

(水泳)部 (2月) 月間計画

活動計画									
日	曜	参加予定大会、学校行事等	場所	備考	朝練	予定		活動日	休養日
						時間帯	時間		
1	日		えいしSO砥部	制服外登下校		午後	2	○	
2	月	①～⑦限40分授業生活指導週間(～9日)	本校プール			午前	1	○	
3	火		本校プール			午前	1.5	○	
4	水	セントラルマラソン							○
5	木	セントラルマラソン予備日							○
6	金		本校プール			放課後	1.5	○	
7	土	ベネッセ共通テスト模試(2年)①							○
8	日	ベネッセ共通テスト模試(2年)②	えいしSO砥部	制服外登下校		午後	2	○	
9	月		本校プール			午前	1	○	
10	火		本校プール			午前	1.5	○	
11	水	建国記念の日							○
12	木	登校日(3年) 学年末考査発表(1, 2年)							○
13	金	個人写真撮影(1・2年)							○
14	土								○
15	日								○
16	月	振替休日(3/1分)							○
17	火								○
18	水								○
19	木	学年末考査①							○
20	金	学年末考査②							○
21	土								○
22	日								○
23	月	天皇誕生日							○
24	火	学年末考査③							○
25	水	学年末考査④							○
26	木	学年末考査⑤ 大掃除・ワックス掛け	本校プール			放課後	1.5	○	
27	金	式場準備・予行 同窓会入会式 表彰式 卒業式予行 図書館報発行							○
28	土								○

来月の予定

計 画	
活動日	休養日
8	20

(水泳)部 (1月) 月間計画

活動計画									
日	曜	参加予定大会、学校行事等	場所	備考	朝練	予定		活動日	休養日
						時間帯	時間		
1	木	元日							○
2	金								○
3	土								○
4	日								○
5	月		本校プール			午前	2	○	
6	火		本校プール			午前	2	○	
7	水		本校プール			午前	2	○	
8	木	始業式 大掃除 課題テスト(1・2年) 授業(3年)							○
9	金	面談月間(～2/6)	本校プール			放課後	1.5	○	
10	土	ベネッセ直前模試(3年希望者)①							○
11	日	ベネッセ直前模試(3年希望者)②	えいしSO砥部	制服外登下校		午後	2	○	
12	月	成人の日							○
13	火		本校プール			放課後	1.5	○	
14	水		本校プール			放課後	1	○	
15	木	高齢者施設交流訪問説明会(1年⑦限)							○
16	金		本校プール			放課後	1.5	○	
17	土	大学入学共通テスト① ベネッセ総合学力テスト(1・2年)①							○
18	日	大学入学共通テスト② ベネッセ総合学力テスト(2年)②	えいしSO砥部	制服外登下校		午後	2	○	
19	月	共通テスト自己採点(3年、午前) 第3回生活アンケート(～23日)	本校プール			放課後	1	○	
20	火		本校プール			放課後	1.5	○	
21	水		本校プール			放課後	1	○	
22	木	全校集会(5分短縮)、木①～③45分授業、④限交通安全教育講演会、⑤限45分授業、人権・同和教育HR活動(1・2年)							○
23	金	第3回実用英語技能検定(一次)	本校プール			放課後	1.5	○	
24	土	土曜ゼミ(1年)							○
25	日		えいしSO砥部	制服外登下校		午後	2	○	
26	月	40分授業(月①～⑦)	本校プール			放課後	1	○	
27	火		本校プール			放課後	1.5	○	
28	水		本校プール			放課後	1	○	
29	木	45分授業(①～④)、特色入学者選抜準備⑤限～ 金融経済教育セミナー②限、学年集会③限(3年) HR活動(3年④限)							○
30	金	特色入学者選抜							○
31	土	県学力テスト(1・2年)							○
来月の予定									

計 画

活動日 休養日

17 14

(水泳)部 (12月) 月間計画

活動計画									
日	曜	参加予定大会、学校行事等	場所	備考	朝練	予定		活動日	休養日
						時間帯	時間		
1	月	2学期末考査④ 体育館ライン引き(予備日)							○
2	火	2学期末考査⑤	本校プール			放課後	2	○	
3	水		本校プール			放課後	1	○	
4	木	生活指導週間(～10日)							○
5	金	代議員専門委員会⑤ セントラルマラソン大会前健康診断 PTA生活委員交通安全指導⑧ 高齢者介護護体験学習(203午後)	本校プール			放課後	1.5	○	
6	土	大進研直前模試(3年希望者)①	コミセン	制服外登下校		午後	2	○	
7	日	大進研直前模試(3年希望者)②	平和島スポーツ交流センター	制服外登下校 希望者記録会		終日	12	○	
8	月		本校プール			放課後	1	○	
9	火	高齢者介護護体験学習(209午後)	本校プール			放課後	1.5	○	
10	水	グループマッチ	本校プール			放課後	1	○	
11	木	グループマッチ予備日							○
12	金	高齢者介護体験学習(204午後)	本校プール			放課後	1.5	○	
13	土								○
14	日		えいしSC砥部	制服外登下校		午後	2	○	
15	月	40分授業⑥限まで	本校プール			放課後	1	○	
16	火	午前中授業(40分)・保護者懇談会①	本校プール			放課後	2	○	
17	水	午前中授業(40分)・保護者懇談会②	本校プール			放課後	2	○	
18	木	午前中授業(40分)・保護者懇談会③							○
19	金	終業式 大掃除 HR活動 保護者懇談会④ 中央高校通信発行	本校プール			放課後	2	○	
20	土	代ゼミ直前模試(3年希望者)①							○
21	日	代ゼミ直前模試(3年希望者)②	えいしSC砥部	制服外登下校		午後	2	○	
22	月								○
23	火	冬季ゼミ① 図書館開館(～26)	本校プール			放課後	2	○	
24	水	冬季ゼミ②	本校プール			放課後	2	○	
25	木	冬季ゼミ③	本校プール			放課後	2	○	
26	金	冬季ゼミ④	本校プール			放課後	2	○	
27	土								○
28	日								○
29	月								○
30	火								○
31	水								○
来月の予定									

計 画	
活動日	休養日
19	12

(水泳)部 (11月) 月間計画

活動計画									
日	曜	参加予定大会、学校行事等	場所	備考	朝練	予定		活動日	休養日
						時間帯	時間		
1	土	ベネッセ共通テスト模試(3年)① ベネッセ総合学力テスト(1・2年)	コミュニティセンター	制服外登下校		午後	2	○	
2	日	ベネッセ共通テスト模試(3年)②							○
3	月	文化の日							○
4	火	3年7限平常ゼミB 高齢者介護体験学習(201午後)	本校プール			放課後	1.5	○	
5	水		本校プール			放課後	1	○	
6	木								○
7	金	学校徴収金口座振替日 3年7限平常ゼミC 高齢者介護体験学習(208午後)	本校プール			放課後	1.5	○	
8	土	土曜ゼミ(1・2年)	本校プール	制服外登下校		午後	2	○	
9	日	第2回実用英語技能検定(二次)	マコトSC双葉	制服外登下校 記録会 (参加者のみ)		終日	8	○	
10	月	学校評価(保護者、教職員)・授業評価(生徒) アンケート(～14)	本校プール			放課後	1	○	
11	火	愛媛大学医学部附属病院看護体験学習①(2年医療看護コース) 高 齢者介護体験学習(205午後) 3年7限平常ゼミA	本校プール			放課後	1.5	○	
12	水	愛媛大学医学部附属病院看護体験学習②(2 年医療看護コース)	本校プール			放課後	1	○	
13	木	同窓生による授業(1年⑤HR、2年⑥HR、 ⑦限は木⑤) 愛媛県高等学校総合文化祭①							○
14	金	愛媛県高等学校総合文化祭② 高齢者介護体験学習(202午後)	本校プール			放課後	1.5	○	
15	土	愛媛県高等学校総合文化祭③ 1年教室第1教棟1・2F LED照明設置工事 終日							○
16	日	愛媛県高等学校総合文化祭④	えいしSC砦部	制服外登下校		午後	2	○	
17	月		本校プール			放課後	1	○	
18	火	令和7年度県立学校人権・同和教育訪問 (①～③、準備、午後、HR公開授業、協議等)							○
19	水	2学期末考査発表							○
20	木								○
21	金								○
22	土								○
23	日	勤労感謝の日							○
24	月	振休							○
25	火								○
26	水	2学期末考査① 体育館ライン引き工事体育館使用不可(～28日)							○
27	木	2学期末考査②							○
28	金	2学期末考査③							○
29	土								○
30	日								○

来月の予定

計 画

活動日 休養日

12 18

(水泳)部 (10月) 月間計画

活動計画									
日	曜	参加予定大会、学校行事等	場所	備考	朝練	予定		活動日	休養日
						時間帯	時間		
1	水								○
2	木	読書活動HR活動(全学年、⑦限)							○
3	金	第2回実用英語技能検定(一次)							○
4	土								○
5	日								○
6	月								○
7	火	2学期中間考査①							○
8	水	2学期中間考査②							○
9	木	2学期中間考査③							○
10	金	2学期中間考査④	本校プール			放課後	2	○	
11	土	ベネッセ記述模試(3年)①							○
12	日	ベネッセ記述模試(3年)②							○
13	月	スポーツの日 U18バスケットボール試合会場							○
14	火	第2回生活アンケート(～17日) 40分授業 生徒面接① 代議員・専門委員会④	本校プール			放課後	2	○	
15	水	40分授業 生徒面接②	本校プール			放課後	1.5	○	
16	木	コース選択説明会(1年)、型・科目選択説明 会(2年) 生活指導週間(～22日)							○
17	金	40分授業 生徒面接③ 3年7限平常ゼミB	本校プール			放課後	2	○	
18	土		本校プール	制服外登下校		午前	2	○	
19	日								○
20	月	人権・同和教育講演会(40分×7限後) 自転車車体検査(～27日)	本校プール			放課後	1.5	○	
21	火	40分授業 生徒面接④	本校プール			放課後	2	○	
22	水		本校プール			放課後	1.5	○	
23	木	学部・学科説明会(1・2年⑤⑥ ⑦限は木⑤の 授業)							○
24	金		本校プール			放課後	2	○	
25	土	全統共通テスト模試(3年)① 女子バスケット ボール予選会場	本校プール	制服外登下校		午前	2	○	
26	日	全統共通テスト模試(3年)②							○
27	月		本校プール			放課後	1.5	○	
28	火	40分授業 生徒面接⑤ 3年7限平常ゼミC	本校プール			放課後	2	○	
29	水		本校プール			放課後	1.5	○	
30	木	公開授業参観①							○
31	金	公開授業参観② 3年7限平常ゼミA	本校プール			放課後	2	○	
来月の予定									

計 画	
活動日	休養日
14	17

(水泳)部 (9月) 月間計画

活動計画									
日	曜	参加予定大会、学校行事等	場所	備考	朝練	予定		活動日	休養日
						時間帯	時間		
1	月	学年練習④ 全学年練習②							○
2	火	運動会総練習							○
3	水	運動会準備							○
4	木	運動会(雨天時金①～⑥)							○
5	金	運動会予備日①	本校プール			放課後	2	○	
6	土		本校プール			午前	2	○	
7	日	県立学校進学フェア(エミフルMASAKI)							○
8	月	運動会予備日②	本校プール			放課後	1.5	○	
9	火	3年7限平常ゼミ(C)	本校プール			放課後	2	○	
10	水		本校プール			放課後	1.5	○	
11	木	面談月間(～10/10)							○
12	金	3年7限平常ゼミ(A)	本校プール			放課後	2	○	
13	土	ベネッセ共通テスト模試(3年)①	本校プール			午前	2	○	
14	日	ベネッセ共通テスト模試(3年)②							○
15	月	敬老の日							○
16	火	代議員会専門委員会(中央祭) <1, 2年>3年平常ゼミ(B)	本校プール			放課後	2	○	
17	水		本校プール			放課後	1.5	○	
18	木	進路説明会(3年)							○
19	金		本校プール			放課後	2	○	
20	土		本校プール			午前	2	○	
21	日								○
22	月	特別時間割	本校プール			放課後	2	○	
23	火	秋分の日							○
24	水		本校プール			放課後	1.5	○	
25	木	①～④授業、中央祭準備(午後)							○
26	金	中央祭	アクアパレット			放課後	2	○	
27	土		本校プール			午前	2	○	
28	日		宇和島市スポーツセンター			終日	12	○	
29	月		本校プール			放課後	2	○	
30	火	2学期中間考査発表							○

来月の予定

計 画	
活動日	休養日
17	13

(水泳)部 (8月) 月間計画

活動計画									
日	曜	参加予定大会、学校行事等	場所	備考	朝練	予定		活動日	休養日
						時間帯	時間		
1	金		本校プール	制服外登下校		午前	2	○	
2	土		本校プール	制服外登下校		午前	2	○	
3	日								○
4	月		本校プール	制服外登下校		午前	2	○	
5	火		本校プール	制服外登下校		午前	2	○	
6	水		本校プール	制服外登下校		午前	2	○	
7	木		本校プール	制服外登下校		午前	2	○	
8	金		本校プール	制服外登下校		午前	2	○	
9	土		本校プール	制服外登下校		午前	2	○	
10	日								○
11	月	同窓会総会 (17:00～ホテルマイステイズ松山) 山の日							○
12	火	サウンドトレイン(18:00～松山市民会館)							○
13	水								○
14	木	学校閉庁日							○
15	金	学校閉庁日							○
16	土		本校プール	制服外登下校		午前	2	○	
17	日								○
18	月	運動会準備開始(3年)	本校プール	制服外登下校		午前	2	○	
19	火	全統記述模試(1・2年) 県学力テスト(3年)①	本校プール	制服外登下校		午後	2	○	
20	水	県学力テスト(3年)② 夏季ゼミ(1・2年) ブックトーク&メディカルトーク(209) 13:00～15:00	本校プール	制服外登下校		午後	2	○	
21	木								○
22	金		本校プール	制服外登下校		午前	2	○	
23	土		本校プール	制服外登下校		午前	2	○	
24	日								○
25	月	始業式 大掃除 HR活動、課題テスト(1・2年)・授業(3年) グループ集会、運動会準備開始 部活動禁止(～9/4)							○
26	火	45分授業 学年練習① 運動会係会①							○
27	水	学年練習②							○
28	木								○
29	金	学年練習③ 全学年練習① 運動会係会②							○
30	土								○
31	日								○
来月の予定									

計 画

活動日 休養日

14 17

(水泳)部 (7月) 月間計画

活動計画									
日	曜	参加予定大会、学校行事等	場所	備考	朝練	予定		活動日	休養日
						時間帯	時間		
1	火	1学期末考査⑤ 熱中症講話(放送) 野球応援練習① 大掃除・ワックス掛け(12:15～)	本校プール			放課後	2	○	
2	水		本校プール			放課後	2	○	
3	木	生活指導週間(～9日) 性教育講話(2年⑦限HR活動)							○
4	金	40分授業 非行防止教室 代議員・専門委員会②	本校プール			放課後	2	○	
5	土	ベネッセ記述模試(3年)① ベネッセ総合学力テスト(1・2年)	本校プール	制服外登下校		午後	2	○	
6	日	第1回実用英語技能検定(二次) ベネッセ記述模試(3年)②							○
7	月	学校評価・授業評価アンケート(～11)	本校プール			放課後	2	○	
8	火	グループ結団式・グループマッチ	本校プール			放課後	2	○	
9	水	グループマッチ予備日	本校プール			放課後	2	○	
10	木	全国高校総体・高校野球県大会・水泳四国総 体壮行会							○
11	金	高校野球開会式(15:30～)	本校プール			放課後	2	○	
12	土	土曜ゼミ(1・2年)	本校プール	制服外登下校		午後	2	○	
13	日								○
14	月	40分授業(①～⑥限)	本校プール			放課後	2	○	
15	火	午前中授業・保護者懇談会①	本校プール			放課後	2	○	
16	水	午前中授業・保護者懇談会②	本校プール			放課後	2	○	
17	木	午前中授業・保護者懇談会③							○
18	金	終業式 HR活動 保護者懇談会④ 修学旅行積立金説明会(1年)	高知県	四国総体前日		終日	7	○	
19	土	四国総体(水泳)①	高知県	四国総体		終日	11	○	
20	日	四国総体(水泳)②	高知県	四国総体		終日	11	○	
21	月	海の日							○
22	火	夏季ゼミ① 図書館開館(～28) 応急手当講習会(9:00～11:00 体育館)	本校プール			放課後	2	○	
23	水	夏季ゼミ② 中学生校内見学会① 松山市民病院看護体験(209)①	本校プール			放課後	2	○	
24	木	夏季ゼミ③ 中学生校内見学会② イングリッシュキャンプ(2年英語 系)① 松山市民病院看護体験(209)②	本校プール			放課後	2	○	
25	金	夏季ゼミ④ 中学生校内見学会③ イングリッシュキャンプ(2年英語 系)② 松山市民病院看護体験(209)③	本校プール			放課後	2	○	
26	土	全統共通テスト模試(3年)①	本校プール	制服外登下校		午前	2	○	
27	日	全統共通テスト模試(3年)②							○
28	月	夏季ゼミ⑤	本校プール			放課後	2	○	
29	火		本校プール			午前	2	○	
30	水		本校プール			午前	2	○	
31	木								○

来月の予定

計 画

活動日 休養日

23

8

(水泳)部 (6月) 月間計画

活動計画									
日	曜	参加予定大会、学校行事等	場所	備考	朝練	予定		活動日	休養日
						時間帯	時間		
1	日	愛媛県高等学校総合体育大会③							○
2	月	愛媛県高等学校総合体育大会④	本校プール			放課後	2	○	
3	火	公開授業参観①	アクアパレット			放課後	2	○	
4	水	公開授業参観②イングリッシュデー	本校プール			放課後	2	○	
5	木	主権者教育講演会⑦限(2, 3年)							○
6	金	40分授業生徒面接①	アクアパレット			放課後	2	○	
7	土	ベネッセ共通テスト模試(3年)①	本校プール	制服外登下校		午後	2	○	
8	日	ベネッセ共通テスト模試(3年)							○
9	月		本校プール			放課後	2	○	
10	火	40分授業 生徒面接③	本校プール			放課後	2	○	
11	水	40分授業 生徒面接④	本校プール			放課後	2	○	
12	木	大権*向和教育NTR活動(全学年) 眼科検診(抽出生徒)							○
13	金	40分授業 生徒面接⑤ 3年7限平常ゼミ開始	アクアパレット	県総体 前日準備		午後	6	○	
14	土	四国総体①	アクアパレット	県総体 制服外登下校		終日	10	○	
15	日	四国総体②	アクアパレット	県総体 制服外登下校		終日	10	○	
16	月	四国総体③	本校プール			放課後	2	○	
17	火		本校プール			放課後	2	○	
18	水	1学期末考査発表							○
19	木	医療有護系コース体験活動(209⑥)(7限)							○
20	金	消費者教育講演会(7限)(1年)							○
21	土								○
22	日								○
23	月								○
24	火	運動会実行委員会							○
25	水	1学期末考査①							○
26	木	1学期末考査②							○
27	金	1学期末考査③							○
28	土								○
29	日								○
30	月	1学期末考査④							○
来月の予定									

計 画	
活動日	休養日
13	17

(水泳)部 (5月) 月間計画

活動計画

日	曜	参加予定大会、学校行事等	場所	備考	朝練	予定		活動日	休養日
						時間帯	時間		
1	木	眼科検診前保健調査							○
2	金		本校プール			放課後	2	○	
3	土	憲法記念日 ジュニアアスリート事業17:00～体育館	アクアバレット	制服外登下校		午前	2	○	
4	日	みどりの日							○
5	月	こどもの日							○
6	火	振替休日							○
7	水		本校プール	プール開き		放課後	2	○	
8	木	修学旅行結団式(2年)	本校プール			放課後	2	○	
9	金	クリーンえひめ	アクアバレット			放課後	2	○	
10	土	PTA総会・教育後援会総会							○
11	日								○
12	月	振替休日							○
13	火	海外修学旅行①	アクアバレット			放課後	2	○	
14	水	修学旅行(2年)①・海外② 遠足(1・3年)	本校プール			放課後	2	○	
15	木	修学旅行(2年)②・海外③							○
16	金	修学旅行(2年)③・海外④	アクアバレット			放課後	2	○	
17	土	修学旅行(2年)④・海外⑤	アクアバレット	制服外登下校		午前	2	○	
18	日								○
19	月	振替休日(2年) 教育実習(～30日・～6月6日)	本校プール			放課後	2	○	
20	火		アクアバレット			放課後	2	○	
21	水		本校プール			放課後	2	○	
22	木	生徒指導週間(～28日) 心理検査(1年CP)							○
23	金	第1回実用英語技能検定	アクアバレット			放課後	2	○	
24	土		アクアバレット	制服外登下校		午前	2	○	
25	日		アクアバレット	制服外登下校 記録会		終日	12	○	
26	月	生徒会役員選挙(主権者教育含む)	本校プール			放課後	2	○	
27	火		アクアバレット			放課後	2	○	
28	水		本校プール			放課後	2	○	
29	木	県総体壮行会 愛媛県高等学校総体体育大会(7限)							○
30	金	(開会式)	アクアバレット			放課後	2	○	
31	土	愛媛県高等学校総体体育大会 (女子バスケット会場)	アクアバレット	制服外登下校		午前	2	○	

来月の予定

計 画	
活動日	休養日
20	11