

# 令和4年度 4月の部活動割当表

青森市立西中学校

休養日と活動上限（60h）を意識して  
計画を立てましょう！

調整は顧問同士でコミュニケーション。  
変更後は拡大版に朱書き

			屋外運動部					屋内運動部							
日	曜日	活動	野球	サッカー	ソフト	テニス	陸上	バスケ男	バスケ女	バレー男	バレー女	卓球	剣道	バド男	バド女
1	金	●	学校共通休養期間(会議のため)												
2	土		×	×	B WEST	×	×	×	×	×	×	Bス	Bギ	Aス	Aギ
3	日		B WEST	×	×	×	×	Bス	Bギ	Aス	Aギ	×	×	×	×
4	月	●	学校共通休養期間												
5	火	●	学校共通休養期間												
6	水	■	学校共通休養期間												
7	木	■	学校共通休養期間												
8	金		でかグラ (車庫)	でかグラ (体育館)	ジャリグラ	ミニグラ	ジャリグラ	多目的	多目的	WEST	WEST	前玄関 後ス	前玄関 後ギ	前ス	前ギ
9	土		A ミニグラ	B ミニグラ	でかグラ			Aス	Aギ	Bス	Bギ				
10	日					A ミニグラ	B ミニグラ					Aス	Aギ	Bス	Bギ
11	月		でかグラ (体育館)	ミニグラ	でかグラ (車庫)	ジャリグラ	でかグラ (車庫)	前ス	前ギ	前玄関 後ス	前玄関 後ギ	WEST	WEST	多目的	多目的
12	火		ミニグラ	ジャリグラ	でかグラ (体育館)	でかグラ (車庫)	でかグラ (体育館)	WEST	WEST	多目的	多目的	前ス	前ギ	前玄関 後ス	前玄関 後ギ
13	水	●	リフレッシュデー												
14	木		ジャリグラ	でかグラ (車庫)	ミニグラ	でかグラ (体育館)	ミニグラ	前玄関 後ス	前玄関 後ギ	前ス	前ギ	多目的	多目的	WEST	WEST
15	金		でかグラ (車庫)	でかグラ (体育館)	ジャリグラ	ミニグラ	ジャリグラ	多目的	多目的	WEST	WEST	前玄関 後ス	前玄関 後ギ	前ス	前ギ
16	土			A ミニグラ	B ミニグラ	でかグラ						Bス	Bギ	Aス	Aギ
17	日		B ミニグラ				A ミニグラ	Bス	Bギ	Aス	Aギ				
18	月		でかグラ (体育館)	ミニグラ	でかグラ (車庫)	ジャリグラ	でかグラ (車庫)	前ス	前ギ	前玄関 後ス	前玄関 後ギ	WEST	WEST	多目的	多目的
19	火		ミニグラ	ジャリグラ	でかグラ (体育館)	でかグラ (車庫)	でかグラ (体育館)	WEST	WEST	多目的	多目的	前ス	前ギ	前玄関 後ス	前玄関 後ギ
20	水	●	リフレッシュデー												
21	木		ジャリグラ	でかグラ (車庫)	ミニグラ	でかグラ (体育館)	ミニグラ	前玄関 後ス	前玄関 後ギ	前ス	前ギ	多目的	多目的	WEST	WEST
22	金		でかグラ (車庫)	でかグラ (体育館)	ジャリグラ	ミニグラ	ジャリグラ	多目的	多目的	WEST	WEST	前玄関 後ス	前玄関 後ギ	前ス	前ギ
23	土				A ミニグラ	B ミニグラ	でかグラ	Bス	Bギ	Aス	Aギ				
24	日		A ミニグラ	B ミニグラ								Bス	Bギ	Aス	Aギ
25	月		でかグラ (体育館)	ミニグラ	でかグラ (車庫)	ジャリグラ	でかグラ (車庫)	前ス	前ギ	前玄関 後ス	前玄関 後ギ	WEST	WEST	多目的	多目的
26	火		ミニグラ	ジャリグラ	でかグラ (体育館)	でかグラ (車庫)	でかグラ (体育館)	WEST	WEST	多目的	多目的	前ス	前ギ	前玄関 後ス	前玄関 後ギ
27	水	●	リフレッシュデー												
28	木		ジャリグラ	でかグラ (車庫)	ミニグラ	でかグラ (体育館)	ミニグラ	前玄関 後ス	前玄関 後ギ	前ス	前ギ	多目的	多目的	WEST	WEST
29	金		でかグラ			A ミニグラ	B ミニグラ					Aス	Aギ	Bス	Bギ
30	土			A ミニグラ	B ミニグラ			Aス	Aギ	Bス	Bギ				

## 学校共通休養期間 (会議・入学式の準備のため)

○平日 前半…16:00～17:20 後半…17:30～18:50

○土日・祝日(体育館・ミニグラ)

ミニグラ A…08:00～11:00 B…11:00～14:00 C…14:00～17:00

体育館 A…09:00～12:00 B…12:00～15:00

4月から「夏期間」の時間になります。  
前半の玄関ホール・中庭は後半体育館の部活動が優先です。外の空いた場所はソフト・陸上優先です。

☆体験入部について

平日：前半の時間帯、見学のみ  
休日：各部活動の練習時間、体験OK

顧問の先生や先輩たちに最初と最後の挨拶をきちんとして、参加しましょう！