練習内容等 (公式戦・練習試合等)	場所	活動時間	計
1	金	⑥LHR(基礎力診断テスト事前準備)	練習	学校グラウンド	16:00 ~ 18:00	2:00
2	土		練習	学校グラウンド	9:00 ~ 12:00	3:00
3	日	憲法記念日	休養日			
4	月	みどりの日	練習	学校グラウンド	9:00 ~ 12:00	3:00
5	火	こどもの日	練習	学校グラウンド	9:00 ~ 12:00	3:00
6	水	振替休日	練習	学校グラウンド	9:00 ~ 10:00	1:00
7	木	第1回教室・廊下一斉清掃	練習	学校グラウンド	16:00 ~ 17:00	1:00
8	金	⑥人吉警察署自転車講習会(全学年)	練習	学校グラウンド	16:00 ~ 17:00	1:00
9	土	育友会総会(特別時間割)	第1回熊本県長距離記録会	えがスタ	16:00 ~ 17:00	1:00
10	日		休養日			
11	月	代休(育友会総会)	練習	学校グラウンド	9:00 ~ 12:30	3:30
12	火	水曜日課	練習	学校グラウンド	16:00 ~ 17:00	1:00
13	水	中間考査、県外企業訪問(3学年)	練習	学校グラウンド	16:00 ~ 17:00	1:00
14	木	中間考査、県外企業訪問(3学年)	練習	学校グラウンド	16:00 ~ 17:00	1:00
15	金	中間考査、県外企業訪問(3学年)	練習	学校グラウンド	16:00 ~ 17:30	1:30
16	土		練習	学校グラウンド	9:00 ~ 12:00	3:00
17	日		休養日			
18	月		練習	学校グラウンド	16:00 ~ 18:00	2:00
19	火	歯科検診③、尿検査	練習	学校グラウンド	16:00 ~ 18:00	2:00
20	水	運営委員会④、尿検査(予備日)	練習	学校グラウンド	16:00 ~ 18:00	2:00
21	木	職員心臓検診(午後)、第1回基礎力診断テスト	練習	学校グラウンド	16:00 ~ 18:00	2:00
22	金	(衛)決起集会	練習	学校グラウンド	16:00 ~ 18:00	2:00
23	土	高校総体(先行開催競技)	練習	学校グラウンド	9:00 ~ 12:30	3:30
24	日	高校総体(先行開催競技)	休養日			
25	月		練習	学校グラウンド	16:00 ~ 18:00	2:00
26	火	歯科検診④	練習	学校グラウンド	16:00 ~ 18:00	2:00
27	水		練習	学校グラウンド	16:00 ~ 18:00	2:00
28	木	内科検診(2年・専攻科)	練習	学校グラウンド	16:00 ~ 18:00	2:00
29	金	高校総体(総合開会式)	試合	えがお健康	~	
30	土	高校総体	試合	えがお健康	~	
31	日	高校総体、高校総文祭	試合	えがお健康	~	

47:30

休養日計画	4日	活動時間計画	7:55
		週当たりの練習時間	7:55

2026年度

5月

活動計画

部活動名【バレー部】

日	曜	学校行事等	練習内容等 (公式戦・練習試合等)	場所	活動時間	計
1	金	⑥LHR(基礎力診断テスト事前準備)	練習	本校	17:30 ~ 18:30	1:00
2	土		練習	スポーツバレス	9:00 ~ 12:00	3:00
3	日	憲法記念日	練習	スポーツバレス	9:00 ~ 12:00	3:00
4	月	みどりの日	練習	スポーツバレス	9:00 ~ 12:00	3:00
5	火	こどもの日	休養日			
6	水	振替休日	休養日			
7	木	第1回教室・廊下一斉清掃	練習	本校	16:30 ~ 17:30	1:00
8	金	⑥人吉警察署自転車講習会(全学年)	練習	本校	16:30 ~ 17:30	1:00
9	土	育友会総会(特別時間割)	練習	本校	12:00 ~ 13:00	1:00
10	日		休養日			
11	月	代休(育友会総会)	休養日			
12	火	水曜日課	練習	本校	12:00 ~ 13:00	1:00
13	水	中間考査、県外企業訪問(3学年)	休養日			
14	木	中間考査、県外企業訪問(3学年)	練習	本校	12:00 ~ 13:00	1:00
15	金	中間考査、県外企業訪問(3学年)	練習	本校	15:00 ~ 17:00	2:00
16	土		練習	本校	9:00 ~ 12:00	3:00
17	日		休養日	秀岳館	9:00 ~ 13:00	4:00
18	月		練習	本校	16:30 ~ 18:30	2:00
19	火	歯科検診③、尿検査	練習	本校	16:30 ~ 18:30	2:00
20	水	運営委員会④、尿検査(予備日)	休養日			
21	木	職員心臓検診(午後)、第1回基礎力診断テスト	練習	本校	16:30 ~ 18:30	2:00
22	金	(衛)決起集会	練習	本校	16:30 ~ 17:30	1:00
23	土	高校総体(先行開催競技)	練習	本校	13:00 ~ 16:00	3:00
24	日	高校総体(先行開催競技)	練習	本校	9:00 ~ 12:00	3:00
25	月		練習	本校	16:30 ~ 17:30	1:00
26	火	歯科検診④	練習	本校	16:30 ~ 18:30	2:00
27	水		休養日			
28	木	内科検診(2年・専攻科)	練習	本校	16:30 ~ 18:30	2:00
29	金	高校総体(総合開会式)	練習	本校	12:00 ~ 15:00	3:00
30	土	高校総体	大会			
31	日	高校総体、高校総文祭	大会			

45:00

休養日計画	8日	活動時間計画	8:00
		週当たりの練習時間	8:00

2026年度

5月

活動計画

部活動名【 バスケット部 】

日	曜	学校行事等	練習内容等 (公式戦・練習試合等)	場所	活動時間	計
1	金	⑥LHR(基礎力診断テスト事前準備)	練習	本校	16:30 ~ 17:30	1:00
2	土		工業系大会	長崎県	13:00 ~ 17:00	4:00
3	日	憲法記念日	工業系大会	長崎県	10:00 ~ 15:00	5:00
4	月	みどりの日	工業系大会	長崎県	9:00 ~ 13:00	4:00
5	火	こどもの日	休養日			
6	水	振替休日	休養日			
7	木	第1回教室・廊下一斉清掃	中間考査対策	本校	16:30 ~ 17:30	1:00
8	金	⑥人吉警察署自転車講習会(全学年)	中間考査対策	本校	17:30 ~ 18:30	1:00
9	土	育友会総会(特別時間割)	中間考査対策	本校	12:00 ~ 13:00	1:00
10	日		休養日			
11	月	代休(育友会総会)	中間考査対策	本校	9:00 ~ 11:00	2:00
12	火	水曜日課	中間考査対策	本校	16:30 ~ 17:30	1:00
13	水	中間考査、県外企業訪問(3学年)	中間考査対策	本校	12:00 ~ 13:00	1:00
14	木	中間考査、県外企業訪問(3学年)	休養日			
15	金	中間考査、県外企業訪問(3学年)	練習	本校	13:00 ~ 15:00	2:00
16	土		練習	本校	13:00 ~ 17:00	4:00
17	日		休養日			
18	月		練習	本校	16:30 ~ 17:30	1:00
19	火	歯科検診③、尿検査	練習	本校	16:30 ~ 18:30	2:00
20	水	運営委員会④、尿検査(予備日)	練習	本校	16:30 ~ 18:30	2:00
21	木	職員心臓検診(午後)、第1回基礎力診断テスト	休養日			
22	金	(衛)決起集会	練習	本校	17:30 ~ 18:30	1:00
23	土	高校総体(先行開催競技)	練習	本校	9:00 ~ 13:00	4:00
24	日	高校総体(先行開催競技)	休養日			
25	月		練習	本校	16:30 ~ 18:30	2:00
26	火	歯科検診④	練習	本校	16:30 ~ 18:30	2:00
27	水		練習	本校	16:30 ~ 18:30	2:00
28	木	内科検診(2年・専攻科)	休養日			
29	金	高校総体(総合開会式)	高校総体	熊本市	13:00 ~ 17:00	4:00
30	土	高校総体	高校総体	熊本市	9:00 ~ 14:00	5:00
31	日	高校総体、高校総文祭	高校総体	熊本市	10:00 ~ 17:00	7:00

52:00

休養日計画	8日	活動時間計画	11:20
		週当たりの練習時間	11:20

2026年度

5月

活動計画

部活動名【ソフトテニス部】

日	曜	学校行事等	練習内容等 (公式戦・練習試合等)	場所	活動時間	計
1	金	⑥LHR(基礎力診断テスト事前準備)	休養日			
2	土		水俣合宿	エコパーク水俣	10:00 ~ 13:00	3:00
3	日	憲法記念日	水俣合宿	エコパーク水俣	10:00 ~ 13:00	3:00
4	月	みどりの日	水俣合宿	エコパーク水俣	10:00 ~ 13:00	3:00
5	火	こどもの日	水俣合宿	エコパーク水俣	10:00 ~ 13:00	3:00
6	水	振替休日	休養日			
7	木	第1回教室・廊下一斉清掃	練習	村山	16:30 ~ 18:00	1:30
8	金	⑥人吉警察署自転車講習会(全学年)	練習	村山	16:30 ~ 18:00	1:30
9	土	育友会総会(特別時間割)	県高校選手権	運動公園	~	
10	日		県高校選手権	運動公園	~	
11	月	代休(育友会総会)	休養日			
12	火	水曜日課	休養日			
13	水	中間考査、県外企業訪問(3学年)	休養日			
14	木	中間考査、県外企業訪問(3学年)	休養日			
15	金	中間考査、県外企業訪問(3学年)	休養日			
16	土		七城合宿	七城町	10:00 ~ 13:00	3:00
17	日		七城合宿	七城町	10:00 ~ 13:00	3:00
18	月		練習	村山	16:30 ~ 18:00	1:30
19	火	歯科検診③、尿検査	練習	村山	16:30 ~ 18:00	1:30
20	水	運営委員会④、尿検査(予備日)	休養日			
21	木	職員心臓検診(午後)、第1回基礎力診断テスト	練習	村山	16:30 ~ 18:00	1:30
22	金	(衛)決起集会	練習	村山	16:30 ~ 18:00	1:30
23	土	高校総体(先行開催競技)	練習	村山公園	10:00 ~ 13:00	3:00
24	日	高校総体(先行開催競技)	高校総体(個人)	運動公園	~	
25	月		練習	村山	16:30 ~ 18:00	1:30
26	火	歯科検診④	練習	村山	16:30 ~ 18:00	1:30
27	水		休養日			
28	木	内科検診(2年・専攻科)	練習	村山	16:30 ~ 18:00	1:30
29	金	高校総体(総合開会式)	高校総体(団体)	運動公園	~	
30	土	高校総体	高校総体(団体)	運動公園	~	
31	日	高校総体、高校総文祭	高校総体(個人)	運動公園	~	

34:30

休養日計画	9日	活動時間計画	5:45
		週当たりの練習時間	5:45

2026年度

5月

活動計画

部活動名【卓球部】

日	曜	学校行事等	練習内容等 (公式戦・練習試合等)	場所	活動時間	計
1	金	⑥LHR(基礎力診断テスト事前準備)	練習	学校	16:00 ~ 17:00	1:00
2	土		練習	学校	8:30 ~ 10:30	2:00
3	日	憲法記念日	休養日			
4	月	みどりの日	休養日			
5	火	こどもの日	休養日			
6	水	振替休日	休養日			
7	木	第1回教室・廊下一斉清掃	練習	学校	16:00 ~ 17:00	1:00
8	金		練習	学校	16:00 ~ 17:00	1:00
9	土	育友会総会(特別時間割)	練習	学校	16:00 ~ 17:00	1:00
10	日		休養日			
11	月	代休(育友会総会)	休養日			
12	火	水曜日課	休養日			
13	水	中間考査、県外企業訪問(3学年)	練習	学校	16:00 ~ 17:00	1:00
14	木	中間考査、県外企業訪問(3学年)	練習	学校	16:00 ~ 17:00	1:00
15	金	中間考査、県外企業訪問(3学年)	練習	学校	16:00 ~ 17:00	1:00
16	土		練習	学校	8:30 ~ 10:30	2:00
17	日		休養日			
18	月		練習	学校	16:00 ~ 17:00	1:00
19	火	歯科検診③、尿検査	休養日			
20	水	運営委員会④、尿検査(予備日)	練習	学校	16:00 ~ 17:00	1:00
21	木	職員心臓検診(午後)、第1回基礎力診断テスト	練習	学校	16:00 ~ 17:00	1:00
22	金	(衛)決起集会	練習	学校	16:00 ~ 17:00	1:00
23	土	高校総体(先行開催競技)	練習	学校	8:30 ~ 10:30	2:00
24	日	高校総体(先行開催競技)	休養日			
25	月		練習	学校	16:00 ~ 17:00	1:00
26	火	歯科検診④	休養日			
27	水		練習	学校	16:00 ~ 17:00	1:00
28	木	内科検診(2年・専攻科)	練習	学校	16:00 ~ 17:00	1:00
29	金	高校総体(総合開会式)	大会出場	ナースパワーアリーナ	9:00 ~ 17:00	8:00
30	土	高校総体	大会出場	ナースパワーアリーナ	9:00 ~ 17:00	8:00
31	日	高校総体、高校総文祭	大会出場(勝ち上がり)	ナースパワーアリーナ	~	

36:00

休養日計画	11日	活動時間計画	36:00
		週当たりの練習時間	7:12

2026年度

5月

活動計画

部活動名【柔道部】

日	曜	学校行事等	練習内容等 (公式戦・練習試合等)	場所	活動時間	計
1	金	⑥LHR(基礎力診断テスト事前準備)	トレーニング	ジム	16:30 ~ 18:00	1:30
2	土		休養日			
3	日	憲法記念日	合同練習会	玉名市武道館	10:00 ~ 15:00	5:00
4	月	みどりの日	合同練習会	那覇建設武道スポーツアリーナ	10:00 ~ 15:00	5:00
5	火	こどもの日	休養日			
6	水	振替休日	稽古	学校	9:30 ~ 11:30	2:00
7	木	第1回教室・廊下一斉清掃	稽古	学校	16:30 ~ 18:00	1:30
8	金	⑥人吉警察署自転車講習会(全学年)	トレーニング	ジム	16:30 ~ 18:00	1:30
9	土	育友会総会(特別時間割)	稽古	学校	10:00 ~ 12:00	2:00
10	日		休養日			
11	月	代休(育友会総会)	休養日			
12	火	水曜日課	休養日			
13	水	中間考査、県外企業訪問(3学年)	休養日			
14	木	中間考査、県外企業訪問(3学年)	休養日			
15	金	中間考査、県外企業訪問(3学年)	休養日			
16	土		出稽古	東海大学九州	9:30 ~ 12:30	3:00
17	日		休養日			
18	月		トレーニング	ジム	16:30 ~ 18:00	1:30
19	火	歯科検診③、尿検査	稽古	学校	16:30 ~ 18:30	2:00
20	水	運営委員会④、尿検査(予備日)	トレーニング	ジム	16:30 ~ 18:00	1:30
21	木	職員心臓検診(午後)、第1回基礎力診断テスト	稽古	学校	16:30 ~ 18:30	2:00
22	金	(衛)決起集会	トレーニング	ジム	16:30 ~ 18:00	1:30
23	土	高校総体(先行開催競技)	稽古	学校	9:00 ~ 12:00	3:00
24	日	高校総体(先行開催競技)	休養日			
25	月		稽古	学校	16:30 ~ 18:30	2:00
26	火	歯科検診④	稽古	学校	16:30 ~ 18:30	2:00
27	水		稽古	学校	16:30 ~ 18:30	2:00
28	木	内科検診(2年・専攻科)	稽古	学校	16:30 ~ 18:30	2:00
29	金	高校総体(総合開会式)	県高校総体	山鹿市総合体育館	13:00 ~ 15:00	2:00
30	土	高校総体	県高校総体	山鹿市総合体育館	10:00 ~ 14:00	4:00
31	日	高校総体、高校総文祭	県高校総体	山鹿市総合体育館	10:00 ~ 14:00	4:00

47:00

休養日計画	10日	活動時間計画	9:30
		週当たりの練習時間	9:30

2026年度

5月

活動計画

部活動名【 剣道部 】

日	曜	学校行事等	練習内容等 (公式戦・練習試合等)	場所	活動時間	計
1	金	⑥LHR(基礎力診断テスト事前準備)	練習	剣道場	9:00 ~ 11:00	2:00
2	土		休養日			
3	日	憲法記念日	休養日			
4	月	みどりの日	休養日			
5	火	こどもの日	休養日			
6	水	振替休日	休養日			
7	木	第1回教室・廊下一斉清掃	休養日			
8	金	⑥人吉警察署自転車講習会(全学年)	休養日			
9	土	育友会総会(特別時間割)	休養日			
10	日		休養日			
11	月	代休(育友会総会)	休養日			
12	火	水曜日課	休養日			
13	水	中間考査、県外企業訪問(3学年)	休養日			
14	木	中間考査、県外企業訪問(3学年)	休養日			
15	金	中間考査、県外企業訪問(3学年)	練習	剣道場	9:00 ~ 11:00	2:00
16	土		休養日			
17	日		休養日			
18	月		休養日			
19	火	歯科検診③、尿検査	休養日			
20	水	運営委員会④、尿検査(予備日)	練習	剣道場	9:00 ~ 11:00	2:00
21	木	職員心臓検診(午後)、第1回基礎力診断テスト	練習	剣道場	9:00 ~ 11:00	2:00
22	金	(衛)決起集会	練習	剣道場	9:00 ~ 11:00	2:00
23	土	高校総体(先行開催競技)	休養日			
24	日	高校総体(先行開催競技)	休養日			
25	月		休養日			
26	火	歯科検診④	休養日			
27	水		練習	剣道場	9:00 ~ 11:00	2:00
28	木	内科検診(2年・専攻科)	練習	剣道場	9:00 ~ 11:00	2:00
29	金	高校総体(総合開会式)	練習	剣道場	9:00 ~ 11:00	2:00
30	土	高校総体	休養日			
31	日	高校総体、高校総文祭	休養日			

16:00

休養日計画	23日	活動時間計画	3:00
		週当たりの練習時間	3:00

2026年度

5月

活動計画

部活動名【 サッカー部 】

日	曜	学校行事等	練習内容等 (公式戦・練習試合等)	場所	活動時間	計
1	金	⑥LHR(基礎力診断テスト事前準備)	練習	本校G	16:30 ~ 18:30	2:00
2	土		リーグ5節vs鹿本	山鹿カルチャー	11:00 ~ 14:00	3:00
3	日	憲法記念日	練習・審判講習会	本校G	9:00 ~ 11:00	2:00
4	月	みどりの日	A:練習 B:練習試合	本校G	8:00 ~ 12:00	4:00
5	火	こどもの日	リーグ6節vs玉名	本校G	10:00 ~ 13:00	3:00
6	水	振替休日	休養日			
7	木	第1回教室・廊下一斉清掃	練習	本校G	16:30 ~ 17:30	1:00
8	金	⑥人吉警察署自転車講習会(全学年)	練習	本校G	16:30 ~ 17:30	1:00
9	土	育友会総会(特別時間割)	練習	本校G	13:00 ~ 14:00	1:00
10	日		リーグ7節vs必由館	本校G	10:00 ~ 13:00	3:00
11	月	代休(育友会総会)	休養日			
12	火	水曜日課	練習	本校G	16:30 ~ 17:30	1:00
13	水	中間考査、県外企業訪問(3学年)	練習	本校G	13:00 ~ 14:00	1:00
14	木	中間考査、県外企業訪問(3学年)	練習	本校G	13:00 ~ 14:00	1:00
15	金	中間考査、県外企業訪問(3学年)	練習	本校G	13:00 ~ 15:00	2:00
16	土		練習	本校G	9:00 ~ 11:00	2:00
17	日		リーグ8節vs済々巒	済々巒G	10:00 ~ 13:00	3:00
18	月		休養日			
19	火	歯科検診③、尿検査	練習	本校G	16:30 ~ 18:30	2:00
20	水	運営委員会④、尿検査(予備日)	練習	本校G	16:30 ~ 18:30	2:00
21	木	職員心臓検診(午後)、第1回基礎力診断テスト	練習	本校G	16:30 ~ 18:30	2:00
22	金	(衛)決起集会	練習	本校G	16:30 ~ 18:30	2:00
23	土	高校総体(先行開催競技)	高校総体	未定	~	
24	日	高校総体(先行開催競技)	高校総体	未定	~	
25	月		休養日			
26	火	歯科検診④	練習	本校G	16:30 ~ 18:30	2:00
27	水		練習	本校G	16:30 ~ 18:30	2:00
28	木	内科検診(2年・専攻科)	練習	本校G	16:30 ~ 18:30	2:00
29	金	高校総体(総合開会式)	高校総体	未定	~	
30	土	高校総体	高校総体	未定	~	
31	日	高校総体、高校総文祭	高校総体	未定	~	

44:00

休養日計画	4日	活動時間計画	7:20
		週当たりの練習時間	7:20

2026年度

5月

活動計画

部活動名【 空手道部 】

日	曜	学校行事等	練習内容等 (公式戦・練習試合等)	場所	活動時間	計
1	金	⑥LHR(基礎力診断テスト事前準備)	形稽古	体育館	16:30 ~ 18:30	2:00
2	土		形、組手稽古	武道場	8:30 ~ 12:00	3:30
3	日	憲法記念日	休養日			
4	月	みどりの日	形、組手稽古	武道場	8:30 ~ 12:00	3:30
5	火	こどもの日	組手稽古	武道場	8:30 ~ 12:00	3:30
6	水	振替休日	休養日			
7	木	第1回教室・廊下一斉清掃	形稽古	体育館	16:30 ~ 18:30	2:00
8	金	⑥人吉警察署自転車講習会(全学年)	形、組手稽古	体育館	16:30 ~ 18:30	2:00
9	土	育友会総会(特別時間割)	休養日			
10	日		休養日			
11	月	代休(育友会総会)	休養日			
12	火	水曜日課	休養日			
13	水	中間考査、県外企業訪問(3学年)	休養日			
14	木	中間考査、県外企業訪問(3学年)	休養日			
15	金	中間考査、県外企業訪問(3学年)	休養日			
16	土		形、組手稽古	武道場	8:30 ~ 12:00	3:30
17	日		休養日			
18	月		形、組手稽古	武道場	16:30 ~ 18:30	2:00
19	火	歯科検診③、尿検査	形、組手稽古	武道場	16:30 ~ 18:30	2:00
20	水	運営委員会④、尿検査(予備日)	組手稽古	体育館	16:30 ~ 18:30	2:00
21	木	職員心臓検診(午後)、第1回基礎力診断テスト	形、組手稽古	体育館	16:30 ~ 18:30	2:00
22	金	(衛)決起集会	形稽古	体育館	16:30 ~ 18:30	2:00
23	土	高校総体(先行開催競技)	形、組手稽古	武道場	8:30 ~ 12:00	3:30
24	日	高校総体(先行開催競技)	休養日			
25	月		形、組手稽古	武道場	16:30 ~ 18:30	2:00
26	火	歯科検診④	形、組手稽古	武道場	16:30 ~ 18:30	2:00
27	水		組手稽古	体育館	16:30 ~ 18:30	2:00
28	木	内科検診(2年・専攻科)	形、組手稽古	体育館	16:30 ~ 18:30	2:00
29	金	高校総体(総合開会式)	高校総体			
30	土	高校総体	高校総体			
31	日	高校総体、高校総文祭	高校総体			

41:30

休養日計画	11日	活動時間計画	6:55
		週当たりの練習時間	6:55

2026年度

5月

活動計画

部活動名【水泳部】

日	曜	学校行事等	練習内容等 (公式戦・練習試合等)	場所	活動時間	計
1	金	⑥LHR(基礎力診断テスト事前準備)	練習	本校	16:30 ~ 18:00	1:30
2	土		練習	本校	9:00 ~ 12:30	3:30
3	日	憲法記念日	休養日			
4	月	みどりの日	練習	本校	9:00 ~ 12:30	3:30
5	火	こどもの日	練習	本校	9:00 ~ 12:30	3:30
6	水	振替休日	練習	本校	9:00 ~ 12:30	3:30
7	木	第1回教室・廊下一斉清掃	練習	本校	16:30 ~ 17:30	1:00
8	金	⑥人吉警察署自転車講習会(全学年)	練習	本校	16:30 ~ 17:30	1:00
9	土	育友会総会(特別時間割)	休養日			
10	日		休養日			
11	月	代休(育友会総会)	休養日			
12	火	水曜日課	練習	本校	16:30 ~ 17:30	1:00
13	水	中間考査、県外企業訪問(3学年)	練習	本校	16:30 ~ 17:30	1:00
14	木	中間考査、県外企業訪問(3学年)	練習	本校	16:30 ~ 17:30	1:00
15	金	中間考査、県外企業訪問(3学年)	練習	本校	16:30 ~ 17:30	1:00
16	土		練習	本校	9:00 ~ 12:30	3:30
17	日		休養日			
18	月		練習	本校	16:30 ~ 17:30	1:00
19	火	歯科検診③、尿検査	練習	本校	16:30 ~ 17:30	1:00
20	水	運営委員会④、尿検査(予備日)	休養日			
21	木	職員心臓検診(午後)、第1回基礎力診断テスト	練習	本校	16:30 ~ 17:30	1:00
22	金	(衛)決起集会	練習	本校	16:30 ~ 17:30	1:00
23	土	高校総体(先行開催競技)	練習	本校	9:00 ~ 12:30	3:30
24	日	高校総体(先行開催競技)	休養日			
25	月		練習	本校	16:30 ~ 17:30	1:00
26	火	歯科検診④	練習	本校	16:30 ~ 17:30	1:00
27	水		休養日			
28	木	内科検診(2年・専攻科)	練習	本校	16:30 ~ 17:30	1:00
29	金	高校総体(総合開会式)	高校総体	アクアドーム	9:00 ~ 17:00	8:00
30	土	高校総体	高校総体	アクアドーム	9:00 ~ 17:00	8:00
31	日	高校総体、高校総文祭	休養日			

51:30

休養日計画	9日	活動時間計画	11:15
		週当たりの練習時間	11:15

2026年度

5月

活動計画

部活動名【 ハンドボール部 】

日	曜	学校行事等	練習内容等 (公式戦・練習試合等)	場所	活動時間	計
1	金	⑥LHR(基礎力診断テスト事前準備)	練習	本校	16:15 ~ 18:15	2:00
2	土		練習	熊本工業	12:00 ~ 17:00	5:00
3	日	憲法記念日	練習	本校	8:30 ~ 12:00	3:30
4	月	みどりの日	練習	本校	8:30 ~ 12:00	3:30
5	火	こどもの日	休養日			
6	水	振替休日	休養日			
7	木	第1回教室・廊下一斉清掃	練習	本校	16:15 ~ 17:15	1:00
8	金	⑥人吉警察署自転車講習会(全学年)	練習	本校	16:15 ~ 17:15	1:00
9	土	育友会総会(特別時間割)	練習	本校	10:30 ~ 12:30	2:00
10	日		練習(日程次第)	スポーツハルス?	9:00 ~ 12:00	3:00
11	月	代休(育友会総会)	休養日			
12	火	水曜日課	練習	本校	16:15 ~ 17:15	1:00
13	水	中間考査、県外企業訪問(3学年)	休養日			
14	木	中間考査、県外企業訪問(3学年)	休養日			
15	金	中間考査、県外企業訪問(3学年)	練習	本校	16:15 ~ 17:15	1:00
16	土		練習	本校	8:30 ~ 12:00	3:30
17	日		練習	山江体育館	8:30 ~ 12:00	3:30
18	月		休養日			
19	火	歯科検診③、尿検査	練習	本校	16:15 ~ 18:15	2:00
20	水	運営委員会④、尿検査(予備日)	練習	本校	16:15 ~ 18:15	2:00
21	木	職員心臓検診(午後)、第1回基礎力診断テスト	練習	本校	16:15 ~ 18:15	2:00
22	金	(衛)決起集会	練習	本校	16:15 ~ 18:15	2:00
23	土	高校総体(先行開催競技)	練習	本校	8:30 ~ 12:00	3:30
24	日	高校総体(先行開催競技)	練習	本校	8:30 ~ 12:00	3:30
25	月		休養日			
26	火	歯科検診④	練習	本校	16:15 ~ 18:15	2:00
27	水		練習	本校	16:15 ~ 18:15	2:00
28	木	内科検診(2年・専攻科)	練習	本校	16:15 ~ 18:15	2:00
29	金	高校総体(総合開会式)	午後~ 1回戦(予定)	別途	~	
30	土	高校総体	2・3回戦(予定)	別途	~	
31	日	高校総体、高校総文祭	準々決勝・準決勝	別途	~	

51:00

休養日計画	7日	活動時間計画	8:30
		週当たりの練習時間	8:30

2026年度

5月

活動計画

部活動名【 弓道部 】

日	曜	学校行事等	練習内容等 (公式戦・練習試合等)	場所	活動時間	計
1	金	⑥LHR(基礎力診断テスト事前準備)		本校弓道場	16:15 ~ 17:30	1:15
2	土			本校弓道場	8:45 ~ 11:00	2:15
3	日	憲法記念日	休養日			
4	月	みどりの日	休養日			
5	火	こどもの日	休養日			
6	水	振替休日	休養日			
7	木	第1回教室・廊下一斉清掃		本校弓道場	16:15 ~ 17:30	1:15
8	金	⑥人吉警察署自転車講習会(全学年)		本校弓道場	16:15 ~ 17:30	1:15
9	土	育友会総会(特別時間割)		本校弓道場	11:00 ~ 13:00	2:00
10	日		休養日			
11	月	代休(育友会総会)	休養日			
12	火	水曜日課	休養日			
13	水	中間考査、県外企業訪問(3学年)	休養日			
14	木	中間考査、県外企業訪問(3学年)	休養日			
15	金	中間考査、県外企業訪問(3学年)		本校弓道場	13:00 ~ 15:00	2:00
16	土			本校弓道場	8:45 ~ 11:00	2:15
17	日		休養日			
18	月			本校弓道場	16:15 ~ 17:30	1:15
19	火	歯科検診③、尿検査		本校弓道場	16:15 ~ 17:30	1:15
20	水	運営委員会④、尿検査(予備日)		本校弓道場	16:15 ~ 17:30	1:15
21	木	職員心臓検診(午後)、第1回基礎力診断テスト		本校弓道場	16:15 ~ 17:30	1:15
22	金	(衛)決起集会		本校弓道場	16:15 ~ 17:30	1:15
23	土	高校総体(先行開催競技)	高校総体(個人戦)	植木弓道場	~	
24	日	高校総体(先行開催競技)	休養日			
25	月			本校弓道場	16:15 ~ 17:30	1:15
26	火	歯科検診④		本校弓道場	16:15 ~ 17:30	1:15
27	水			本校弓道場	16:15 ~ 17:30	1:15
28	木	内科検診(2年・専攻科)		本校弓道場	16:15 ~ 17:30	1:15
29	金	高校総体(総合開会式)		本校弓道場	12:00 ~ 14:00	2:00
30	土	高校総体	高校総体(団体戦)			
31	日	高校総体、高校総文祭	高校総体(団体戦)			

25:30

休養日計画	11日	活動時間計画	4:35
		週当たりの練習時間	4:35

2026年度

5月

活動計画

部活動名【 カヌー部 】

日	曜	学校行事等	練習内容等 (公式戦・練習試合等)	場所	活動時間	計
1	金	⑥LHR(基礎力診断テスト事前準備)	練習	球磨川	16:30 ~ 18:30	2:00
2	土		練習	球磨川	9:00 ~ 12:00	3:00
3	日	憲法記念日	練習	球磨川	9:00 ~ 12:00	3:00
4	月	みどりの日	練習	球磨川	9:00 ~ 12:00	3:00
5	火	こどもの日	練習	球磨川	9:00 ~ 12:00	3:00
6	水	振替休日	休養日			
7	木	第1回教室・廊下一斉清掃	練習	球磨川	16:30 ~ 18:30	2:00
8	金	⑥人吉警察署自転車講習会(全学年)	練習	球磨川	16:30 ~ 18:30	2:00
9	土	育友会総会(特別時間割)	練習	球磨川	14:00 ~ 16:00	2:00
10	日		練習	球磨川	9:00 ~ 12:00	3:00
11	月	代休(育友会総会)	練習	球磨川	9:00 ~ 12:00	3:00
12	火	水曜日課	休養日			
13	水	中間考査、県外企業訪問(3学年)	練習	球磨川	14:00 ~ 15:00	1:00
14	木	中間考査、県外企業訪問(3学年)	練習	球磨川	14:00 ~ 15:00	1:00
15	金	中間考査、県外企業訪問(3学年)	練習	球磨川	14:00 ~ 15:00	1:00
16	土		練習	球磨川	9:00 ~ 12:00	3:00
17	日		練習	球磨川	9:00 ~ 12:00	3:00
18	月		休養日			
19	火	歯科検診③、尿検査	練習	球磨川	16:30 ~ 18:30	2:00
20	水	運営委員会④、尿検査(予備日)	練習	球磨川	16:30 ~ 18:30	2:00
21	木	職員心臓検診(午後)、第1回基礎力診断テスト	練習	球磨川	16:30 ~ 18:30	2:00
22	金	(衛)決起集会	練習	球磨川	16:30 ~ 18:30	2:00
23	土	高校総体(先行開催競技)	練習	球磨川	9:00 ~ 12:00	3:00
24	日	高校総体(先行開催競技)	練習	球磨川	9:00 ~ 12:00	3:00
25	月		休養日			
26	火	歯科検診④	練習	球磨川	16:30 ~ 18:30	2:00
27	水		練習	球磨川	16:30 ~ 18:30	2:00
28	木	内科検診(2年・専攻科)	練習	球磨川	16:30 ~ 18:30	2:00
29	金	高校総体(総合開会式)	高校総体			
30	土	高校総体	高校総体			
31	日	高校総体、高校総文祭	高校総体			

55:00

休養日計画	4日	活動時間計画	9:10
		週当たりの練習時間	9:10