

鳥取県立倉吉西高等学校硬式野球部年間活動計画

部員数	男子１０名 女子２名 合計１２名
顧問氏名	第１：宇田川翔 第２：桑田恭幸 第３：長尾美都子
活動日	月、火、水、木、金、土
休養日	日曜日
活動時間	平日・・・３時間 休日・・・４時間
活動場所	本校グラウンド

活動目標	・生徒が主体となって活動するとともに、基本的な学校生活を大切に取り組む。 ・地域・生徒から親しまれ、応援される野球部を目指す。 ・様々な経験を通し、社会で通用する資質・能力を身につける。
------	---

月	公式戦等	その他（練習試合、合宿等）	練習内容
４月	春季県大会	練習試合	基礎技術練習 実践練習
５月		練習試合	基礎技術練習 実践練習
６月	中国地区大会 山陰大会	練習試合	基礎技術練習 実践練習
７月	選手権鳥取県大会	練習試合	基礎技術練習 実践練習
８月	全国高等学校野球選手権大会 中部地区リーグ戦	練習試合	基礎技術練習 実践練習
９月	秋季県大会	練習試合	基礎技術練習 実践練習
１０月	中国地区大会 中部地区新人戦	練習試合	基礎技術練習 実践練習
１１月			基礎トレーニング 基礎技術練習
１２月			基礎トレーニング 基礎技術練習
１月			基礎トレーニング 基礎技術練習
２月			基礎トレーニング 基礎技術練習
３月	選抜高等学校野球大会 中部地区交流戦	練習試合	基礎技術練習 実践練習

備考
土・日曜日に試合等が入った場合、月曜日を休養日とします。

鳥取県立倉吉西高等学校サッカー部年間活動計画

部員数	男子17名 女子4名 合計21名
顧問氏名	第1：堀江 駿 第2：齋尾 昭則 外部指導者 川本 水木
活動日	月、水、木、金、土
休養日	火、日
活動時間	(平日) 月・水・木・金・・・・・・2.5時間(16:00～18:30) (休日) 土・・・・・・3時間(9:00～12:00)
活動場所	サッカーグラウンド

活動目標	○生徒が楽しいをモットーに主体的に取り組める部活動 ○部活動の充実を学校全体の活性化に役立たせる。
------	--

月	公式戦等	その他(練習試合、合宿等)	練習内容
4月	わかとりリーグ		県高校総体に向けたトレーニング
5月	わかとりリーグ 県高校総体	練習試合	県高校総体に向けたトレーニング
6月		練習試合	選手権に向けたトレーニング
7月		練習試合	選手権に向けたトレーニング
8月		練習試合	選手権に向けたトレーニング
9月	わかとりリーグ	練習試合	選手権に向けたトレーニング
10月	わかとりリーグ 選手権	練習試合	選手権に向けたトレーニング
11月	新人戦	練習試合	新人戦に向けたトレーニング
12月		練習試合	基礎練習 個人のスキルアップ
1月		練習試合	基礎練習 個人のスキルアップ
2月		練習試合	基礎練習 個人のスキルアップ
3月		練習試合	県高校総体に向けたトレーニング

備考	日曜日に練習試合、公式戦等が入った場合、月曜日に休養日とする。
----	---------------------------------

鳥取県立倉吉西高等学校自転車競技部年間活動計画

部員数	男子8名 女子8名 合計16名
顧問氏名	第1：村出真一朗 第2：中谷龍歩 東可奈子 外部指導者：金田弘司
活動日	月、火、水、木、金、土
休養日	日
活動時間	(平日) 月・火・水・木・金・・・3時間 (休日) 土・・・・・・・・・・・・4時間(8:30～12:30)
活動場所	一般公道、倉吉自転車競技場、尚操会館、ゆめきらトレーニング室

活動目標	○生徒が主体的に取り組める部活動 ○部活動の充実を学校全体の活性化に役立たせる ○ブロック大会、全国大会入賞・優勝を目指す
------	---

月	公式戦等	その他(練習試合、合宿等)	練習内容
4月			基礎トレーニング
5月	県高校総体	ゴールデンウィーク合宿(連盟事業) 国体強化合宿(連盟事業)	県総体、ブロック大会に向けての練習
6月	中国大会ロード 中国大会トラック 全日本選手権ロード	国体強化合宿(連盟事業)	ブロック大会、全国総体に向けての練習
7月	国民体育大会選考会 JOC オリンピックカップ 全国高校総体	国体強化合宿(連盟事業) ロード合宿(連盟事業)	全国高校総体に向けての練習
8月	中国地域選手権 ツアー・オブ・九州	強化合宿 中・四国ブロック合宿	秋季大会、国体に向けての練習
9月	全日本選手権トラック 全国都道府県対抗	国体強化合宿(連盟事業)	秋季大会、国体に向けての練習
10月	国民体育大会 県秋季大会(新人戦)	県外大会への参加	秋季大会、国体に向けての練習
11月	全国ジュニアロード	県外大会への参加	基礎トレーニング
12月		冬季合宿(連盟事業)	基礎トレーニング 体幹トレーニング
1月	ウィンターカップ	県強化合宿(連盟事業)	基礎技術練習 県外大会に向けて練習
2月	ウィンターカップ	県外大会への参加 県強化合宿(連盟事業)	全国選抜大会に向けての練習
3月	西日本チャレンジロード 全国高校選抜大会		全国選抜大会に向けての練習

備考	大会、合宿は個人によって参加状況が異なる。対象選手のみが参加する。
----	-----------------------------------

鳥取県立倉吉西高等学校陸上競技部年間活動計画

部員数	男子2名 女子8名 合計10名
顧問氏名	第1：佐藤 真奈美 第2： 金田 亮子 部活動指導員：岡本 亘 外部指導者：高力 裕也
活動日	月、火、水、金、土
休養日	日、木
活動時間	(平日) 月・火・水・金・・・1. 5時間(16:00～17:30) (休日) 土・・・・・・・3時間(9:00～12:00)
活動場所	(平日) 校内グラウンド、倉吉市営陸上競技場、倉吉総合産業高校

活動目標	○生徒が主体的に取り組める部活動 ○部活動の充実を学校全体の活性化に役立たせる。 ○部活動を通して何事にも目標を持って取り組む姿勢を身につける。
------	--

月	公式戦等	その他(練習試合、合宿等)	練習内容
4月	記録会		記録会に向けて練習
5月	県選手権、国体選手選考会 記録会、県総体		県総体に向けて練習
6月	倉吉市選手権大会		倉吉市選手権大会に 向けて練習
7月			新人戦に向けて練習
8月			新人戦に向けて練習
9月	記録会 県新人戦		新人戦に向けて練習
10月	記録会 中国新人		新人戦に向けて練習
11月	記録会 会長杯		会長杯に向けて練習
12月			基礎技術練習 体づくり練習
1月			基礎技術練習 体づくり練習
2月			基礎技術練習 体づくり練習
3月			基礎技術練習 体づくり練習

備考

鳥取県立倉吉高等学校弓道部年間活動計画

部員数	男子 20 名, 女子 25 名 合計 45 名
顧問氏名	第 1 : 福田賀博 第 2 : 前田将司 第 3 : 山松慶子
活動日	月、火、水、木、金、土
休養日	日
活動時間	(平日) 月・火・水・木・金・・・3時間 (休日) 土・・・・・・・・・4時間 (9:00～12:00)
活動場所	弓道場

活動目標	○生徒が主体的に取り組める部活動 ○部活動の充実を学校全体の活性化に役立たせる。
------	---

月	公式戦等	その他 (練習試合、合宿等)	練習内容
4 月	国体予選会 中国大会県予選会		中国大会県予選会に向けての練習
5 月	県高校総体	弓道フェスティバル山口大会 (県外)	県総体に向けての練習
6 月	中国大会		中国大会に向けての練習
7 月	国体中国ブロック大会		全国高校総体に向けての練習
8 月	全国高校総体		全国高校総体に向けての練習
9 月	国民体育大会	秋季弓道練成大会 (県外)	国民体育大会に向けての練習
10 月	県高校新人戦		新人戦に向けての練習
11 月	中国弓道新人大会		中国新人大会に向けての練習
12 月	全国選抜大会	高校生弓道大会 (県内)	全国選抜大会に向けての練習
1 月		2 年生大会	来シーズン大会に向けての練習
2 月	国体強化大会	1 年生大会	来シーズン大会に向けての練習
3 月			来シーズン大会に向けての練習

備考

鳥取県立倉吉西高等学校バレーボール部年間活動計画

部員数	女子１０名 合計１０名
顧問氏名	第１：前田幸男 第２：川北多美 第３：船越省吾（部活動指導員）
活動日	月、火、木、金、土
休養日	水、日
活動時間	（平日）月・火・木・金・・・２時間 （休日）土・・・・・・・・・・・・・３時間
活動場所	体育館

活動目標	○生徒が主体的に取り組める部活動
------	------------------

月	公式戦等	その他（練習試合、合宿等）	練習内容
４月	中国高校地区予選・県大会		中国高校県大会に向けての練習
５月	県高校総体		県総体に向けての練習
６月			春高県大会に向けての練習
７月			春高県大会に向けての練習
８月		練習試合（夏季休業中）	春高県大会に向けての練習
９月			春高県大会に向けての練習
１０月	春高地区予選		春高県大会に向けての練習
１１月	春高県大会		春高県大会に向けての練習
１２月	新人戦地区予選	練習試合（冬季休業中）	新人戦県大会に向けての練習
１月	新人戦県大会		新人戦県大会に向けての練習
２月			中国高校県大会に向けての練習
３月		練習試合（春季休業中）	中国高校県大会に向けての練習

備考 特になし

鳥取県立倉吉高等学校バスケットボール部年間活動計画

部員数	男子部 26 名（内マネ 5 名） 女子部 7 名（内マネ 3 名） 合計 33 名
顧問氏名	第 1：松田貢一 第 2：木村大助 第 3：小林早希
活動日	月（女子 OFF）、火（男子トレーニング）、水、木、金、土
休養日	日、考查前、盆、年末年始
活動時間	（平日）月・火・水・木・金・・・2 時間 （休日）土・・・・・・・・・・・・・・4 時間（9：00～12：30）
活動場所	体育館

活動目標	○生徒が主体的に考えを出し合いながら取り組める部活動。 ○全力を尽くし、その中で、全力で楽しみ、一人一人が成長していける部活動。
------	---

月	公式戦等	その他（練習試合、合宿等）	練習内容
4 月			実践練習
5 月	県高校総体	ゴールデンウィーク合宿	県総体に向けての練習
6 月	ブロック大会 リーグ戦		基本練習
7 月	リーグ戦		基本練習
8 月	全国高校総体 リーグ戦	県外練習試合（夏季休業中）	基本練習
9 月	リーグ戦		実践練習
10 月	リーグ戦		ウインターカップ予選 に向けての練習
11 月	ウインターカップ予選		新人戦地区予選に向け ての練習
12 月	新人戦地区予選 ウインターカップ	冬季合宿（冬季休業中）	新人戦地区予選に向け ての練習
1 月	県新人戦		県新人戦に向けての練 習
2 月	ブロック新人大会		基本練習
3 月	リーグ戦入替戦	県外練習試合（春季休業中）	実践練習

備考

鳥取県立倉吉西高等学校バドミントン部年間活動計画

部員数	男子 27名 ・ 女子 12名 合計 39名
顧問氏名	第1：桑田 亨 第2：齋尾 康紀 第3：吉岡 彩那 外部指導者：宮前 知弘
活動日	月、火、水、金、土
休養日	木、日
活動時間	(平日) 月・火・水・金・・・3時間 (休日) 土・・・・・・・・・・4時間 奇数日 9:00～13:00 偶数日 13:00～17:00
活動場所	夢きら2F

活動目標	○生徒が主体的に取り組める部活動 ○部活動の充実を学校全体の活性化に役立たせる。
------	---

月	公式戦等	その他（練習試合、合宿等）	練習内容
4月	県高校総体地区予選会	春季総合大会地区予選会	県総体に向けての練習
5月	県高校総体	県春季総合大会	県総体に向けての練習
6月			基礎トレーニング 基礎技術練習
7月			基礎トレーニング 基礎技術練習
8月		練習試合（夏季休業中）	新人戦地区予選会に向けての練習
9月	新人戦地区予選会		新人戦地区予選会に向けての練習
10月			新人戦県大会に向けての練習
11月	新人戦県大会		新人戦県大会に向けての練習
12月			新春総合地区予選会に向けての練習
1月		新春総合地区予選会 1・2年生大会	1・2年生大会に向けての練習
2月		県新春総合大会	基礎トレーニング 基礎技術練習
3月		練習試合（春季休業中）	県総体地区予選会に向けての練習

備考	県総体団体出場者または個人戦（S・W）県大会出場権を獲得できなかった3年生は4月末までの活動となる。
----	--

鳥取県立倉吉西高等学校ソフトテニス部 年間活動計画

部員数	女子7名 男子3名 合計10名
顧問氏名	第1：西垣 航平 第2：田村 絢 第3：山根 知子 外部指導者：富山 雅弘
活動日	月、火、木、金、土（日）
休養日	水、日（土）
活動時間	（平日）月・火・木・金・・・3時間 （休日）土（日）・・・・・・4時間（8：30～12：30）
活動場所	テニスコート

活動目標	○生徒が主体的に取り組める部活動 ○部活動の充実を学校全体の活性化に役立たせる。
------	---

月	公式戦等	その他（練習試合、合宿等）	練習内容
4月	国体一次予選 県総体中部地区予選会	ルーセントカップ	県総体中部地区予選会 に向けての練習
5月	県高校総体		県総体に向けての練習
6月			基礎練習
7月	（中国大会）	米増杯	基礎練習
8月	（全国高校総体）	秋田・広富杯	新人戦地区予選に向け ての練習
9月	新人戦中部地区予選会	西島杯	県新人戦に向けての練 習
10月	県新人戦		県新人戦に向けての練 習
11月	（選抜インドア大会）		インドア大会に向けて の練習
12月	中部地区高校インドア大 会	中部地区インドア大会（一般）	基礎練習
1月	（中国大会）		基礎練習
2月			基礎練習
3月			基礎練習

備考
※雨天時、降雪時に体育館が使用できる場合は、体育館で練習します。体育館が使用できない場合は、屋内で体幹トレーニングなどを行います。
※3年次は、5月下旬～6月初旬に行われる高校総体（勝ち上がれば7月中旬の中国大会や8月上旬の全国大会）で引退となります。
※顧問や外部指導者の都合で土曜日の代わりに日曜日に活動を行う場合もあります。

鳥取県立倉吉西高等学校卓球部 年間活動計画

部員数	男子3名 女子4名
顧問氏名	第1：近藤 雅彦 第2：河原 教子 外部指導者：戸羽 洋平、田口 孝志
活動日	月、火、水、木、金、土
休養日	日、活動日のうち1日休み
活動時間	(平日) 2時間 (休日) 3時間
活動場所	夢きら体育館

活動目標	・生徒が主体的に取り組める部活動. ・学校全体の見本となるような集団づくり. ・地域から応援される部活動.
------	---

月	公式戦等	その他（練習試合、合宿等）	練習内容
4月	春季高校選手権 (地区予選, 県大会)		通常練習
5月	琴浦町長杯 県高校総体		通常練習
6月	中国高校卓球選手権		※総体～西高祭は休養期間
7月	国民体育大会県予選会		通常練習
8月	(全国高校総体)	練習試合	通常練習
9月	倉吉市選手権 鳥取県団体リーグ		通常練習
10月	新人戦中部地区予選		通常練習
11月	新人戦県大会		通常練習
12月	中部地区選手権 (中国選抜大会)		通常練習
1月	鳥取県選手権（個人・団体）	練習試合	通常練習
2月			通常練習 ※考査終了まで休養
3月	倉吉リーグ (全国選抜大会)		通常練習

備考	・3年生は県総体後受験に向けて学習に専念する. ・県総体～6月考査～西高祭までは学習と学校行事に集中するため休養期間を設ける. ・2月は考査終了までは学習に集中するため休養期間を設ける. ・県総体前, 新人戦前は土・日とも練習することがあるが, その分は試合後にまとまった休養日を設ける.
----	---