

部活動日

数字＝活動時間（h）

△＝保護者及び学校長承認許可活動日

休＝休日

| 部・同好会名 | 平日 | | | | | 週末 | |
|----------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|---|
| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
| 硬式野球部 | | | | | | | |
| 男子バスケット | 2 | 2 | 休 | 2 | 2 | 2 | 休 |
| 男子バレーボール | 2 | 2 | 休 | 2 | 2 | 休 | 休 |
| 女子バレーボール | 休 | 1.5 | 休 | 1.5 | 休 | 休 | 休 |
| 男子サッカー | 2 | 2 | 休 | 2 | 2 | 3 | 休 |
| 男子バドミントン | 2 | 2 | 休 | 2 | 2 | 2 | 休 |
| 女子バドミントン | 2 | 2 | 休 | 2 | 2 | 2 | 休 |
| 陸上競技 | 2 | 1 | 休 | 1 | 2 | 休 | 休 |
| ボウリング | 休 | 休 | 休 | 休 | 休 | 2.5 | 休 |
| 剣道 | 2.5 | 2.5 | 休 | 2.5 | 2.5 | 休 | 休 |
| インターメディア | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 休 | 休 |
| 美術 | 1.5 | 1.5 | 休 | 1.5 | 1.5 | 休 | 休 |
| イラスト | 1.5 | 1.5 | 休 | 1.5 | 1.5 | 休 | 休 |
| 書道 | 1.5 | 1.5 | 休 | 1.5 | 1.5 | 休 | 休 |
| 放送 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 0.5 | 休 | 休 |
| 軽音楽 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 休 | 休 |
| 陶芸 | 1.5 | 休 | 休 | 1.5 | 休 | 休 | 休 |
| 手話 | 休 | 1.5 | 休 | 1.5 | 休 | 休 | 休 |
| 囲碁 | 休 | 2 | 休 | 休 | 休 | 休 | 休 |
| 吹奏楽 | 1.5 | 休 | 1.5 | 休 | 1.5 | 休 | 休 |
| 茶道 | 休 | 1.5 | 休 | 1.5 | 休 | 休 | 休 |
| 家庭科 | 休 | 休 | 休 | 2 | 休 | 休 | 休 |
| ソフトテニス | 2 | 休 | 2 | 2 | 2 | 3 | 休 |
| ビジネススキル | 2 | 2 | 休 | 2 | 2 | 休 | 休 |
| ダンス | 2 | 2 | 休 | 2 | 2 | 休 | 休 |
| 平和探求 | 休 | 休 | 休 | 2 | 休 | 3 | 休 |

※毎週水曜日ノー残業デー、毎月第3日曜日家庭の日、休養日等の変更の際は保護者の承諾を得る。

【スポーツ庁及び県教育委員会】

休養日：平日少なくとも1日、週末は少なくとも1日以上を休養日とする。ただし、週末に大会等で活動した場合は、休養日を他の日に振り替える。

活動時間：1日の活動時間は、長くとも平日で^{※1}2時間程度、週末や休養日は^{※2}3時間程度とし、できるだけ短時間に、合理的でかつ効率的・効果的な活動の工夫を行う。

部活動時間が長時間にわたる場合は、水分や捕食・適時休憩をとる。

※1, 2は、小中学校に準じたもの