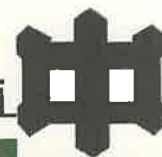


2026

8 月

伊集院北中学校軟式野球部練習計画



日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
26	27	28	29	30	31	01 スポーツタニヤマ杯 (鹿児島市内)
02 スポーツタニヤマ杯 (鹿児島市内)	03 自主トレ	04 九州総体役員	05 自主トレ	06 練習	07 練習	08 新旗 (始良市内)
09 新旗 (始良市内)	10 新旗 (始良市内)	11 自主トレ	12 自主トレ	13 自主トレ	14 自主トレ	15 自主トレ
16 自主トレ	17 自主トレ	18 練習	19 自主トレ	20 練習	21 練習	22 練習
23 練習試合 伊集院北中	24 自主トレ	25 練習	26 自主トレ	27 練習	28 練習	29 地区大会
30 地区大会	31 自主トレ	メモ:				

2026 伊集院北中サッカー部活動予定表

7～8月

※日曜・場所は変更になる場合があります。毎日の連絡をしっかりとるようにしましょう。

【完全下校時刻】 5月～9月2週目 18:30						
月	火	水	木	金	土	日
13	14	15	16	17 終業式	18	19
休み	放課後練習 【学校】 放課後～18:30	休み	放課後練習 【学校】 放課後～18:30	休み	【TRM】 8:00～14:00 東市来総合グラウンド	【TRM】 9:45～16:00 伊集院総合運動公園サッカー場
20 海の日	21 県総体～24日	22	23	24	25	26
休み	午前練習【学校】 練習 8:30～10:30	午前練習【学校】 練習 8:30～10:30	休み	休み	市比野温泉杯 丸山公園 7:45	市比野温泉杯 丸山公園、かぐや姫、入来 総合
27	28	29	30	31	8/1	2
休み	午前練習【学校】 練習 8:30～10:30 学習会 10:30～11:30	休み	休み	午後練習 【東市来総合グラウンド】 15:00～18:00	こけけ杯 東市来総合グラウンド 7:45	こけけ杯 東市来総合グラウンド 7:45
3 出校日	4	5	6	7	8	9
休み	午前練習【学校】 練習 8:30～10:30 学習会 10:30～11:30	休み	休み	KH杯 7:30東市来総合グラウンド	KH杯	KH杯
10	11 妙円寺バレー大会	12 学校閉庁日	13 学校閉庁日	14 学校閉庁日	15	16
休み	休み	休み	休み	休み	休み	休み
17	18	19	20	21 出校日	22	23
休み	午前練習【学校】 練習 8:30～10:30 学習会 10:30～11:30	午前練習【学校】 練習 8:30～10:30 学習会 10:30～11:30	休み	休み	【合同練習】 8:30～11:30 東市来総合グラウンド	【合同練習】 8:30～11:30 東市来総合グラウンド
24	25 U15大会～9月5日	26 U15大会	27 U15大会	28 U15大会	29 U15大会	30 U15大会
午前練習【学校】 練習 8:30～10:30 学習会 10:30～11:30	※地み合わせが決まり次第 連絡					
31	1 始業式	2	3	4	5 U15大会(決勝)	6
休み	休み	休み	放課後練習 【学校】 放課後～18:30	放課後練習 【学校】 放課後～18:30	※後日連絡	※後日連絡

女子バレーボール部 夏休み 練習計画

※ 予定は変更になることがあります。シューズ等、道具はいつも準備しておきましょう。

月日	曜日	場所・時間	備考	その他
7月22日	水	休み		
7月23日	木	① (8:00~11:00)		
7月24日	金	② (11:00~14:00)		
7月25日	土	③ (14:00~17:00)		
7月26日	日	休み		
7月27日	月	休み	第2回小中一貫教育研修会(午前)	
7月28日	火	③ (14:00~17:00)		
7月29日	水	① (8:00~11:00)		
7月30日	木	② (11:00~14:00)		
7月31日	金	休み		
8月1日	土	九州総体補助員研修会	横川体育館	
8月2日	日	日置地区合同練習会	吹上浜運動公園体育館	
8月3日	月	休み	出校日	
8月4日	火	③ (14:00~17:00)		
8月5日	水	九州中学校総合体育大会補助員	串木野アリーナ	
8月6日	木	② (11:00~14:00)		
8月7日	金	③ (14:00~17:00)		
8月8日	土	① (8:00~11:00)		
8月9日	日	休み		
8月10日	月	③ (14:00~17:00)		
8月11日	火	休み	山の日	
8月12日	水	休み	学校開庁日	
8月13日	木	休み	学校開庁日	
8月14日	金	休み	学校開庁日	
8月15日	土	休み		
8月16日	日	休み		
8月17日	月	休み		
8月18日	火	① (8:00~11:00)		
8月19日	水	② (11:00~14:00)		
8月20日	木	③ (14:00~17:00)		
8月21日	金	休み	出校日	
8月22日	土	① (8:00~11:00)		
8月23日	日	① (8:00~11:00)		
8月24日	月	宮之城合宿		
8月25日	火	宮之城合宿		
8月26日	水	宮之城合宿		
8月27日	木	休み		
8月28日	金	① (8:00~11:00)		
8月29日	土	② (11:00~14:00)		
8月30日	日	休み		
8月31日	月	休み		
9月1日	火	休み		
9月2日	水	休み		

8/2...日置地区合同練習会
8/24~8/26...宮之城合宿

女子バスケットボール部

部活動計画(案)

2026 年 7 月

SB 平日 18:35
土曜日 11:30

2026/7/1

日	月	火	水	木	金	土
28	29	30	1	2	3	4
休 み	入り口側 ~17:45	入り口側 ~17:45	学年・学級PTA 休 み	外 ~17:15	入り口側 ~17:45	休 み
5	6	7	8	9	10	11
休 み	外 ~17:15	入り口側 ~17:45	休 み	入り口側 ~17:45	外 ~17:15	土曜授業 合唱コンクール 休 み
12	13	14	15	16	17	18
休 み	入り口側 ~17:45	外 ~17:15	休 み	ステージ側 ~17:45	終業式 部活動中止	休 み
19	20	21	22	23	24	25
休 み	海の日 休 み	休 み	11:00~13:30	14:00~16:30	8:00~10:30	休 み (合同練習の可能性)
26	27	28	29	30	31	1
休 み (合同練習の可能性)	8:00~10:30	11:00~13:30	休 み	8:00~10:30	11:00~13:30	加世田カップ

2026 年 8 月

SB 平日 18:35
土曜日 11:30

2026/8/1

日	月	火	水	木	金	土
26	27	28	29	30	31	1
休 み (合同練習の可能性)	8:00~10:30	11:00~13:30	休 み	8:00~10:30	11:00~13:30	加世田カップ
2	3	4	5	6	7	8
加世田カップ	出校日 部活動中止	11:00~13:30	休 み	8:00~10:30	11:00~13:30	休 み (合同練習の可能性)
9	10	11	12	13	14	15
休 み (合同練習の可能性)	休 み	山の日 休 み	学校閉庁日			
			休 み	休 み	休 み	休 み
16	17	18	19	20	21	22
休 み	8:00~10:30	11:00~13:30	休 み	8:00~10:30	出校日 部活動中止	休 み (合同練習の可能性)
23	24	25	26	27	28	29
休 み (合同練習の可能性)	8:00~10:30	11:00~13:30	休 み	8:00~10:30	11:00~13:30	休 み (合同練習の可能性)
30	31	1	2	3	4	5
休 み (合同練習の可能性)	休 み	始業式 部活動中止	休 み	外 ~17:15	入り口側 ~17:45	休 み (合同練習の可能性)

あくまでも予定です。変更になることもあります。

8月1,2日加世田カップ 8:00開場(準備) 9:00試合開始 17:00試合終了(予定)
 県総体後の週末から串木野中との合同練習が始まる可能性あり
 合同練習、外部指導により週末の練習は変更になる可能性あり

令和8年度 伊集院北中男子バスケ部 夏休み練習計画表

※ 予定です。計画は変更になる場合もあります。

7月7日時点

日	曜日	場所	時間	備	考
7/17	金			部活動中止	終業式
18	土	体育館	③14:00～17:00		
19	日	体育館	①8:00～11:00		
20	月	体育館	②11:00～14:00		海の日
21	火	体育館	③14:00～17:00		
22	水		※詳細は後日	県総体	
23	木		※詳細は後日	県総体	3年三者面談期間(～8/6)
24	金		※詳細は後日	県総体	
25	土	体育館	③14:00～17:00	卒部式	
26	日				
27	月			部活動中止	
28	火	体育館	①8:00～11:00		
29	水	体育館	②11:00～14:00		
30	木	体育館	③14:00～17:00		
31	金	体育館	①8:00～11:00		
8/1	土	体育館	②11:00～14:00		
2	日				
3	月			部活動中止	出校日
4	火	体育館	①8:00～11:00		
5	水	体育館	②11:00～14:00		
6	木	体育館	③14:00～17:00		
7	金	体育館	①8:00～11:00		
8	土	体育館	③14:00～17:00		
9	日				
10	月				
11	火				山の日
12	水				学校閉庁日
13	木				学校閉庁日
14	金				学校閉庁日
15	土				
16	日				
17	月				
18	火				
19	水				
20	木	体育館	①8:00～11:00		
21	金			部活動中止	出校日
22	土	体育館	②11:00～14:00		
23	日				
24	月				
25	火	体育館	②11:00～14:00		
26	水	体育館	③14:00～17:00		
27	木	体育館	①8:00～11:00		
28	金	体育館	②11:00～14:00		
29	土	体育館	③14:00～17:00		
30	日				
31	月				
9/1	火			部活動中止	始業式

部活動完全下校時刻→ 9月～新人戦 18:00

女子ソフトテニス部練習予定

伊集院北中学校

8 月

1	土	始良大会1年生の部(始良総合運動公園)
2	日	(休み)
3	月	出校日 10:30~12:00
4	火	8:00~11:00
5	水	(休み)
6	木	8:00~11:00
7	金	8:00~11:00
8	土	日置地区審判実技講習会(吹上コート)8:30~12:30
9	日	(休み)
10	月	(休み)
11	火	山の日(休み)
12	水	(休み)
13	木	(休み)
14	金	(休み)
15	土	(休み)
16	日	(休み)
17	月	(休み)
18	火	8:00~11:00
19	水	8:00~11:00
20	木	8:00~11:00
21	金	出校日 10:30~12:00
22	土	8:00~11:00
23	日	(休み)
24	月	夏季大会(東開コート 2年団体)
25	火	夏季大会(東開コート 1年団体)
26	水	(休み)
27	木	8:00~11:00
28	金	8:00~11:00
29	土	(休み)
30	日	(休み)
31	月	(休み)

暑さに負けず頑張ろう!
宿題は早めに計画的に済ませよ

※大会参加予定

- 9月5日(土) 県会長杯(個人3ペア)
- 10月7日(水) 地区新人大会(個人)
- 8日(木) 地区新人大会(団体)(伊集院コート)
- 11日(日) 県新人大会(2年団体)(東開コート)
- 12日(月) 県新人大会(1年団体)

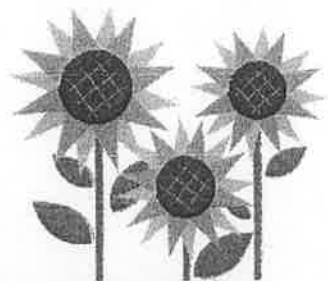
男子ソフトテニス部練習計画 夏休み

日	曜	行事予定	練習時間	備考
18	土		9:00~12:00	
19	日		×	
20	月		×	
21	火		9:00~12:00	
22	水		9:00~12:00	
23	木		9:00~12:00	
24	金		×	
25	土		×	
26	日		×	
27	月		×	
28	火		9:00~12:00	
29	水		始良大会	
30	木		始良大会	
31	金		9:00~12:00	
8/1	土		×	
2	日		×	
3	月	出校日	~12:00	
4	火		9:00~12:00	
5	水		9:00~12:00	
6	木		×	
7	金		×	
8	土		×	
9	日		×	
10	月		×	
11	火		×	
12	水		×	
13	木		×	
14	金		×	
15	土		×	
16	日		×	
17	月		×	
18	火		9:00~12:00	
19	水		9:00~12:00	
20	木		9:00~12:00	
21	金	出校日	~12:00	
22	土		×	
23	日		×	
24	月		9:00~12:00	
25	火		9:00~12:00	
26	水		×	
27	木		9:00~12:00	
28	金		9:00~12:00	
29	土		×	
30	日		×	
31	月		9:00~12:00	

<今後の大会>

- ・9/6(日) 会長杯(個人戦のみ)@東開コート
- ・10/7(水), 8(木) 日置地区新人戦@吹上浜運動公園
- ・10/24(土), 25(日) 第60回鹿児島県中学新人ソフトテニス大会@東開コート

伊集院北中卓球部練習計画



【8月】

※毎週の時間割によっては、下校時刻が変更になる場合があります。

日	月	火	水	木	金	土
2	3	4	5	6	7	8
部活休み	出校日 部活休み	9:00~ 12:00	9:00~ 12:00	9:00~ 12:00	9:00~ 12:00	9:00~ 12:00
9	10	11	12	13	14	15
お疲れ様会 部活休み	部活休み	部活休み	部活休み	部活休み	部活休み	部活休み
16	17	18	19	20	21	22
部活休み	部活休み	部活休み	部活休み	部活休み	出校日 部活休み	9:00~ 12:00
23	24	25	26	27	28	29
部活休み	9:00~ 12:00	9:00~ 12:00	9:00~ 12:00	部活休み	部活休み	9:00~ 12:00
30	31	9/1	2	3(A)	4(A)	5
部活休み	部活休み	部活休み	部活休み	下校時刻 18:30	下校時刻 18:30	9:00~ 12:00

A:A校時 A*:A校時6校時× B:B校時 B*:B校時6校時× 水:水曜校時 特:特別校時 土:土曜校時

新体制のスタートです！

7月で3年生が全員引退し、寂しくなりましたが、2年生を中心に少ない人数でも練習に一生懸命取り組んでいきましょう。3年生がいたときから、何度も繰り返し伝えてきた「練習と休憩のメリハリ」ですが、しっかりとつけられているでしょうか？ タイマーが鳴っているのに座ったままだったり、ラリー中に関係ない話をべらべら話したり、練習態度1つで強さは格段に変わってきます。強くなりたいのであれば、真面目に練習に取り組みましょう。皆さんならできると信じていますよ。夏休みは練習日数が少ないです。その中でも先輩たちがいなくなってもできるんだぞというところを見せなきゃですね😊



令和7年度 伊集院北中陸上競技部 夏休み期間中練習計画表

日	曜日	朝練	場所	時 間	備 考
18	土		県総体 陸上	終日	白波スタジアム
19	日		県総体 陸上	終日	白波スタジアム
20	月			レスト	
21	火			レスト	
22	水			レスト	
23	木		学校	8:30～	駅伝練習(1.5h程度)
24	金		学校	8:30～	駅伝練習(1.5h程度)
25	土			レスト	
26	日			レスト	
27	月			レスト	
28	火		学校	8:30～	駅伝練習(1.5h程度)
29	水			レスト	
30	木		学校	8:30～	駅伝練習(1.5h程度)
31	金		学校	8:30～	駅伝練習(1.5h程度)
1	土			レスト	
2	日		レスト		
3	月		レスト	出校日	
4	火		学校	8:30～	駅伝練習(1.5h程度)
5	水		レスト		(陸部は5日宿題チェック)
6	木		学校	8:30～	駅伝練習(1.5h程度)
7	金		学校	8:30～	駅伝練習(1.5h程度)
8	土				
9	日		第4回記録会		白波スタジアム
10	月		レスト		
11	火		レスト		学校閉庁日
12	水		レスト		学校閉庁日
13	木		レスト		学校閉庁日
14	金		レスト		学校閉庁日
15	土		レスト		
16	日		レスト		
17	月		レスト		
18	火		学校	8:30～	駅伝練習(1.5h程度)
19	水		学校	8:30～	駅伝練習(1.5h程度)
20	木		レスト	出校日	
21	金		学校	13:00～	陸上部 宿題チェック
22	土			レスト	
23	日		レスト		
24	月		学校	8:30～	駅伝練習(1.5h程度)
25	火		学校	8:30～	駅伝練習(1.5h程度)
26	水		レスト		
27	木		レスト		
28	金		レスト		
29	土		レスト		
30	日		レスト		
31	月		学校	8:30～	駅伝練習(1.5h程度)
※練習日・休みが変更になることもあります。 ※練習に参加できない場合、連絡をください。 ※駅伝の参加者は、雨天時は、休みとします。(各自で判断してください)					連絡先(吉永) 090-8413-5737 (城下) 080-8377-7810 連絡はSMSで構いません

吹奏楽部8月 練習計画

2026.7.31

日	月	火	水	木	金	土
2. 休み	3. 出校日 休み	4. 練習 8:30～11:30	5. 練習 8:30～11:30	6. 練習 8:30～11:30	7. 練習 8:30～11:30	8. 休み
9. 休み	10. 休み	11. 休み	12. 休み	13. 休み	14. 休み	15. 休み
16. 休み	17. 休み	18. 練習 8:30～11:30	19. 練習 8:30～11:30	20. 練習 8:30～11:30	21. 出校日 休み	22. 練習 8:30～11:30
23. 妙円寺夏祭り ※集合時間は後日	24. 休み	25. 練習 8:30～11:30	26. 練習 8:30～11:30	27. 練習 8:30～11:30	28. 練習 8:30～11:30	29. 練習 9:00～16:00
30. 休み	31. 練習 8:30～11:30	1. 始業式 練習 ～18:30	2. 休み	3. 練習 ～18:30	4. 練習 ～18:30	5. 練習 9:00～16:00

美術部活動計画

8月

体育大会横断幕
を仕上げる！
後半は文化祭の
出品作品をつく
る！

予定に変更が生じた
際は、掲示するので
確認すること

日	曜	行事	実施	時間
1	土	土曜部活 横断幕制作	○	8:00~11:00
2	日		×	
3	月	出校日	×	
4	火	中止	×	中止
5	水		×	
6	木	横断幕制作	○	9:00~12:00
7	金	横断幕制作	○	9:00~12:00
8	土	土曜部活 横断幕制作	○	8:00~11:00
9	日		×	
10	月		×	
11	火		×	
12	水		×	
13	木		×	
14	金		×	
15	土		×	
16	日		×	
17	月		×	
18	火		×	
19	水		×	
20	木		×	
21	金	出校日	×	
22	土	土曜部活 横断幕・文化祭制作	○	8:00~11:00
23	日		×	
24	月	横断幕・文化祭制作	○	9:00~12:00
25	火	横断幕・文化祭制作	○	9:00~12:00
26	水		×	
27	木	横断幕・文化祭制作	○	9:00~12:00
28	金	横断幕・文化祭制作	○	9:00~12:00
29	土	土曜部活 横断幕・文化祭制作	○	8:00~11:00
30	日		×	