

令和7年度5月

活動計画

学校名	運動部名
長崎県立長崎南高等学校	吹奏楽

5 月 ※ 練習時間は、準備や後片付け等を含めた時間

日	曜	活動予定				大会名等	
		練習時間		時間計	活動種別		
1	木	16:40	～	18:40	2:00	①練習 (校内)	授業2h+係+合体2h+ブロック練
2	金	16:40	～	18:40	2:00	①練習 (校内)	授業2h+合体1h+競技練習1hブ
3	土	12:00	～	16:30	4:30	⑦遠征・合宿等	憲法記念日 マーチング
4	日	10:00	～	17:00	7:00	⑦遠征・合宿等	みどりの日 マーチングフェス
5	月	13:00	～	17:00	4:00	①練習 (校内)	こどもの日
6	火		～				振替休日 休み
7	水	16:40	～	18:40	2:00	①練習 (校内)	授業2h+合体2h+招集+予行準
8	木	16:40	～	18:40	2:00	①練習 (校内)	体育祭予行
9	金	16:40	～	18:40	2:00	①練習 (校内)	体育祭準備 カーニバルリハーサル
10	土		～				体育祭(演奏)
11	日		～				
12	月	9:30	～	15:30	6:00	①練習 (校内)	振替休日 (5/10分) 全体LESS
13	火	16:40	～	18:40	2:00	①練習 (校内)	
14	水	16:40	～	18:40	2:00	①練習 (校内)	月曜の授業 検尿2次
15	木	16:40	～	18:40	2:00	①練習 (校内)	
16	金	16:40	～	18:40	2:00	①練習 (校内)	
17	土	9:00	～	12:00	3:00	①練習 (校内)	初心者講習会
18	日		～				(家庭の日)
19	月	16:00	～	18:40	2:40	①練習 (校内)	
20	火	16:00	～	18:40	2:40	①練習 (校内)	
21	水	16:00	～	18:40	2:40	①練習 (校内)	
22	木	16:00	～	18:40	2:40	①練習 (校内)	
23	金	16:00	～	18:40	2:40	①練習 (校内)	
24	土	9:00	～	16:30	7:30	⑥大会 (その他)	連合音楽会(ブック)
25	日		～				連合音楽会(ブック)
26	月		～				行進練習 (B日課)
27	火	16:00	～	18:40	2:40	①練習 (校内)	行進練習 (B日課)
28	水	16:00	～	18:40	2:40	①練習 (校内)	高総体壮行式(演奏) 行進練習
29	木	9:30	～	15:00	5:30	①練習 (校内)	振替休日 (5/31分) 全体LESS
30	金	13:30	～	17:00	3:30	①練習 (校内)	高総体総合開会式
31	土	13:30	～	17:00	3:30	①練習 (校内)	高総体総合開会式
行事等							

令和7年度5月

活動計画

学校名	運動部名
長崎県立長崎南高等学校	英語

5 月 ※ 練習時間は、準備や後片付け等を含めた時間

日	曜	活動予定				大会名等	
		練習時間		時間計	活動種別		
1	木		～			授業ZH+係+台体ZH+フロッグ練習2h①②	
2	金		～			授業ZH+台体IH+競技練習IH+フロッグ練習①②	
3	土		～			憲法記念日	
4	日		～			みどりの日	
5	月		～			こどもの日	
6	火		～			振替休日	
7	水		～			授業ZH+台体ZH+招集+予行準備+フロッグ①②	
8	木		～			体育祭予行	
9	金		～			体育祭準備 カーニバルリハーサル	
10	土		～			体育祭	
11	日		～				
12	月		～			振替休日（5/10カ） 貯水槽清掃（断水）	
13	火	16:30	～	18:00	1:30	①練習（校内）	会話の練習
14	水		～				月曜の授業 模試2次
15	木		～				
16	金		～				
17	土		～				
18	日		～				（家庭の日）
19	月		～				
20	火	16:30	～	18:00	1:30	①練習（校内）	英語でゲーム クイズガイド
21	水		～				
22	木		～				
23	金		～				
24	土		～				
25	日		～				
26	月		～				行進練習（B日課）
27	火	16:30	～	18:00	1:30	①練習（校内）	行進練習（B日課） 英語日誌について
28	水		～				高総体壮行式 行進練習（予備）
29	木		～				振替休日（5/31分）
30	金		～				高総体総合開会式
31	土		～				高総体総合開会式
行事等							

令和7年度5月

活動計画

学校名	運動部名
長崎県立長崎南高等学校	科学部

5 月 ※ 練習時間は、準備や後片付け等を含めた時間

日	曜	活動予定				大会名等	
		練習時間		時間計	活動種別		
1	木	16:30	～	18:00	1:30	①練習（校内）	授業Z11+係+台体Z11+フロッグ練習2h①②
2	金		～				授業Z11+台体I11+競投練習I11フロッグ練習①②
3	土		～				憲法記念日
4	日		～				みどりの日
5	月		～				こどもの日
6	火		～				振替休日
7	水	16:30	～	18:00	1:30	①練習（校内）	授業Z11+台体Z11+招集+予行準備+フロッグ①②
8	木		～				体育祭予行
9	金		～				体育祭準備 カーニバルリハーサル
10	土		～				体育祭
11	日		～				
12	月		～				振替休日（5/10カ） 貯水槽清掃（断水）
13	火	16:30	～	18:00	1:30	①練習（校内）	
14	水		～				月曜の授業 模尿2次
15	木	16:30	～	18:00	1:30	①練習（校内）	
16	金		～				
17	土		～				
18	日		～				（家庭の日）
19	月		～				
20	火	16:30	～	18:00	1:30	①練習（校内）	
21	水	16:30	～	18:00	1:30	①練習（校内）	
22	木	16:30	～	18:00	1:30	①練習（校内）	
23	金		～				
24	土	11:00	～	14:30	3:30	②練習（校外）	ペンギン水族館口頭発表
25	日		～				
26	月		～				行進練習（B日課）
27	火	16:30	～	18:00	1:30	①練習（校内）	行進練習（B日課）
28	水		～				高総体壮行式 行進練習（予備）
29	木	16:30	～	18:00	1:30	①練習（校内）	振替休日（5/31分）
30	金		～				高総体総合開会式
31	土		～				高総体総合開会式
行事等							

令和7年度5月

活動計画

学校名	運動部名
長崎県立長崎南高等学校	美術部

5 月 ※ 練習時間は、準備や後片付け等を含めた時間

日	曜	活動予定				大会名等
		練習時間		時間計	活動種別	
1	木		～			授業ZII+係+台体ZII+フロッグ練習2h①②
2	金		～			授業ZII+台体IIN+競技練習IINフロッグ練習①②
3	土		～			憲法記念日
4	日		～			みどりの日
5	月		～			こどもの日
6	火		～			振替休日
7	水	16:30	～	23:00	6:30	①練習（校内） 授業ZII+台体ZII+招集+予行準備+フロッグ①②
8	木		～			体育祭予行
9	金		～			体育祭準備 カーニバルリハーサル
10	土		～			体育祭
11	日		～			
12	月		～			振替休日（5/10カ） 貯水槽清掃（断水）
13	火		～			
14	水	16:30	～	18:30	2:00	①練習（校内） 月曜の授業 横泳2次
15	木		～			
16	金		～			
17	土		～			
18	日		～			（家庭の日）
19	月		～			
20	火		～			
21	水	16:30	～	18:30	2:00	①練習（校内）
22	木		～			
23	金		～			
24	土		～			長崎県高寺子校ナツワ入会（平日）
25	日		～			同上2日目
26	月		～			行進練習（B日課）
27	火		～			行進練習（B日課）
28	水	16:30	～	18:30	2:00	①練習（校内） 高総体壮行式 行進練習（予備）
29	木		～			振替休日（5/31分）
30	金		～			高総体総合開会式
31	土		～			高総体総合開会式

行事等	
-----	--

令和7年度5月

活動計画

学校名	運動部名
長崎県立長崎南高等学校	家庭

5 月 ※ 練習時間は、準備や後片付け等を含めた時間

日	曜	活動予定				大会名等
		練習時間		時間計	活動種別	
1	木		～			授業ZH+係+台体ZH+ブロック練習2h①②
2	金		～			授業ZH+台体IH+競技練習IH+ブロック練習①②
3	土		～			憲法記念日
4	日		～			みどりの日
5	月		～			こどもの日
6	火		～			振替休日
7	水	16:30	～	18:30	2:00	①練習（校内） 授業ZH+台体ZH+招集+予行準備+ブロック①②
8	木		～			体育祭予行
9	金		～			体育祭準備 カーニバルリハーサル
10	土		～			体育祭
11	日		～			
12	月		～			振替休日（5/10カ） 貯水槽清掃（断水）
13	火		～			
14	水	16:30	～	18:30	2:00	①練習（校内） 月曜の授業 模尿2次
15	木		～			
16	金		～			
17	土		～			
18	日		～			（家庭の日）
19	月	15:50	～	18:30	2:40	①練習（校内）
20	火	15:50	～	18:30	2:40	①練習（校内）
21	水	15:50	～	18:30	2:40	①練習（校内）
22	木	15:50	～	18:30	2:40	①練習（校内）
23	金	15:50	～	18:30	2:40	①練習（校内）
24	土		～			
25	日		～			
26	月		～			行進練習（B日課）
27	火		～			行進練習（B日課）
28	水	16:30	～	18:30	2:00	①練習（校内） 高総体壮行式 行進練習（予備）
29	木		～			振替休日（5/31分）
30	金		～			高総体総合開会式
31	土		～			高総体総合開会式
行事等						

令和7年度5月

活動計画

学校名	運動部名
長崎県立長崎南高等学校	茶道

5 月 ※ 練習時間は、準備や後片付け等を含めた時間

日	曜	活動予定				大会名等	
		練習時間		時間計	活動種別		
1	木	16:30	～	18:30	2:00	①練習（校内）	授業ZH+係+台体ZH+フロッグ練習2h①②
2	金		～				授業ZH+台体IH+競技練習IHフロッグ練習①②
3	土		～				憲法記念日
4	日		～				みどりの日
5	月		～				こどもの日
6	火		～				振替休日
7	水		～				授業ZH+台体ZH+招集+予行準備+フロッグ①②
8	木		～				体育祭予行
9	金		～				体育祭準備 カーニバルリハーサル
10	土		～				体育祭
11	日		～				
12	月		～				振替休日（5/10カ） 貯水槽清掃（断水）
13	火		～				
14	水		～				月曜の授業 模尿2次
15	木	16:30	～	18:30	2:00	①練習（校内）	お稽古
16	金		～				
17	土		～				
18	日		～				（家庭の日）
19	月		～				
20	火		～				
21	水		～				
22	木	16:30	～	18:30	2:00	①練習（校内）	お稽古
23	金		～				
24	土		～				
25	日		～				
26	月		～				行進練習（B日課）
27	火		～				行進練習（B日課）
28	水		～				高総体壮行式 行進練習（予備）
29	木		～				振替休日（5/31分）
30	金		～				高総体総合開会式
31	土		～				高総体総合開会式
行事等							

令和7年度5月

活動計画

学校名	運動部名
長崎県立長崎南高等学校	華道部

5 月 ※ 練習時間は、準備や後片付け等を含めた時間

日	曜	活動予定				大会名等
		練習時間		時間計	活動種別	
1	木		～			授業ZIN+係+台体ZIN+フロッグ練習2h①②
2	金		～			授業ZIN+台体IN+競技練習INフロッグ練習①②
3	土		～			憲法記念日
4	日		～			みどりの日
5	月		～			こどもの日
6	火		～			振替休日
7	水		～			授業ZIN+台体ZIN+招集+予行準備+フロッグ①②
8	木		～			体育祭予行
9	金		～			体育祭準備 カーニバルリハーサル
10	土		～			体育祭
11	日		～			
12	月		～			振替休日 (5/10カ) 貯水槽清掃 (断水) S探①
13	火		～			県高総体組合員抽選会 肩痛の授業 模試2次
14	水		～			内科検診(13:00-15:30)① 教育実習(14:00-19:00) 耳鼻科検診①(13:30-15:30)① 前期教育実習開始 S探③
15	木	16:30	～	18:30	2:00	①練習 (校内)
16	金		～			LHP/立理選抜/進路探索① 生
17	土		～			
18	日		～			(家庭の日)
19	月		～			PTA常任委員会・専門委員会
20	火		～			S探①
21	水		～			S探② 内科検診(昼休み)木休有 教育課程委員会② 職員会議②
22	木	16:30	～	18:30	2:00	①練習 (校内)
23	金		～			歯科検診(13:00-15:00)② 活動 S探③
24	土		～			LHP(生徒総会)
25	日		～			
26	月		～			行進練習 (B日課)
27	火		～			S探④ 行進練習 (B日課) 検尿2次 (予備)
28	水		～			高総体社行式 行進練習 (予備) S探⑤
29	木		～			振替休日 (5/31分)
30	金		～			高総体総開云式
31	土		～			前期教育実習(2W終了) 高総体総開云式 前期教育実習(2W終了)
行事等						

令和7年度5月

活動計画

学校名	運動部名
長崎県立長崎南高等学校	文芸部

5 月 ※ 練習時間は、準備や後片付け等を含めた時間

日	曜	活動予定				大会名等	
		練習時間		時間計	活動種別		
1	木	16:30	～	18:00	1:30	①練習 (校内)	授業ZH+係+台体ZH+ブロック練習2h①②
2	金		～				授業ZH+台体IH+競技練習IH+ブロック練習①②
3	土		～				憲法記念日
4	日		～				みどりの日
5	月		～				こどもの日
6	火		～				振替休日
7	水		～				授業ZH+台体ZH+招集+予行準備+ブロック①②
8	木		～				体育祭予行
9	金		～				体育祭準備 カーニバルリハーサル
10	土		～				体育祭
11	日		～				
12	月	9:00	～	13:00	4:00	①練習 (校内)	振替休日 (5/10カ) 貯水槽清掃 (断水)
13	火		～				
14	水		～				月曜の授業 模尿2次
15	木	16:30	～	18:00	1:30	①練習 (校内)	
16	金		～				
17	土		～				
18	日		～				(家庭の日)
19	月	16:30	～	18:00	1:30	①練習 (校内)	
20	火		～				
21	水		～				
22	木	16:30	～	18:00	1:30	①練習 (校内)	
23	金		～				
24	土		～				
25	日		～				
26	月	16:30	～	18:00	1:30	①練習 (校内)	行進練習 (B日課)
27	火		～				行進練習 (B日課)
28	水		～				高総体壮行式 行進練習 (予備)
29	木		～				振替休日 (5/31分)
30	金		～				高総体総合開会式
31	土		～				高総体総合開会式
行事等							

令和7年度5月

活動計画

学校名	運動部名
長崎県立長崎南高等学校	放送部

5 月 ※ 練習時間は、準備や後片付け等を含めた時間

日	曜	活動予定				大会名等
		練習時間		時間計	活動種別	
1	木		～			授業ZII+係+台体ZII+フロッグ練習2h①②
2	金		～			授業ZII+台体IIN+競投練習IINフロッグ練習①②
3	土	9:00	～	12:00	3:00	②練習 (校外) 県南地区練習会
4	日	9:00	～	12:00	3:00	①練習 (校内) 青汁研修会
5	月		～			みどりの日
6	火		～			こどもの日
7	水	16:30	～	18:30	2:00	①練習 (校内) 授業ZII+台体ZII+招集+予行準備+フロッグ①②
8	木	16:30	～	18:30	2:00	①練習 (校内) 体育祭予行
9	金	16:30	～	18:30	2:00	①練習 (校内) 体育祭準備 カーニバルリハーサル
10	土		～			体育祭
11	日		～			
12	月		～			振替休日 (5/10カ) 貯水槽清掃 (断水)
13	火	16:30	～	18:30	2:00	①練習 (校内)
14	水	15:30	～	18:00	2:30	①練習 (校内) 月曜の授業 模尿2次
15	木	16:30	～	18:30	2:00	①練習 (校内)
16	金	15:30	～	18:00	2:30	①練習 (校内)
17	土	9:00	～	17:00	8:00	⑥大会 (その他) Nコン県南地区大会
18	日		～			(家庭の日)
19	月		～			
20	火	16:00	～	18:30	2:30	①練習 (校内)
21	水	16:00	～	18:30	2:30	①練習 (校内)
22	木	16:00	～	18:30	2:30	①練習 (校内)
23	金	15:30	～	18:00	2:30	①練習 (校内)
24	土		～			
25	日		～			
26	月	16:30	～	18:30	2:00	①練習 (校内) 行進練習 (B日課)
27	火	16:00	～	18:30	2:30	①練習 (校内) 行進練習 (B日課)
28	水	16:00	～	18:30	2:30	①練習 (校内) 高総体壮行式 行進練習 (予備)
29	木		～			振替休日 (5/31分)
30	金	11:00	～	14:00	3:00	①練習 (校内) 高総体総合開会式
31	土		～			高総体総合開会式
行事等						

令和7年度5月

活動計画

学校名	運動部名
長崎県立長崎南高等学校	新聞部

5 月 ※ 練習時間は、準備や後片付け等を含めた時間

日	曜	活動予定				大会名等	
		練習時間		時間計	活動種別		
1	木	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	授業ZIN+係+台体ZIN+フロッグ練習2h①②
2	金	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	授業ZIN+台体IN+競投練習INフロッグ練習①②
3	土		~				憲法記念日
4	日		~				みどりの日
5	月		~				こどもの日
6	火	9:00	~	14:00	5:00	②練習 (校外)	振替休日
7	水	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	授業ZIN+台体ZIN+招集+予行準備+フロッグ①②
8	木	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	体育祭予行
9	金	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	体育祭準備 カーニバルリハーサル
10	土		~				体育祭
11	日		~				
12	月		~				振替休日 (5/10カ) 貯水槽清掃 (断水)
13	火	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	
14	水	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	月曜の授業 模尿2次
15	木	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	
16	金	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	
17	土		~				
18	日		~				(家庭の日)
19	月	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	
20	火	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	
21	水	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	
22	木	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	
23	金	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	
24	土		~				
25	日		~				
26	月	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	行進練習 (B日課)
27	火	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	行進練習 (B日課)
28	水	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	高総体壮行式 行進練習 (予備)
29	木		~				振替休日 (5/31分)
30	金	12:00	~	18:00	6:00	①練習 (校内)	高総体総合開会式
31	土	9:00	~	16:30	7:30	①練習 (校内)	高総体総合開会式
行事等							

令和7年度5月

活動計画

学校名	運動部名
長崎県立長崎南高等学校	ラグビー部

5 月 ※ 練習時間は、準備や後片付け等を含めた時間

日	曜	活動予定				大会名等	
		練習時間		時間計	活動種別		
1	木	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	授業Z11+係+台体Z11+フロッグ練習2h①②
2	金	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	授業Z11+台体I11+競技練習I11+フロッグ練習①②
3	土	8:00	~	16:00	8:00	④試合 (校外)	憲法記念日
4	日	8:00	~	16:00	8:00	④試合 (校外)	みどりの日
5	月		~				こどもの日
6	火		~				振替休日
7	水	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	授業Z11+台体Z11+招集+予行準備+フロッグ①②
8	木	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	体育祭予行
9	金	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	体育祭準備 カーニバルリハーサル
10	土	9:00	~	12:00	3:00	①練習 (校内)	体育祭
11	日	9:00	~	12:00	3:00	①練習 (校内)	
12	月		~				振替休日 (5/10カ) 貯水槽清掃 (断水)
13	火	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	
14	水	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	月曜の授業 模尿2次
15	木	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	
16	金	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	
17	土	9:00	~	12:00	3:00	①練習 (校内)	
18	日		~				(家庭の日)
19	月	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	
20	火	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	
21	水		~				
22	木	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	
23	金	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	
24	土	9:00	~	12:00	3:00	①練習 (校内)	
25	日	9:00	~	12:00	3:00	①練習 (校内)	
26	月		~				行進練習 (B日課)
27	火	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	行進練習 (B日課)
28	水	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	高総体壮行式 行進練習 (予備)
29	木	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	振替休日 (5/31分)
30	金	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	高総体総合開会式
31	土	9:00	~	12:00	3:00	①練習 (校内)	高総体総合開会式
行事等							

令和7年度5月

活動計画

学校名	運動部名
長崎県立長崎南高等学校	

5 月 ※ 練習時間は、準備や後片付け等を含めた時間

日	曜	活動予定				大会名等	
		練習時間		時間計	活動種別		
1	木	16:30	~	18:45	2:15	①練習 (校内)	授業ZII+係+台体ZII+フロッグ練習2h①②
2	金	16:30	~	18:45	2:15	①練習 (校内)	授業ZII+台体IIN+競投練習IINフロッグ練習①②
3	土	9:00	~	15:00	6:00	①練習 (校内)	憲法記念日
4	日	9:00	~	15:00	6:00	①練習 (校内)	みどりの日
5	月	9:00	~	15:00	6:00	①練習 (校内)	こどもの日
6	火		~				振替休日
7	水	16:30	~	18:45	2:15	①練習 (校内)	授業ZII+台体ZII+招集+予行準備+フロッグ①②
8	木	16:30	~	18:45	2:15	①練習 (校内)	体育祭予行
9	金	16:30	~	18:45	2:15	①練習 (校内)	体育祭準備 カーニバルリハーサル
10	土		~				体育祭
11	日	9:00	~	15:00	6:00	①練習 (校内)	
12	月	16:30	~	18:45	2:15	①練習 (校内)	振替休日 (5/10カ) 貯水槽清掃 (断水)
13	火	16:30	~	18:45	2:15	①練習 (校内)	
14	水	16:30	~	18:45	2:15	①練習 (校内)	月曜の授業 模尿2次
15	木	16:30	~	18:45	2:15	①練習 (校内)	
16	金	16:30	~	18:45	2:15	①練習 (校内)	
17	土	8:30	~	16:00	7:30	⑥大会 (その他)	ZOZ5国民スポーツ大会代表選手選考会
18	日		~				(家庭の日)
19	月	16:00	~	18:45	2:45	①練習 (校内)	
20	火	16:00	~	18:45	2:45	①練習 (校内)	
21	水	16:00	~	18:45	2:45	①練習 (校内)	
22	木	16:00	~	18:45	2:45	①練習 (校内)	
23	金	16:00	~	18:45	2:45	①練習 (校内)	
24	土		~				
25	日	9:00	~	16:00	7:00	②練習 (校外)	
26	月	16:00	~	18:45	2:45	①練習 (校内)	行進練習 (B日課)
27	火	16:00	~	18:45	2:45	①練習 (校内)	行進練習 (B日課)
28	水	16:00	~	18:45	2:45	①練習 (校内)	高総体壮行式 行進練習 (予備)
29	木	9:00	~	15:00	6:00	①練習 (校内)	振替休日 (5/31分)
30	金	8:00	~	16:00	8:00	②練習 (校外)	高総体総白開云式
31	土	9:00	~	16:00	7:00	⑤大会 (高体連)	長崎県高等学校総合体育大会入賞 高総体総白開云式 長崎県高等学校総合体育大会入賞
行事等							

令和7年度5月

活動計画

学校名	運動部名
長崎県立長崎南高等学校	サッカー部

5 月 ※ 練習時間は、準備や後片付け等を含めた時間

日	曜	活動予定				大会名等	
		練習時間		時間計	活動種別		
1	木	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	
2	金	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	
3	土	9:00	~	15:00	6:00	⑥大会 (その他)	
4	日	9:00	~	12:00	3:00	①練習 (校内)	
5	月	9:00	~	14:00	5:00	⑥大会 (その他)	
6	火	13:00	~	17:00	4:00	⑥大会 (その他)	
7	水		~				
8	木		~				
9	金		~				
10	土		~				
11	日	9:00	~	12:00	3:00	①練習 (校内)	
12	月	8:00	~	12:00	4:00	②練習 (校外)	
13	火	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	
14	水	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	A子-△休み
15	木	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	B子-△休み
16	金	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	
17	土	9:00	~	15:00	6:00	⑥大会 (その他)	
18	日	12:00	~	16:00	4:00	⑥大会 (その他)	
19	月	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	A子-△休み
20	火	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	
21	水	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	B子-△休み
22	木	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	
23	金	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	
24	土	9:00	~	15:00	6:00	④試合 (校外)	
25	日	9:00	~	15:00	6:00	④試合 (校外)	
26	月	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	A子-△休み
27	火	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	
28	水	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	B子-△休み
29	木	9:00	~	12:00	3:00	②練習 (校外)	
30	金	13:00	~	15:00	2:00	②練習 (校外)	
31	土	8:00	~	10:00	2:00	④試合 (校外)	
行事等							

令和7年度5月

活動計画

学校名	運動部名
長崎県立長崎南高等学校	バドミントン (男子)

5 月 ※ 練習時間は、準備や後片付け等を含めた時間

日	曜	活動予定				大会名等	
		練習時間		時間計	活動種別		
1	木	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	
2	金	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	
3	土	8:00	~	16:30	8:30	⑥大会 (その他)	トーナメント大会
4	日	8:00	~	16:30	8:30	⑥大会 (その他)	県大会
5	月		~				練習日
6	火	11:00	~	14:00	3:00	①練習 (校内)	練習日
7	水		~				練習日
8	木	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	練習日
9	金	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	練習日
10	土		~				練習日
11	日	8:00	~	11:00	3:00	①練習 (校内)	練習日
12	月		~				練習日
13	火	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	練習日
14	水		~				練習日
15	木	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	練習日
16	金		~				練習日
17	土	11:00	~	14:00	3:00	①練習 (校内)	練習日
18	日	14:00	~	17:00	3:00	①練習 (校内)	(家庭の日)
19	月		~				練習日
20	火	16:00	~	18:30	2:30	①練習 (校内)	練習日
21	水		~				練習日
22	木	16:00	~	18:30	2:30	①練習 (校内)	練習日
23	金	16:00	~	18:30	2:30	①練習 (校内)	練習日
24	土	8:00	~	11:00	3:00	①練習 (校内)	練習日
25	日	11:00	~	14:00	3:00	①練習 (校内)	練習日
26	月		~				練習日
27	火	16:00	~	18:30	2:30	①練習 (校内)	練習日
28	水		~				練習日
29	木	14:00	~	17:00	3:00	①練習 (校内)	練習日
30	金	14:00	~	16:30	2:30	②練習 (校外)	練習日
31	土	8:00	~	16:30	8:30	⑤大会 (高体連)	高総体
行事等							

令和7年度5月

活動計画

学校名	運動部名
長崎県立長崎南高等学校	女子バドミントン部

5 月 ※ 練習時間は、準備や後片付け等を含めた時間

日	曜	活動予定				大会名等	
		練習時間		時間計	活動種別		
1	木	16:30	～	19:00	2:30	①練習 (校内)	授業Z11+係+台体Z11+フロッグ練習2h①②
2	金	16:30	～	19:00	2:30	①練習 (校内)	授業Z11+台体I11+競技練習I11+フロッグ練習①②
3	土	14:00	～	17:00	3:00	①練習 (校内)	憲法記念日
4	日	8:00	～	11:00	3:00	①練習 (校内)	みどりの日
5	月	11:00	～	14:00	3:00	①練習 (校内)	こどもの日
6	火	14:00	～	17:00	3:00	①練習 (校内)	振替休日
7	水		～				授業Z11+台体Z11+招集+予行準備+フロッグ①②
8	木	16:30	～	19:00	2:30	①練習 (校内)	体育祭予行
9	金	16:30	～	19:00	2:30	①練習 (校内)	体育祭準備 カーニバルリハーサル
10	土		～				体育祭
11	日	14:00	～	17:00	3:00	①練習 (校内)	
12	月		～				振替休日 (5/10カ) 貯水槽清掃 (断水)
13	火	16:30	～	19:00	2:30	①練習 (校内)	
14	水		～				月曜の授業 模尿2次
15	木	16:30	～	19:00	2:30	①練習 (校内)	
16	金	16:30	～	19:00	2:30	①練習 (校内)	
17	土	14:00	～	17:00	3:00	①練習 (校内)	
18	日	8:00	～	11:00	3:00	①練習 (校内)	(家庭の日)
19	月		～				
20	火	16:30	～	19:00	2:30	①練習 (校内)	
21	水		～				
22	木	16:30	～	19:00	2:30	①練習 (校内)	
23	金	16:30	～	19:00	2:30	①練習 (校内)	
24	土	11:00	～	14:00	3:00	①練習 (校内)	
25	日	14:00	～	17:00	3:00	①練習 (校内)	
26	月		～				行進練習 (B日課)
27	火	16:30	～	19:00	2:30	①練習 (校内)	行進練習 (B日課)
28	水		～				高総体壮行式 行進練習 (予備)
29	木	16:30	～	19:00	2:30	①練習 (校内)	振替休日 (5/31分)
30	金	16:30	～	19:00	2:30	①練習 (校内)	高総体総合開会式
31	土	8:00	～	11:00	3:00	①練習 (校内)	高総体総合開会式
行事等							

令和7年度5月

活動計画

学校名	運動部名
長崎県立長崎南高等学校	剣道

5 月 ※ 練習時間は、準備や後片付け等を含めた時間

日	曜	活動予定				大会名等	
		練習時間		時間計	活動種別		
1	木	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	授業ZII+休+高体ZII+フロッグ練習2h①②
2	金	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	授業ZII+高体II+競技練習II+フロッグ練習①②
3	土	9:00	~	12:00	3:00	①練習 (校内)	憲法記念日
4	日		~				みどりの日
5	月	9:00	~	12:00	3:00	①練習 (校内)	こどもの日
6	火	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	振替休日
7	水		~				授業ZII+高体ZII+招集+予行準備+フロッグ①②
8	木	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	体育祭予行
9	金	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	体育祭準備 カーニバルリハーサル
10	土	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	体育祭
11	日		~				
12	月	9:00	~	12:00	3:00	①練習 (校内)	振替休日 (5/10カ) 貯水槽清掃 (断水)
13	火	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	
14	水		~				月曜の授業 模塚2次
15	木	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	
16	金	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	
17	土	9:00	~	12:00	3:00	①練習 (校内)	
18	日		~				(家庭の日)
19	月	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	
20	火	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	
21	水		~				
22	木	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	
23	金	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	
24	土	9:00	~	12:00	3:00	①練習 (校内)	
25	日		~				
26	月	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	行進練習 (B日課)
27	火	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	行進練習 (B日課)
28	水		~				高総体壮行式 行進練習 (予備)
29	木	9:00	~	12:00	3:00	①練習 (校内)	振替休日 (5/31分)
30	金	13:00	~	16:00	3:00	①練習 (校内)	高総体総合開会式
31	土	8:00	~	17:00	9:00	⑤大会 (高体連)	高総体総合開会式
行事等							

令和7年度5月

活動計画

学校名	運動部名
長崎県立長崎南高等学校	男子ソフトテニス

5 月 ※ 練習時間は、準備や後片付け等を含めた時間

日	曜	活動予定				大会名等	
		練習時間		時間計	活動種別		
1	木	16:45	～	18:30	1:45	①練習 (校内)	授業ZIN+休+台体ZIN+フロッグ練習2h①②
2	金		～				授業ZIN+台体IN+競技練習INフロッグ練習①②
3	土	12:30	～	17:00	4:30	②練習 (校外)	憲法記念日
4	日	8:30	～	16:30	8:00	②練習 (校外)	みどりの日
5	月	12:00	～	18:00	6:00	②練習 (校外)	こどもの日
6	火	12:00	～	18:00	6:00	①練習 (校内)	振替休日
7	水		～				授業ZIN+台体ZIN+招集+予行準備+フロッグ①②
8	木	16:45	～	18:30	1:45	①練習 (校内)	体育祭予行
9	金	16:45	～	18:30	1:45	①練習 (校内)	体育祭準備 カーニバルリハーサル
10	土		～				体育祭
11	日	12:30	～	16:00	3:30	①練習 (校内)	
12	月	12:00	～	16:00	4:00	②練習 (校外)	振替休日 (5/10カ) 貯水槽清掃 (断水)
13	火		～				
14	水	16:45	～	18:30	1:45	①練習 (校内)	月曜の授業 模尿2次
15	木	16:45	～	18:30	1:45	①練習 (校内)	
16	金	16:45	～	18:30	1:45	①練習 (校内)	
17	土	12:30	～	16:30	4:00	①練習 (校内)	
18	日	12:30	～	16:30	4:00	①練習 (校内)	(家庭の日)
19	月	16:45	～	18:30	1:45	①練習 (校内)	
20	火		～				
21	水	16:45	～	18:30	1:45	①練習 (校内)	
22	木	16:45	～	18:30	1:45	①練習 (校内)	
23	金	16:45	～	18:30	1:45	①練習 (校内)	
24	土	12:30	～	16:30	4:00	①練習 (校内)	
25	日	12:30	～	16:30	4:00	①練習 (校内)	
26	月	16:45	～	18:30	1:45	①練習 (校内)	行進練習 (B日課)
27	火		～				行進練習 (B日課)
28	水	16:45	～	18:30	1:45	①練習 (校内)	高総体壮行式 行進練習 (予備)
29	木	10:00	～	12:00	2:00	②練習 (校外)	振替休日 (5/31分)
30	金		～				高総体総合開会式
31	土		～				高総体総合開会式
行事等							

令和7年度5月

活動計画

学校名	運動部名
長崎県立長崎南高等学校	ソフトテニス女子

5 月 ※ 練習時間は、準備や後片付け等を含めた時間

日	曜	活動予定				大会名等	
		練習時間		時間計	活動種別		
1	木	16:45	～	18:30	1:45	①練習 (校内)	授業2h①② 授業2h①②
2	金	16:45	～	18:30	1:45	①練習 (校内)	授業2h①② 授業2h①②
3	土	7:00	～	18:00	11:00	④試合 (校外)	憲法記念日 吉井町練習試合
4	日	7:00	～	18:00	11:00	④試合 (校外)	あとの日 吉井町練習試合
5	月		～				こどもの日
6	火	7:00	～	18:00	11:00	④試合 (校外)	振替休日 百花台練習試合
7	水	16:45	～	18:30	1:45	①練習 (校内)	授業2h①② 授業2h①②
8	木	16:45	～	18:30	1:45	①練習 (校内)	体育祭予行
9	金	16:45	～	18:30	1:45	①練習 (校内)	体育祭準備 カーニバルハーサル
10	土		～				体育祭
11	日		～				
12	月	8:30	～	12:00	3:30	①練習 (校内)	振替休日 (5/10分) 貯水槽清掃 (断水)
13	火	16:45	～	18:30	1:45	①練習 (校内)	
14	水	16:45	～	18:30	1:45	①練習 (校内)	月曜の授業 検泳2次
15	木	16:45	～	18:30	1:45	①練習 (校内)	
16	金	16:45	～	18:30	1:45	①練習 (校内)	
17	土	8:30	～	12:00	3:30	①練習 (校内)	
18	日	8:00	～	13:00	5:00	④試合 (校外)	西陵練習試合
19	月		～				
20	火	16:45	～	18:30	1:45	①練習 (校内)	
21	水	16:45	～	18:30	1:45	①練習 (校内)	
22	木	16:45	～	18:30	1:45	①練習 (校内)	
23	金	16:45	～	18:30	1:45	①練習 (校内)	
24	土	8:30	～	12:00	3:30	①練習 (校内)	
25	日	8:30	～	12:00	3:30	①練習 (校内)	
26	月		～				行進練習 (B日課)
27	火	16:45	～	18:30	1:45	①練習 (校内)	行進練習 (B日課)
28	水	16:45	～	18:30	1:45	①練習 (校内)	高総体壮行式 行進練習 (予備)
29	木	8:00	～	15:00	7:00	②練習 (校外)	振替休日 (5/31分)
30	金		～				高総体総合開会式
31	土		～				高総体総合開会式
行事等							

令和7年度5月

活動計画

学校名	運動部名
長崎県立長崎南高等学校	男子バスケットボール

5 月 ※ 練習時間は、準備や後片付け等を含めた時間

日	曜	活動予定					大会名等
		練習時間		時間計	活動種別		
1	木		~				授業2h+係+合体2h+ブロック練
2	金	16:45	~	18:45	2:00	①練習 (校内)	授業2h+合体1h+競技練習1hブ
3	土	8:30	~	17:00	8:30	③試合 (校内)	憲法記念日
4	日	8:30	~	17:00	8:30	③試合 (校内)	みどりの日
5	月	9:00	~	13:00	4:00	③試合 (校内)	こどもの日
6	火		~				振替休日
7	水	16:45	~	18:45	2:00	①練習 (校内)	授業2h+合体2h+招集+予行準
8	木		~				体育祭予行
9	金	16:45	~	18:45	2:00	①練習 (校内)	体育祭準備 カーニバルリハーサル
10	土		~				体育祭
11	日	9:00	~	13:00	4:00	①練習 (校内)	
12	月	13:00	~	17:00	4:00	①練習 (校内)	振替休日 (5/10分)
13	火	16:45	~	18:45	2:00	①練習 (校内)	
14	水	16:45	~	18:45	2:00	①練習 (校内)	月曜の授業 検尿2次
15	木		~				
16	金	16:45	~	18:45	2:00	①練習 (校内)	
17	土	9:00	~	13:00	4:00	①練習 (校内)	
18	日	13:00	~	17:00	4:00	①練習 (校内)	(家庭の日)
19	月	16:45	~	18:00	1:15	①練習 (校内)	
20	火	16:45	~	18:45	2:00	①練習 (校内)	
21	水	16:45	~	18:45	2:00	①練習 (校内)	
22	木		~				
23	金	16:45	~	18:45	2:00	①練習 (校内)	
24	土	9:00	~	13:00	4:00	①練習 (校内)	
25	日	13:00	~	17:00	4:00	①練習 (校内)	
26	月	16:45	~	18:45	2:00	①練習 (校内)	行進練習 (B日課)
27	火	16:45	~	18:45	2:00	①練習 (校内)	行進練習 (B日課)
28	水	16:45	~	18:45	2:00	①練習 (校内)	高総体壮行式 行進練習 (予備)
29	木	16:45	~	18:45	2:00	①練習 (校内)	振替休日 (5/31分)
30	金	16:45	~	18:45	2:00	①練習 (校内)	高総体総合開会式
31	土	8:00	~	17:00	9:00	⑤大会 (高体連)	高総体総合開会式
行事等							

令和7年度5月

活動計画

学校名	運動部名
長崎県立長崎南高等学校	女子バスケットボール

5 月 ※ 練習時間は、準備や後片付け等を含めた時間

日	曜	活動予定				大会名等	
		練習時間		時間計	活動種別		
1	木	16:40	～	18:30	1:50	①練習 (校内)	授業ZH+係+台体ZH+フロッグ練習2h①②
2	金	16:40	～	18:30	1:50	①練習 (校内)	授業ZH+台体IH+競技練習IHフロッグ練習①②
3	土	9:00	～	13:00	4:00	②練習 (校外)	憲法記念日
4	日	8:00	～	17:00	9:00	④試合 (校外)	みどりの日 練習試合 (太田市内)
5	月	13:00	～	16:00	3:00	①練習 (校内)	こどもの日
6	火	9:00	～	13:00	4:00	①練習 (校内)	振替休日
7	水		～				授業ZH+台体ZH+招集+予行準備+フロッグ①②
8	木	16:40	～	18:30	1:50	①練習 (校内)	体育祭予行
9	金	16:40	～	18:30	1:50	①練習 (校内)	体育祭準備 カーニバルリハーサル
10	土		～				体育祭
11	日		～				
12	月	9:00	～	13:00	4:00	①練習 (校内)	振替休日 (5/10カ) 貯水槽清掃 (断水)
13	火	16:40	～	18:30	1:50	①練習 (校内)	
14	水		～				月曜の授業 模尿2次
15	木	16:40	～	18:30	1:50	①練習 (校内)	
16	金	16:40	～	18:30	1:50	①練習 (校内)	
17	土	13:00	～	16:00	3:00	①練習 (校内)	
18	日	9:00	～	12:00	3:00	①練習 (校内)	(家庭の日)
19	月	16:40	～	18:30	1:50	①練習 (校内)	
20	火	16:40	～	18:30	1:50	①練習 (校内)	
21	水		～				
22	木	16:40	～	18:30	1:50	①練習 (校内)	
23	金	16:40	～	18:30	1:50	①練習 (校内)	
24	土	13:00	～	16:00	3:00	①練習 (校内)	
25	日	9:00	～	12:00	3:00	①練習 (校内)	
26	月	16:40	～	18:30	1:50	①練習 (校内)	行進練習 (B日課)
27	火	16:40	～	18:30	1:50	①練習 (校内)	行進練習 (B日課)
28	水	16:00	～	18:30	2:30	①練習 (校内)	高総体壮行式 行進練習 (予備)
29	木	13:00	～	16:00	3:00	①練習 (校内)	振替休日 (5/31分)
30	金	14:00	～	17:00	3:00	①練習 (校内)	高総体総合開会式
31	土	8:00	～	17:00	9:00	⑤大会 (高体連)	高総体
行事等							

令和7年度5月

活動計画

学校名	運動部名
長崎県立長崎南高等学校	男子バレーボール部

5 月 ※ 練習時間は、準備や後片付け等を含めた時間

日	曜	活動予定				大会名等	
		練習時間		時間計	活動種別		
1	木	16:30	~	18:45	2:15	①練習 (校内)	授業ZIN+休+合体ZIN+ブロック練習2h①②
2	金	16:30	~	18:45	2:15	①練習 (校内)	授業ZIN+合体IN+競技練習IN+ブロック練習①②
3	土	9:00	~	13:00	4:00	②練習 (校外)	松・北陽台高校(合同練習)
4	日	8:00	~	11:00	3:00	②練習 (校外)	松・長崎工業高校
5	月	13:00	~	17:00	4:00	①練習 (校内)	こどもの日
6	火	9:00	~	13:00	4:00	①練習 (校内)	振替休日
7	水		~				授業ZIN+合体ZIN+招集+予行準備+ブロック①②
8	木	16:30	~	18:45	2:15	①練習 (校内)	体育祭予行
9	金	16:30	~	18:45	2:15	①練習 (校内)	体育祭準備 カーニバルリハーサル
10	土	9:00	~	13:00	4:00	①練習 (校内)	体育祭
11	日	13:00	~	17:00	4:00	①練習 (校内)	
12	月	16:30	~	18:45	2:15	①練習 (校内)	振替休日 (5/10カ) 貯水槽清掃 (断水)
13	火	16:30	~	18:45	2:15	①練習 (校内)	
14	水		~				月曜の授業 模尿2次
15	木	16:30	~	18:45	2:15	①練習 (校内)	
16	金	16:30	~	18:45	2:15	①練習 (校内)	
17	土	13:00	~	17:00	4:00	①練習 (校内)	
18	日	9:00	~	13:00	4:00	②練習 (校外)	(家庭の日) 松・西陵高校(合同練習)
19	月	16:30	~	18:45	2:15	①練習 (校内)	
20	火	16:30	~	18:45	2:15	①練習 (校内)	
21	水		~				
22	木	16:30	~	18:45	2:15	①練習 (校内)	
23	金	16:30	~	18:45	2:15	①練習 (校内)	
24	土	9:00	~	13:00	4:00	①練習 (校内)	
25	日	13:00	~	17:00	4:00	①練習 (校内)	
26	月	16:30	~	18:45	2:15	①練習 (校内)	行進練習 (B日課)
27	火	16:30	~	18:45	2:15	①練習 (校内)	行進練習 (B日課)
28	水		~				高総体壮行式 行進練習 (予備)
29	木	16:30	~	18:45	2:15	①練習 (校内)	振替休日 (5/31分)
30	金	16:30	~	18:45	2:15	①練習 (校内)	高総体総合開会式
31	土		~				高総体総合開会式
行事等							

令和7年度5月

活動計画

学校名	運動部名
長崎県立長崎南高等学校	女子バレーボール部

5 月 ※ 練習時間は、準備や後片付け等を含めた時間

日	曜	活動予定				大会名等	
		練習時間		時間計	活動種別		
1	木	16:30	～	18:30	2:00	①練習 (校内)	授業2H+係+台体2H+ブロック練習2h①②
2	金	16:30	～	18:30	2:00	①練習 (校内)	授業2H+台体1H+競技練習1H+ブロック練習①②
3	土	9:00	～	17:00	8:00	④試合 (校外)	憲法記念日
4	日	9:00	～	17:00	8:00	④試合 (校外)	みどりの日
5	月	9:00	～	17:00	8:00	①練習 (校内)	こどもの日
6	火		～			休養日	振替休日
7	水	16:30	～	18:30	2:00	①練習 (校内)	授業2H+台体2H+招集+予行準備+ブロック①②
8	木	16:30	～	18:30	2:00	①練習 (校内)	体育祭予行
9	金	16:30	～	18:30	2:00	①練習 (校内)	体育祭準備 カーニバルリハーサル
10	土		～			休養日	体育祭
11	日	8:30	～	12:30	4:00	①練習 (校内)	
12	月	12:30	～	16:30	4:00	①練習 (校内)	振替休日 (5/10分) 貯水槽清掃 (断水)
13	火		～			休養日	
14	水	16:30	～	18:30	2:00	①練習 (校内)	月曜の授業 検泳2次
15	木	16:30	～	18:30	2:00	①練習 (校内)	
16	金	16:30	～	18:30	2:00	①練習 (校内)	
17	土	8:30	～	12:30	4:00	④試合 (校外)	
18	日		～			休養日	(家庭の日)
19	月	16:30	～	18:30	2:00	①練習 (校内)	
20	火		～			休養日	
21	水	16:30	～	18:30	2:00	①練習 (校内)	
22	木	16:30	～	18:30	2:00	①練習 (校内)	
23	金	16:30	～	18:30	2:00	①練習 (校内)	
24	土	12:30	～	16:30	4:00	②練習 (校外)	
25	日	8:30	～	12:30	4:00	④試合 (校外)	
26	月	16:30	～	18:30	2:00	①練習 (校内)	行進練習 (B日課)
27	火		～			休養日	行進練習 (B日課)
28	水	16:30	～	18:30	2:00	①練習 (校内)	高総体壮行式 行進練習 (予備)
29	木	8:30	～	12:30	4:00	①練習 (校内)	振替休日 (5/31分)
30	金		～			高総体開会式	高総体総合開会式
31	土	9:00	～	17:00	8:00	高総体	高総体総合開会式
行事等							

令和7年度5月

活動計画

学校名	運動部名
長崎県立長崎南高等学校	陸上競技

5 月 ※ 練習時間は、準備や後片付け等を含めた時間

日	曜	活動予定				大会名等	
		練習時間		時間計	活動種別		
1	木	16:40	～	18:45	2:05	①練習 (校内)	授業Z11+陸上+高体Z11+フロッグ練習2h①②
2	金		～				授業Z11+高体I11+競投練習I11+フロッグ練習①②
3	土	9:00	～	17:00	8:00	②練習 (校外)	憲法記念日
4	日	9:00	～	17:00	8:00	②練習 (校外)	みどりの日
5	月	9:00	～	17:00	8:00	②練習 (校外)	こどもの日
6	火		～				振替休日
7	水	16:40	～	18:45	2:05	①練習 (校内)	授業Z11+高体Z11+招集+予行準備+フロッグ①②
8	木	16:40	～	18:45	2:05	①練習 (校内)	体育祭予行
9	金	16:40	～	18:45	2:05	①練習 (校内)	体育祭準備 カーニバルリハーサル
10	土		～				体育祭
11	日		～				
12	月	9:00	～	13:00	4:00	②練習 (校外)	振替休日 (5/10カ) 貯水槽清掃 (断水)
13	火	16:40	～	18:45	2:05	①練習 (校内)	
14	水	16:40	～	18:45	2:05	①練習 (校内)	月曜の授業 模尿2次
15	木	16:40	～	18:45	2:05	①練習 (校内)	
16	金	7:30	～	18:30	11:00	⑥大会 (その他)	県選手権
17	土	7:30	～	18:30	11:00	⑥大会 (その他)	県選手権
18	日	7:30	～	16:30	9:00	⑥大会 (その他)	(家庭の日) 県選手権
19	月		～				
20	火	16:40	～	18:45	2:05	①練習 (校内)	
21	水	16:40	～	18:45	2:05	①練習 (校内)	
22	木	16:40	～	18:45	2:05	①練習 (校内)	
23	金	16:40	～	18:45	2:05	①練習 (校内)	
24	土	9:00	～	12:30	3:30	②練習 (校外)	
25	日	9:00	～	12:30	3:30	②練習 (校外)	
26	月		～				行進練習 (B日課)
27	火	16:40	～	18:45	2:05	①練習 (校内)	行進練習 (B日課)
28	水	16:40	～	18:45	2:05	①練習 (校内)	高総体壮行式 行進練習 (予備)
29	木	9:00	～	13:00	4:00	②練習 (校外)	振替休日 (5/31分)
30	金	14:00	～	17:00	3:00	①練習 (校内)	高総体総合開会式
31	土	7:30	～	18:30	11:00	⑤大会 (高体連)	高総体

【校外での練習場所予定】

行事等
3日 (土・祝) 諫早サブで2部練、4日 (日・祝) 柿泊メインで2部練、5日 (月・祝) 柿泊メインで2部練。4, 5日は合同練習。
12日 (月・振替休日) 柿泊メイン、24日 (土) 柿泊サブ、25日 (日) 柿泊メイン、29日 (木・振替休日) 柿泊メイン

令和7年度5月

活動計画

学校名	運動部名
長崎県立長崎南高等学校	弓道部

5 月 ※ 練習時間は、準備や後片付け等を含めた時間

日	曜	活動予定				大会名等	
		練習時間		時間計	活動種別		
1	木	16:30	～	19:00	2:30	①練習 (校内)	授業2H+係+合体2H+フロッグ練習2h①②
2	金	16:30	～	19:00	2:30	①練習 (校内)	授業2H+合体1H+競技練習1H+フロッグ練習①②
3	土	7:30	～	14:30	7:00	④試合 (校外)	憲法記念日
4	日	9:00	～	17:00	8:00	①練習 (校内)	みどりの日
5	月	7:30	～	17:30	10:00	⑥大会 (その他)	こどもの日
6	火	7:30	～	17:30	10:00	⑥大会 (その他)	多良野仙弓道大会 (香山) 振替休日
7	水	16:30	～	19:00	2:30	①練習 (校内)	授業2H+合体2H+招集+予行準備+フロッグ①②
8	木	16:30	～	19:00	2:30	①練習 (校内)	体育祭予行
9	金	16:30	～	19:00	2:30	①練習 (校内)	体育祭準備 カーニバルリハーサル
10	土		～				体育祭
11	日		～				
12	月	16:30	～	19:00	2:30	①練習 (校内)	振替休日 (5/10カ) 貯水槽清掃 (断水)
13	火	16:30	～	19:00	2:30	①練習 (校内)	
14	水	16:30	～	19:00	2:30	①練習 (校内)	月曜の授業 模尿2次
15	木	16:30	～	19:00	2:30	①練習 (校内)	
16	金	16:30	～	19:00	2:30	①練習 (校内)	
17	土	9:00	～	13:00	4:00	①練習 (校内)	
18	日		～				(家庭の日)
19	月	16:00	～	19:00	3:00	①練習 (校内)	
20	火	16:00	～	19:00	3:00	①練習 (校内)	
21	水	16:00	～	19:00	3:00	①練習 (校内)	
22	木	16:00	～	19:00	3:00	①練習 (校内)	
23	金	16:00	～	19:00	3:00	①練習 (校内)	
24	土	9:00	～	13:00	4:00	①練習 (校内)	
25	日		～				
26	月	16:00	～	19:00	3:00	①練習 (校内)	行進練習 (B日課)
27	火	16:00	～	19:00	3:00	①練習 (校内)	行進練習 (B日課)
28	水	16:00	～	19:00	3:00	①練習 (校内)	高総体壮行式 行進練習 (予備)
29	木	9:00	～	13:00	4:00	①練習 (校内)	振替休日 (5/31分)
30	金	16:00	～	19:00	3:00	①練習 (校内)	高総体総合開会式
31	土	7:00	～	17:00	10:00	⑤大会 (高体連)	高総体総合開会式
行事等							

令和7年度5月

活動計画

学校名	運動部名
長崎県立長崎南高等学校	ハンドボール

5 月 ※ 練習時間は、準備や後片付け等を含めた時間

日	曜	活動予定				大会名等	
		練習時間		時間計	活動種別		
1	木	16:50	~	18:30	1:40	①練習 (校内)	授業ZH+係+台体ZH+フロッグ練習2h①②
2	金		~				授業ZH+台体IH+競投練習IHフロッグ練習①②
3	土	8:00	~	14:00	6:00	①練習 (校内)	憲法記念日
4	日	8:00	~	15:00	7:00	⑦遠征・合宿等	みどりの日
5	月	8:00	~	17:00	9:00	⑦遠征・合宿等	こどもの日
6	火	9:00	~	13:00	4:00	①練習 (校内)	振替休日
7	水	16:50	~	18:30	1:40	①練習 (校内)	授業ZH+台体ZH+招集+予行準備+フロッグ①②
8	木	16:50	~	18:30	1:40	①練習 (校内)	体育祭予行
9	金		~				体育祭準備 カーニバルリハーサル
10	土		~				体育祭
11	日	10:30	~	14:30	4:00	①練習 (校内)	
12	月	16:50	~	18:30	1:40	①練習 (校内)	振替休日 (5/10カ) 貯水槽清掃 (断水)
13	火		~				
14	水	16:50	~	18:30	1:40	①練習 (校内)	月曜の授業 模尿2次
15	木	16:50	~	18:30	1:40	①練習 (校内)	
16	金		~				
17	土	8:00	~	12:00	4:00	①練習 (校内)	
18	日	10:30	~	14:30	4:00	①練習 (校内)	(家庭の日)
19	月	16:50	~	18:30	1:40	①練習 (校内)	
20	火		~				
21	水	16:50	~	18:30	1:40	①練習 (校内)	
22	木	16:50	~	18:30	1:40	①練習 (校内)	
23	金		~				
24	土	13:30	~	17:30	4:00	①練習 (校内)	
25	日	8:00	~	12:00	4:00	①練習 (校内)	
26	月	16:50	~	18:30	1:40	①練習 (校内)	行進練習 (B日課)
27	火		~				行進練習 (B日課)
28	水	16:50	~	18:30	1:40	①練習 (校内)	高総体壮行式 行進練習 (予備)
29	木	16:50	~	18:30	1:40	①練習 (校内)	振替休日 (5/31分)
30	金	16:50	~	18:30	1:40	①練習 (校内)	高総体総合開会式
31	土	8:00	~	16:00	8:00	①練習 (校内)	高総体総合開会式
行事等							

令和7年度5月

活動計画

学校名	運動部名
長崎県立長崎南高等学校	女子ハンドボール

5 月 ※ 練習時間は、準備や後片付け等を含めた時間

日	曜	活動予定				大会名等	
		練習時間		時間計	活動種別		
1	木		～			授業ZH+係+高体ZH+フロッグ練習2h①②	
2	金	16:30	～	18:30	2:00	①練習 (校内)	授業ZH+高体IH+競技練習IH+フロッグ練習①②
3	土	8:00	～	11:00	3:00	①練習 (校内)	憲法記念日
4	日	11:00	～	14:00	3:00	①練習 (校内)	みどりの日
5	月	8:30	～	16:00	7:30	④試合 (校外)	こどもの日
6	火	8:30	～	16:00	7:30	④試合 (校外)	振替休日
7	水	16:30	～	18:30	2:00	①練習 (校内)	授業ZH+高体ZH+招集+予行準備+フロッグ①②
8	木		～				体育祭予行
9	金	16:30	～	18:30	2:00	①練習 (校内)	体育祭準備 カーニバルリハーサル
10	土		～				体育祭
11	日	11:00	～	14:00	3:00	①練習 (校内)	
12	月		～				振替休日 (5/10カ) 貯水槽清掃 (断水)
13	火	16:30	～	18:30	2:00	①練習 (校内)	
14	水	16:30	～	18:30	2:00	①練習 (校内)	月曜の授業 模尿2次
15	木		～				
16	金	16:30	～	18:30	2:00	①練習 (校内)	
17	土	8:00	～	11:00	3:00	①練習 (校内)	
18	日	11:00	～	14:00	3:00	①練習 (校内)	(家庭の日)
19	月	16:30	～	18:30	2:00	①練習 (校内)	
20	火	16:30	～	18:30	2:00	①練習 (校内)	
21	水	16:30	～	18:30	2:00	①練習 (校内)	
22	木		～				
23	金	16:30	～	18:30	2:00	①練習 (校内)	
24	土	14:00	～	17:00	3:00	①練習 (校内)	
25	日	8:00	～	11:00	3:00	①練習 (校内)	
26	月	16:30	～	18:30	2:00	①練習 (校内)	行進練習 (B日課)
27	火	16:30	～	18:30	2:00	①練習 (校内)	行進練習 (B日課)
28	水	16:30	～	18:30	2:00	①練習 (校内)	高総体壮行式 行進練習 (予備)
29	木		～				振替休日 (5/31分)
30	金	16:30	～	18:30	2:00	①練習 (校内)	高総体総合開会式
31	土	8:00	～	17:00	9:00	⑤大会 (高体連)	高総体総合開会式
行事等							

令和7年度5月

活動計画

学校名	運動部名
長崎県立長崎南高等学校	水泳部

5 月 ※ 練習時間は、準備や後片付け等を含めた時間

日	曜	活動予定				大会名等	
		練習時間		時間計	活動種別		
1	木	16:40	～	18:30	1:50	①練習 (校内)	授業Z11+係+高体Z11+フロッグ練習2h①②
2	金	16:40	～	18:30	1:50	①練習 (校内)	授業Z11+高体I11+競投練習I11フロッグ練習①②
3	土	11:30	～	14:30	3:00	②練習 (校外)	憲法記念日
4	日	11:30	～	14:30	3:00	②練習 (校外)	みどりの日
5	月	11:30	～	14:30	3:00	②練習 (校外)	こどもの日
6	火		～				振替休日 水泳部オフ
7	水	16:40	～	18:30	1:50	①練習 (校内)	授業Z11+高体Z11+招集+予行準備+フロッグ①②
8	木	16:40	～	18:30	1:50	①練習 (校内)	体育祭予行
9	金	16:40	～	18:30	1:50	①練習 (校内)	体育祭準備 カーニバルリハーサル
10	土		～				体育祭 水泳部オフ
11	日		～				
12	月	9:00	～	12:00	3:00	①練習 (校内)	振替休日 (5/10カ) 貯水槽清掃 (断水)
13	火	16:40	～	18:30	1:50	①練習 (校内)	
14	水	16:40	～	18:30	1:50	①練習 (校内)	月曜の授業 模尿2次
15	木	16:40	～	18:30	1:50	①練習 (校内)	
16	金	16:40	～	18:30	1:50	①練習 (校内)	
17	土	9:00	～	12:00	3:00	①練習 (校内)	
18	日		～				(家庭の日) 水泳部オフ
19	月	16:00	～	18:30	2:30	①練習 (校内)	
20	火	16:00	～	18:30	2:30	①練習 (校内)	
21	水	16:00	～	18:30	2:30	①練習 (校内)	
22	木	15:30	～	18:30	3:00	①練習 (校内)	
23	金	16:00	～	18:30	2:30	①練習 (校内)	
24	土	8:00	～	16:00	8:00	⑥大会 (その他)	第56回長崎市春季水泳大会
25	日		～				水泳部オフ
26	月	15:30	～	18:30	3:00	①練習 (校内)	行進練習 (B日課)
27	火	16:00	～	18:30	2:30	①練習 (校内)	行進練習 (B日課)
28	水	16:00	～	18:30	2:30	①練習 (校内)	高総体壮行式 行進練習 (予備)
29	木	9:00	～	12:00	3:00	①練習 (校内)	振替休日 (5/31分)
30	金	13:00	～	15:00	2:00	②練習 (校外)	高総体開会式 水泳部前日練習
31	土	7:30	～	16:30	9:00	⑤大会 (高体連)	高総体総合開会式
行事等							

令和7年度5月

活動計画

学校名	運動部名
長崎県立長崎南高等学校	野球部

5 月 ※ 練習時間は、準備や後片付け等を含めた時間

日	曜	活動予定				大会名等	
		練習時間		時間計	活動種別		
1	木	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	授業ZIN+休+合体ZIN+プロウ練習2h①②
2	金	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	授業ZIN+合体IN+競投練習IN+プロウ練習①②
3	土	8:00	~	17:00	9:00	④試合 (校外)	長崎交済大会
4	日	8:00	~	17:00	9:00	④試合 (校外)	長崎交済大会
5	月	8:00	~	17:00	9:00	④試合 (校外)	長崎交済大会
6	火		~				振替休日
7	水	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	授業ZIN+合体ZIN+招集+予行準備+プロウ①②
8	木	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	体育祭予行
9	金	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	体育祭準備 カーニバルリハーサル
10	土		~				体育祭
11	日	9:00	~	13:00	4:00	①練習 (校内)	
12	月	8:00	~	17:00	9:00	④試合 (校外)	振替休日 (5/10カ) 貯水槽清掃 (断水)
13	火		~				
14	水	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	月曜の授業 模尿2次
15	木	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	
16	金	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	高野連会長杯開幕
17	土	9:00	~	13:00	4:00	①練習 (校内)	
18	日	9:00	~	13:00	4:00	①練習 (校内)	(家庭の日)
19	月	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	
20	火		~				
21	水	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	
22	木	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	
23	金	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	
24	土	9:00	~	13:00	4:00	①練習 (校内)	
25	日	9:00	~	13:00	4:00	①練習 (校内)	
26	月	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	行進練習 (B日課)
27	火		~				行進練習 (B日課)
28	水	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	高総体壮行式 行進練習 (予備)
29	木	9:00	~	13:00	4:00	①練習 (校内)	振替休日 (5/31分)
30	金	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	高総体総合開会式
31	土	16:30	~	18:30	2:00	①練習 (校内)	高総体総合開会式
行事等							