

# <野球部>

## 7月の練習予定 完全下校時刻17:45

日	曜日	練習予定	活動時間	週合計	備考
1	土	練習 8:00~11:00 水戸三中	3	11	
		休み			
3	月	休み			
4	火	中央地区大会 ①	2		中央地区大会
5	水	中央地区大会 ②	2		中央地区大会
6	木	中央地区大会 ③	2		中央地区大会
7	金	放課後 完全下校 17:45	2		
8	土	練習 7:00~11:00 水戸三中	3	11	
		休み			
10	月	休み			
11	火	放課後 完全下校 17:45	2		
12	水	放課後 完全下校 17:45	2		
13	木	放課後 完全下校 17:45	2		
14	金	放課後 完全下校 17:45	2		
15	土	練習試合予定	3	11	
		休み			
17	月	休み			
18	火	放課後 完全下校 17:45	2		
19	水	放課後 完全下校 17:45	2		
20	木	休み	2		1学期終業式
21	金	練習 7:30~10:00	2		夏休み開始
22	土	練習 7:00~11:00	3	9	
		休み			
24	月	休み			
25	火	練習 7:30~10:00	2		
26	水	練習 7:30~10:00	2		
27	木	練習 7:30~10:00	2		
28	金				
29	土	練習 7:00~11:00	3	6	
		シード決め 元石川球場	3		
			合計	48	48

継続は力なり!! 向上心!!

水戸三中男子バレー部練習予定表							2023/6/28	中央 総体まで
日付	曜日	練習予定・試合等	場所	時間(完下は15分後)	部活時間	週時間	顧問の予定・対戦校など	
7月1日	土	練習	三中体育館	8:30~11:30	3	6		5
7月2日	日	練習	三中体育館	8:30~11:30	3			4
7月3日	月	練習	三中体育館	14:35~15:35	1	5		3
7月4日	火	練習	三中体育館	~17:30	2			2
7月5日	水	練習	三中体育館	~17:30	2			1
7月6日	木	総体	大宮西部体育館				詳細は後ほど別紙を配付いたしま す	0
7月7日	金	総体	大宮西部体育館					
7月8日	土							
7月9日	日							
7月10日	月							
7月11日	火	練習	三中体育館	~17:30	2	11		
7月12日	水	練習	三中体育館	~17:30	2			
7月13日	木	練習	三中体育館	~16:45	2		5時間授業	
7月14日	金	練習	三中体育館	~17:30	2			
7月15日	土	練習	三中体育館	8:30~11:30	3			
7月16日	日							
7月17日	月							
7月18日	火	練習	三中体育館	~17:30	2	4		
7月19日	水	練習	三中体育館	~17:30	2			
7月20日	木					第1学期終業式 夏季休業日~8/25		
7月21日	金	練習	三中体育館	10:00~12:00	2			
7月22日	土							
7月23日	日	練習	三中体育館	8:30~11:30	3			
7月24日	月							
7月25日	火	練習	三中体育館	10:00~12:00	2	9		
7月26日	水	練習	三中体育館	8:00~10:00	2			
7月27日	木							
7月28日	金	練習	三中体育館	8:00~10:00	2			
7月29日	土	練習	三中体育館	8:30~11:30	3			
7月30日	日							
7月31日	月	練習	三中体育館	10:00~12:00	2	2		

◎7月の下校時刻は火 ~ 金 は17:45となります。  
木 (5時間) は17:00となります。

◎中央地区大会は7月6日.7日です。場所は大宮西部体育館です。

☆休みの際は必ず連絡をお願いします (①②いずれかの方法)

- ①事前に分かっている場合には、顧問に事前に知らせる
- ②マチコミの欠席連絡に入れる

女子バレーボール部 令和5年 7月練習計画

日	曜日	学校行事	練習予定	部活時間	週時間	場所
1	土		8:30~11:30(練習試合の可能性有)	3	6	後日連絡
2	日		12:30~15:30	3		三中
3	月		休み		4	
4	火		~17:30	2		三中
5	水		~17:30	2		三中
6	木		中央総体(詳細後日連絡)			大宮西部体育館
7	金		中央総体(詳細後日連絡)			大宮西部体育館
8	土		休み			
9	日		休み			
10	月		休み		11	
11	火	3年生実力テスト	~17:30	2		三中
12	水		~17:30	2		三中
13	木	5時間授業	~16:45	2		三中
14	金	振り返りテスト社会	~17:30	2		三中
15	土		休み			
16	日		12:30~15:30	3		三中
17	月	海の日	休み		4	
18	火	月曜日課+火⑥	~17:30	2		三中
19	水		~17:30	2		三中
20	木	第1学期終業式	休み			

夏休み期間の練習予定は、後日連絡します。

※登下校の交通安全に気をつける。

※遅刻・欠席する場合には必ず連絡をする。

事前に分かっている場合は、事前に顧問に知らせる。またはマチコミの欠席連絡に入れる。

※予定は変更することあり。

○中央地区大会は、7月6日、7日(ベスト4のみ出場)です。場所は大宮西部体育館です。

男子バスケットボール部  
7月の練習予定 完全下校時刻17:45

日	曜日	練習予定	備考	活動時間	週合計
1	土	8:00 ~ 11:00		3	3
2	日	OFF		0	
3	月	OFF		0	
4	火	放課後 完全下校 17:45		2	11
5	水	放課後 完全下校 17:45		2	
6	木	放課後 完全下校 17:45		2	
7	金	放課後 完全下校 17:45		2	
8	土			0	
9	日	8:00 ~ 11:00		3	
10	月	OFF		0	
11	火	放課後 完全下校 17:45		2	11
12	水	放課後 完全下校 17:45		2	
13	木	放課後 完全下校 17:00		2	
14	金	放課後 完全下校 17:45		2	
15	土	8:00 ~ 11:00		3	
16	日	OFF		0	
17	月	OFF		0	
18	火	放課後 完全下校 17:45		2	7
19	水	放課後 完全下校 17:45		2	
20	木	OFF	終業式	0	
21	金	～夏休み期間については後日配付します～		0	
22	土	OFF		0	
23	日	8:00 ~ 11:00		3	
24	月				
25	火		面談期間		
26	水		面談期間		
27	木		面談期間		
28	金		面談期間		
29	土	8:00 ~ 11:00		3	3
30	日	OFF		0	
31	月		面談期間		
合計				35	35

遅刻、欠席の連絡は、マチコミをお願いします。

# 女子バスケットボール部

## 7月

### 2023

6月

S	M	T	W	T	F	S
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

8月

S	M	T	W	T	F	S
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

※日曜日の時間はその前の週の活動時間を含めます

練習試合は活動時間として3時間のカウントで行います

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	活動時間
25 OFF	26 OFF (事務整理期間)	27 ~17時45分	28 2h	29 OFF	30 12時~15時	1 3h	7h
2 OFF	3 ~17時45分	4 ~17時45分	5 2h	6 ~17時45分	7 2h	8 12時~15時	11h
9 OFF	10 ~17時45分	11 2h	12 5時間授業 ~17時	13 2h	14 OFF	15 3h	11h
16 8時~12時	17 ~17時45分	18 2h	19 2h	20 2h	21 2h	22 IBAリーグ 8時~12時 笠間中	11h
23 OFF	24 10時~12時	25 2h	26 2h	27 2h	28 28	29 30日の8時~11時で 練習します	9h

○22日は6月3日のIBAリーグの振替です。よろしくお願ひします。

令和5年7月の練習計画 (卓球部)

新チームです。2年生は中心となって部活動を引っ張って行きましょう。新人戦での目標を明確にしよう。

7月完全下校時刻 17:45 5時間の日は17:00

日	月	火	水	木	金	土	計
6月25日	6月26日	6月27日	6月28日	6月29日	6月30日	7月1日	7.0
休部 休部	休部 事務整理期間	休部	15:30~17:30	15:30~17:30	休部 授業参観 部活動なし	午前 8:00~11:00	3.0
7月2日	7月3日	7月4日	7月5日	7月6日	7月7日	7月8日	0.0
午前 8:00~11:00 (中央地区前の特例)	午前 14:35~15:35 (中央地区前の特例)	中央地区大会(個人戦)	中央地区大会(個人戦)	(4時間日課) ~15:30	~17:30	休部	0.0
7月9日	7月10日	7月11日	7月12日	7月13日	7月14日	7月15日	11.0
休部	休部	~17:30	~17:30	~17:00	~17:30	1年生休部 ジュニア大会(女子) 8:00 大宮西部体育館	6.0
7月16日	7月17日	7月18日	7月19日	7月20日	7月21日	7月22日	12.5
休部	1年生休部 ジュニア大会(男子) 8:00 大宮西部体育館	~17:30	~17:30	終業式	夏季休業開始 午前 8:00~10:00	午前 8:00~11:00	2.0
7月23日	7月24日	7月25日	7月26日	7月27日	7月28日	7月29日	13.0
休部	休部	午前 8:00~10:00 夏季教育相談	休部	午前 8:00~10:00	午前 8:00~10:00	団体メンバーのみ 水戸市長杯 9:00 リリィアリーナ	5.0
7月30日	7月31日	8月1日	8月2日	8月3日	8月4日	8月5日	11.0
休部	午前 8:00~10:00 夏季教育相談	午前 8:00~10:00	午前 8:00~10:00	午前 8:00~10:00	午前 8:00~10:00	休部	0.0
0.0	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0	10.0

夏季休業中の予定については確定次第再度お知らせいたします。(平日2時間、休日3時間、暑さ指数31以上→練習中止)

※ 予定表は、前月に作成しているため、変更がでる場合があります。その場合は、決まり次第連絡をいたします。

ソフトテニス部 7月予定表 訂正版  
部活動終了時刻 17:30 完全下校時刻 17:45

目標 : ライツ杯に向けて、基礎的な技術を身に付ける。

日曜	予 定	男 女		練習試合等	Bh	Bw	Gh	Gw	男子	女子
1	土 練習(三中)	/	/		3		3		PM	AM
2	日	/	/			11		11		
3	月	/	/							
4	火				2		2		~17:30	
5	水				2		2		~17:30	
6	木				2		2		~17:30	
7	金				2		2		~17:30	
8	土	/	/		3	11	3	11	AM	PM
9	日	/	/							
10	月	/	/							
11	火				2		2		~17:30	
12	水 生徒会委員会&係会				2		2		~17:30	
13	木				2		2		~17:30	
14	金				2		2		~17:30	
15	土 練習(三中)	/	/				3	11		AM
16	日	/	/							
17	月 海の日	/	/		3	11			AM	
18	火 月日課+火⑤				2		2		~17:30	
19	水				2		2		~17:30	
20	木 終了式	/	/							
21	金				2		2		8:00~10:00	
22	土 練習(三中)	/	/		3	9	3	9	PM	AM
23	日	/	/							
24	月 部活動なし	/	/							
25	火				2		2		8:00~10:00	
26	水				2		2		8:00~10:00	
27	木				2		2		8:00~10:00	
28	金				2		2		8:00~10:00	
29	土 ライツ杯(見川運動公園)個人4ペア	○	○		3	11	3	11	8:00~15:00	
30	日	/	/							
31	月	/	/							

\* 土・日、祝日に部活動を休む場合は、顧問まで連絡をお願い致します。

## ソフトボール部 7月予定表

火～金 完全下校17時45分  
木 (5時間) 完全下校17時

日	曜日	予定・行事等	活動時間	週合計	日	曜日	予定・行事等	活動時間	週合計
1	土	練習試合 (総和南・下館南・猿島合同) 場所: 下館南中 7:30~11:30	3	10	17	月	合同練習 (水戸三高) 8:30~11:30	3	9
2	日	練習 ~17:30	2		18	火	練習 ~17:30	3	
3	月	練習 ~16:00	1		19	水	練習 ~17:30	3	
4	火	中央地区総体		6	20	木	終業式		9
5	水	中央地区総体			21	金	県総体		
6	木	中央地区総体 (予備日)			22	土	県総体		
7	金	練習 ~17:30	2		23	日	県総体 (予備日)		
8	土				24	月			
9	日	練習 8:30~11:30	3		25	火	練習 8:00~10:00	2	
10	月			11	26	水		9	
11	火	練習 ~17:30	2		27	木	練習 8:00~10:00		2
12	水	練習 ~17:30	2		28	金	練習 8:00~10:00		2
13	木	練習 ~16:45	2		29	土	未定		3
14	金	練習 ~17:30	2		30	日			
15	土				31	月	練習 8:00~10:00		2
16	日	練習 8:30~11:30	3	8/1	火			11	

総体関東大会 (山梨県) 8/7~9



# 令和5年度陸上競技部 予定表 7月

下校時刻17時45分

休日○8:30~11:00 平日●16:00~17:30 ◆大会

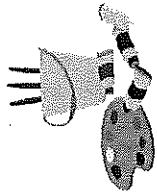
月	日	曜	行事	練習	時間	週時間	活動計画 (練習時間)
7月	1日	土	通信陸上	◆	4	8時間	
	2日	日	通信陸上	◆	4		
	3日	月		×	0	8.5時間	
	4日	火	中央大会 (陸上以外)	●	1.5		
	5日	水	中央大会 (陸上以外)	●	1.5		4時間授業
	6日	木	中央大会 (陸上以外)	●	1.5		4時間授業
	7日	金	中央大会 (陸上以外)	●	1.5		
	8日	土	施設貸与	○	2.5		ケーズデンキスタジアム
	9日	日		×	0		
	10日	月		×	0		4.5時間
	11日	火		●	1.5		
	12日	水		●	1.5		
	13日	木		●	1.5		
	14日	金	県陸上	◆			
	15日	土	県陸上	◆			
	16日	日		×	0		
	17日	月		×	0	8時間	
	18日	火		●	1.5		
	19日	水		●	1.5		
	20日	木	終業式	×			
	21日	金		○	2.5		
	22日	土		○	2.5		
	23日	日		×			
	24日	月		×			10時間
	25日	火	夏季教育相談	○	2.5		
	26日	水	夏季教育相談	○	2.5		
	27日	木	夏季教育相談	×	0		
	28日	金	夏季教育相談	○	2.5		
	29日	土		○	2.5		
	30日	日		×			
	31日	月		×			

<確認事項>

※欠席は早めに連絡する。  
 連絡先 (水戸市立第三中学校  
 TEL 029-224-5508)  
 マチコミ連絡機能でもOK  
 ※部活を休む時は必ず連絡をお願いいたします。

皆さんの1つの目標である県大会が近づいてきました。  
 自己ベストを出すことができるよう1日1日を大切にしましょう。

# 美術部予定表



7月 完全下校17:45

月	火	水	木	金	土	日	合計
					1 X	2 X	
3 X	4 O 中央総体	5 O 中央総体	6 O 中央総体	7 O	8 X	9 X	4日 6時間
10 X	11 O	12 O	13 O	14 O	15 X	16 X	4日 6時間
17 X 海の日	18 O	19 O	20 X 1学期終業式	21 O 9時~11時	22 X	23 X	3日 5時間
24 X	25 X 夏季教育相談①	26 O 9時~11時 夏季教育相談②	27 O 9時~11時 夏季教育相談③	28 X 夏季教育相談④	29 X	30 X	2日 4時間
31 X 夏季教育相談⑤							

今月は・・・

- ・ 3年生の活動が終了し、いよいよ2年生1年生の活動になります。
- 改めて目標をもち活動を新たにスタートしましょう。

# 水戸三中吹奏楽部 7月練習予定表

完全下校 17:45

日	曜	行事予定	練習予定	活動時間	週の活動時間
1	土		8:30~11:30	3	9
2	日		休み		
3	月		なし		
4	火		~17:30	2	
5	水		~17:30	2	
6	木	音楽のつどい	後日連絡		
7	金		~17:30	2	
8	土	青少年コンサート	後日連絡		6
9	日		休み		
10	月		なし		
11	火		~17:30	2	
12	水		~17:30	2	
13	木		~16:45	2	
14	金		~17:30	2	
15	土		休み	0	
16	日	伊藤先生(トロンボーン)	~17:30	3	11
17	月	海の日	休み	0	
18	火		~17:30	2	
19	水		~17:30	2	
20	木	壮行会	朝練あり	1	
21	金	夏休みはじまり	8:30~11:30	3	
22	土	中央地区コンクール	後日連絡		8
23	日		休み		
24	月		休み		
25	火		8:30~10:30	2	
26	水		8:30~10:30	2	
27	木		8:30~10:30	2	
ここから先は 夏休みの予定表で渡します					
28	金				
29	土				
30	日				
31	月				

調子が悪いときは無理せず休んでください。

休日に練習を休むとき遅刻するときは、必ずマキコミで連絡をお願いいたします。

何かありましたら、三中(029-224-5508)まで連絡ください。

7月の予定

6日(音楽のつどい) 8日(青少年コンサート) 22日(コンクールB部門)

# いい声！いいムード！三中！

## サッカー一部予定表 7月

2023.6.28

日	曜日	時間	活動内容・行事等	活動時間	週当たり
1	土	8:00~11:00		3	11
2	日				
3	月				
4	火	17:45下校		2	
5	水	17:45下校		2	
6	木	17:45下校		2	
7	金	17:45下校		2	
8	土	8:00~11:00		3	11
9	日				
10	月				
11	火	17:45下校		2	
12	水	17:45下校		2	
13	木	17:45下校		2	
14	金	17:45下校		2	
15	土		千波中で練習試合 詳細後日	3	7
16	日				
17	月				
18	火	17:45下校		2	
19	水	17:45下校		2	
20	木		終業式		
21	金				
22	土		水戸市体育祭 詳細後日	3	5
23	日				
24	月		三者面談期間		
25	火				
26	水				
27	木				
28	金	8:00~10:00		2	
29	土	8:00~11:00		3	5
30	日				
31	月	8:00~10:00		2	

○6月の下校時刻は17:45(5時間授業日は17:00)です。  
 ○予定は変更になることがあります。  
 ○活動日の朝は必ず検温をし、体調が優れない場合は欠席して下さい。  
 ○欠席の際は顧問に必ず連絡するようお願いいたします。(事前に欠席が分かっている場合は口頭でも可です)

# 水戸三中剣道部 令和5年度7月練習計画

		平日の部活動			週末・祝日の部活動	
		授業日 活動終了17:30 完全下校17:45 夏季休業中 活動開始8:00 活動終了10:00			7:00活動開始 10:00活動終了	
日	曜日	練習予定(場所)	1日当たり練習時間	1週当たり練習時間	備考	
1	土	部活あり(三中)	3	6		
2	日	部活あり(三中)	3			
3	月	部活あり(三中)	2	8		
4	火	部活あり(三中)	1.5			
5	水	部活あり(三中)	1.5		中央地区総合体育大会①	
6	木	部活あり(三中)	1.5		中央地区総合体育大会②	
7	金	部活あり(三中)	1.5			
8	土	OFF	0		施設貸与	
9	日	OFF	0			
10	月	OFF	0	9		
11	火	部活あり(三中)	1.5		3年生実力テスト	
12	水	部活あり(三中)	1.5			
13	木	部活あり(三中)	1.5		5時間授業	
14	金	部活あり(三中)	1.5			
15	土	部活あり(三中)	3			
16	日	OFF	0			
17	月	OFF	0	9	海の日	
18	火	部活あり(三中)	1.5			
19	水	部活あり(三中)	1.5			
20	木	OFF	0		第1学期終業式	
21	金	部活あり(三中)	3		夏季休業日 (茨城県総合体育大会①)	
22	土	部活あり(三中)	3		(茨城県総合体育大会②)	
23	日	OFF				
24	月	OFF		11	夏季休業日	
25	火	部活あり(三中)	2		夏季休業日、面談①	
26	水	部活あり(三中)	2		夏季休業日、面談②	
27	木	部活あり(三中)	2		夏季休業日、面談③	
28	金	部活あり(三中)	2		夏季休業日、面談④	
29	土	部活あり(三中)	3			
30	日	OFF				
31	月	OFF		0	夏季休業日、面談⑤	