

活 動 年 間 計 画 表

部・委員会名	自然科学部	令和4年度
活動目標	物理、化学、生物、地学の各班で研究テーマを決め、大会やコンクールで入賞する。 科学オリンピックや科学の甲子園などに積極的に挑戦する。	
部内約束 ・ 部規則	① 短時間でケジメをつけて活動する。 ② 勉強との両立はもちろん、探究活動を通じて、コミュニケーション力や考察力、表現力を磨く。 ③ 各研究班で情報を共有し、科目横断的に活動する。 ④ 各種大会やコンクールに積極的に参加する。 ⑤ SSH事業に積極的に参加する。	

活 動 計 画			
区 分	練習時間	下校完了	平均的な練習内容
通常練習	17:00～18:45 16:00～17:45		・研究活動全般 ー実験、観察、論文作成など
週内定休日	火・木 曜日		
休 日	9:00～12:00	1 6 時	
休日定休日	原則： 日 ・ 祝		
長期休業		1 8 時	
参加予定の主な大会・競技会等			
月	大会名等	月	大会名等
8 月	全国SSH生徒研究発表会	1 月	東北地区SSHサイエンスコミュニティ研究校発表会
1 0 月	全国高総文		
1 0 月	高総文県大会		
1 2 月	理数系課題研究発表会		
1 2 月	青森大学高校生科学コンテスト		
合宿計画 期日・場所 男女別人員			

※大会等が近づくことで、活動日の予定に変更が生じることを御了承ください。

活 動 年 間 計 画 表

部・委員会名	茶道部	令和4年度
活動目標	茶道の点前だけではなく、日本独特の季節感や物事に対する考え方を学ぶ。	
部内約束 ・ 部規則	①部活前後の手洗いを含め、清潔な状態を徹底して維持する。 ②何事も皆で協力する。 ③効率的に時間を使う。 ④ ⑤	

活 動 計 画			
区 分	練習時間	下校完了	平均的な練習内容
通常練習	月曜日　～17:30	18:00	・ 点前 ・ お茶をたてる
	木曜日　～18:15	18:45	
週内定休日	火・水・金		
休　日	なし		
休日定休日	土・日・祝		
長期休業	なし		
参加予定の主な大会・競技会等			
月	大会名等	月	大会名等
合宿計画 期日・場所 男女別人員			

※大会等が近づくことで、活動日の予定に変更が生じることを御了承ください。

活 動 年 間 計 画 表

部・委員会名

箏 曲

令和4年度

活動目標	琴の練習を通して、日本文化にふれ、感性を豊かにする
部内約束 ・ 部規則	①練習時間を守り、施錠と鍵を事務室に必ず返却する ②琴、その他の用具の取り扱いを覚え、丁寧に扱う。 ③活動場所の整理整頓と換気の徹底をする。 ④挨拶、気づく思いやりを持ち、人間性の向上を目指す。

活 動 計 画			
区 分	練習時間	下校完了	平均的な練習内容
通常練習	火曜日 17時～18時30分 水曜日 17時～18時30分 金曜日 16時～17時30分	火曜日 18:40 水曜日 18:40 金曜日 17:40	琴の準備 練習 後片付け
週内定休日	曜日		
休 日	月曜日、木曜日		
休日定休日	原則： 土 ・ 日 ・ 祝		
長期休業	講習日に実施予定	1 6 時	
参加予定の主な大会・競技会等			
月	大会名等	月	大会名等
1 0 月	青森県高等学校総合文化祭		
合宿計画 期日・場所 男女別人員			

※大会等が近づくことで、活動日の予定に変更が生じることを御了承ください。

活 動 年 間 計 画 表

部・委員会名	演劇部	令和4年度
活動目標	・演劇活動を通して、自己の内面に向き合い、他者とのより良い関係を構築する。 ・舞台を制作することを通して、創造的な態度を育成する。	
部内約束 ・ 部規則	①感染対策をとりながら活動する。 ②体調の悪い者は活動に参加しない。 ③学業との両立を目指す。 ④時間を守るなど、基本的な社会ルールを守る。 ⑤部活動以外で部室を使わない。	

活 動 計 画			
区 分	練習時間	下校完了	平均的な練習内容
通常練習			現在活動休止中（部員募集中）
週内定休日	曜日		
休 日		1 6 時	
休日定休日	原則： 土 ・ 日 ・ 祝		
長期休業		1 8 時	
参加予定の主な大会・競技会等			
月	大会名等	月	大会名等
7	夏季東青・下北地区演劇発表会		
9	地区発表会兼県高総文祭予選		
10	県高総文祭		
2	冬季東青・下北地区演劇発表会		
合宿計画 期日・場所 男女別人員			

※大会等が近づくことで、活動日の予定に変更が生じることを御了承ください。

活 動 年 間 計 画 表

部・委員会名	美術	令和4年度
活動目標	それぞれが自主的に創作活動に励み、お互いに切磋琢磨して美術部を盛り上げる。	
部内約束 ・ 部規則	①何事も皆で協力し、助け合いをする。 ②効率的に時間を使い、計画的に作品を制作する。 ③整理整頓を心がけ、美術室をキレイに使う。 ④コロナ感染症対策をしっかり行って活動する。 ⑤	

活 動 計 画			
区 分	練習時間	下校完了	平均的な練習内容
通常練習	16：30 ～ 18：30	19:00	デッサン、絵画、立体作品等の制作をする。
週内定休日	各自設定		
休 日	なし	1 6 時	
休日定休日	原則： 土 ・ 日 ・ 祝		
長期休業	13：00 ～ 16：00	1 8 時	
参加予定の主な大会・競技会等			
月	大会名等	月	大会名等
7	青高祭 美術部展示		
8	全国高等学校総合文化祭和歌山大会		
10	青森県高等学校総合文化祭		
2	東青地区高校美術展		
合宿計画 期日・場所 男女別人員			

※大会等が近づくことで、活動日の予定に変更が生じることを御了承ください。

活動年間計画表

部・委員会名	音楽部	令和4年度
活動目標	・歌唱技術・表現力を高め、美しいハーモニーを生み出し、楽曲の良さを最大限に引き出した演奏を目指す。 ・練習の成果として、コンクールでの最高位を目指す。	
部内約束 ・ 部規則	①感染症防止対策を徹底して行い、部員の安全を確保した上での活動とする。 ②相手の気持ちを考えた言動により、気持ちのよく演奏するための人間関係を築く。 ③けじめをもって、限られた時間で効率の良い練習を行い、学業との両立を心がける。 ④目標を実現するための課題を主体的に考え、実行する。 ⑤音楽室、練習室の整理整頓を心がける。	

活 動 計 画			
区 分	練習時間	下校完了	平均的な練習内容
通常練習	月・火・木 16:30～18:00 金 15:30～17:30	1 9 時	①準備体操、発声練習 ②パート練習 ③全体練習
週内定休日	水曜日		
休 日	9:00～11:30	15時45分	
休日定休日	原則：土・  ・祝		
長期休業	講習後2時間程度 通常練習に準ずる	1 8 時	
参加予定の主な大会・競技会等			
月	大会名等	月	大会名等
5月29日	県高文連 第69回青森県高校音楽祭（市民ホール）	8月21日	第59回全日本合唱コンクール青森県大会（市民ホール）
6月5日	県合唱連盟 合唱講習会（中央市民センター）	9月18日	第88回NHK全国学校音楽コンクール東北ブロックコンクール（宮城県 名取市文化会館）
6月19日	県高文連 合唱講習会（青森東高校）	9月23日	第74回全日本合唱コンクール東北支部大会（福島県 けんしん郡山文化センター）
7月17日	第37回定期演奏会（市民ホール）	10月9日	県高総文祭合唱部門（弘前市民会館）
8月18日	第87回NHK全国学校音楽コンクール青森県コンクール（市民ホール）	10/29-30	第75回全日本合唱コンクール全国大会（リンクステーションホール青森）※運営補助
合宿計画 期日・場所 男女別人員	合宿予定なし	12月18日	第31回青森県声楽アンサンブルコンテスト（市民ホール）
		1月29日	県高文連 第24回合唱研修会（八戸市公会堂）
		3月（未定）	第15回声楽アンサンブルコンテスト全国大会（福島市音楽堂）

※大会等が近づくことで、活動日の予定に変更が生じることを御了承ください。

活 動 年 間 計 画 表

令和4年度

部・委員会名	書道部
活動目標	日々の練習を通して、本校の綱領である「自律・自啓」の精神を大切に人として成長する。
部内約束 ・ 部規則	①何事も皆で協力する。 ②効率的に時間を使う。 ③ ④ ⑤

活 動 計 画			
区 分	練習時間	下校完了	平均的な練習内容
通常練習	1 6 : 2 0 ～ 1 8 : 3 0		
週内定休日	休日に 2 日以上休養日を設定		
休 日	なし	1 6 時	
休日定休日	原則： 土 ・ 日 ・ 祝		
長期休業	大会出品作品制作状況に 応じて練習日を設定	1 8 時	
参加予定の主な大会・競技会等			
月	大会名等	月	大会名等
9	東青地区展		
12	高総文		
合宿計画 期日・場所 男女別人員			

※大会等が近づくことで、活動日の予定に変更が生じることを御了承ください。

活 動 年 間 計 画 表

部・委員会名	写真部	令和4年度
活動目標	・写真撮影から現像までの作業を通じて健康な精神を養う。	
部内約束 ・ 部規則	①各自の目標を設定し、充実した活動になるよう心掛ける。 ②安全に注意を払い、事故が起きないようにする。 ③時間を有効に使い、学業に支障が出ないようにする。 ④自分の行動に責任を持ち、他の部員に迷惑をかけない。 ⑤顧問の指示にきちんと従う。	

活 動 計 画				
区 分	練習時間	下校完了	平均的な練習内容	
通常練習	1 6 : 3 0 ～ 1 8 : 3 0	1 9 時	①ミーティング（進捗状況の確認） ②写真の現像・確認 ③出展準備（コンテスト等出展時）	
週内定休日	曜日			
休 日	なし	1 6 時		
休日定休日	原則： 土 ・ 日 ・ 祝			
長期休業	なし	1 8 時		
顧問不在時の指示等				
参加予定の主な大会・競技会等				
月	大会名等		月	大会名等
8月	高文連 青森地区写真技術大会			
10月	高総文 写真部門展示会			
12月	高文連 青森地区高等学校写真展			
合宿計画 期日・場所 男女別人員	予定なし			

※大会等が近づくことで、活動日の予定に変更が生じることを御了承ください。

活 動 年 間 計 画 表

令和4年度

部・委員会名	文学部
活動目標	・基本的生活習慣の確立と挨拶・容儀の徹底 ・普段の生活や学校生活のすべてにおいて、全力を尽くす
部内約束 ・ 部規則	① 時間厳守 ② 挨拶の徹底 ③ 勉学が第一

活 動 計 画			
区 分	練習時間	下校完了	平均的な練習内容
通常練習	水：16:45～18:45 土：8:30～11:30	19:00	①作品 ②編集
週内定休日			
休 日			
休日定休日			
長期休業	8:30～11:30		
参加予定の主な大会・競技会等			
月	大会名等	月	大会名等
6	春季研修会		
9	県コンクール		
10	高総文		
10	北海道東北ブロック文芸大会		
合宿計画 期日・場所 男女別人員			

※大会等が近づくことで、活動日の予定に変更が生じることを御了承ください。

活 動 年 間 計 画 表

部・委員会名	華道部	令和4年度
活動目標	楽しく花を生けて、日本文化を理解し伝える。	
部内約束 ・ 部規則	①何事も皆で協力する ②明るく楽しく礼儀正しく活動する ③昼休みにバケツを用意する ④生徒玄関に飾った花の水やりを忘れない ⑤校長室で使用した花器を片付ける	

活 動 計 画			
区 分	練習時間	下校完了	平均的な練習内容
通常練習	15：30～17：30（金曜日）	17:30	各自で練習する ↓ 応用練習 ↓ 共同作品を生けて、校長室と生徒玄関に花を飾る ↓ 協力して後片付けを行う
週内定休日	月～木曜日		
休 日	なし		
休日定休日	原則：土日祝		
長期休業	なし		
参加予定の主な大会・競技会等			
月	大会名等	月	大会名等
	青高祭		
合宿計画 期日・場所 男女別人員			

※大会等が近づくことで、活動日の予定に変更が生じることを御了承ください。

活 動 年 間 計 画 表

部・委員会名	JRC	令和4年度
活動目標	気づき、考え、実行する	
部内約束 ・ 部規則	① 活動の際は、換気しながら密にならないよう間隔をとって取り組む。 ② ボランティア精神に則り、自ら進んで行動する。 ③ ④ ⑤	

活 動 計 画			
区 分	練習時間	下校完了	平均的な練習内容
通常練習	毎週金曜日 15:35～16:35	1 7 時	手話・点字の習得 募金活動 清掃活動 ボランティア活動
週内定休日	金 曜 日		
休 日	必要に応じて実施	1 6 時	
休日定休日	原則： 土 ・ 日 ・ 祝		
長期休業	必要に応じて実施	1 8 時	
参加予定の主な大会・競技会等			
月	大会名等	月	大会名等
1 0 月	高総文祭		
合宿計画 期日・場所 男女別人員			

※大会等が近づくことで、活動日の予定に変更が生じることを御了承ください。

活 動 年 間 計 画 表

令和4年度

部・委員会名	生活科学部
活動目標	安全に調理実習等の活動を継続する
部内約束 ・ 部規則	① 活動は4時半から6時までとする ② エプロンを着用し、安全、衛生を心がける ③ 活動場所を清潔に保つ ④ 材料費は徴収する ⑤

活 動 計 画			
区 分	練習時間	下校完了	平均的な練習内容
通常練習	16時半から18時	18時	
週内定休日	水曜日以外		
休 日	活動しない	1 6 時	
休日定休日	原則：土・日・祝		
長期休業	不定期	1 8 時	
参加予定の主な大会・競技会等			
月	大会名等	月	大会名等
10	家庭クラブ連盟研究発表大会		
12	青森市エコフェア		
合宿計画 期日・場所 男女別人員			

※大会等が近づくことで、活動日の予定に変更が生じることを御了承ください。

活 動 年 間 計 画 表

部・委員会名	将棋部	令和4年度
活動目標	各自の目標を目指して、向上心を持って日々取り組む。	
部内約束 ・ 部規則	① 整理整頓 ② 時間を守る ③ 和を重んじる ④ 「継続は力なり」 ⑤	

活 動 計 画			
区 分	練習時間	下校完了	平均的な練習内容
通常練習	16:30～18:45（月～木）	1 9 時	・ 練習対局で実戦経験を積む。 ・ コンピュータを用いて研究する。 ・ 棋書（戦術書）を読む。 ・ 詰将棋を解く。
	15:30～17:45（金曜日）	1 8 時	
週内定休日	平日に1日以上		
休 日	活動なし	—	
休日定休日	原則： 土・日・祝		
長期休業	講習日の午後 12:30～15:30	1 6 時	
参加予定の主な大会・競技会等			
月	大会名等		月 大会名等
5 月	県高校将棋竜王戦		2 月 全国高文連将棋新人大会
5 月	県高校将棋選手権大会		3 月 全国高校将棋女子選抜大会
8 月	全国高総文祭将棋部門		
1 0 月	県高総文祭将棋部門大会		
1 2 月	東北地区高校将棋新人大会		
合宿計画 期日・場所 男女別人員	なし		

※大会等が近づくことで、活動日の予定に変更が生じることを御了承ください。

活 動 年 間 計 画 表

部・委員会名	軽音楽部	令和4年度
活動目標	・活動場所をきれいにし、部室使用のルールを守り、仲良く活動する。	
部内約束	・シールドをちゃんと巻く。 ・私物(楽器以外)の持ち帰り。 ・整理整頓。 ・時間厳守	
・	・扉や窓を閉めて練習。 ・他人のものを使用しない。 ・電源OFF	
部規則	・帰る時は窓の施錠と消灯。 ・弦を切ったら必ず張り替える。 ・冬期間はストーブ使用上の注意を守る。 ・部や他人のものを持ち出さない。 ・楽器や物品を大切に使う。破損した場合は速やかに部長と顧問に報告する。	

活 動 計 画			
区 分	練習時間	下校完了	平均的な練習内容
通常練習	16:30～18:50 金(15:30～18:50)	1 9 時 1 9 時	個人基礎練習 合奏
週内定休日	原則：水曜日		
休 日	9:00～12:00, 12:45～15:45	1 6 時	
休日定休日	原則： 日曜日		
長期休業	講習のある期間以外は 原則休日とする。	1 8 時	
顧問不在時の指示等			
参加予定の主な大会・競技会等			
月	大会名等	月	大会名等
合宿計画 期日・場所 男女別人員			

※大会等が近づくことで、活動日の予定に変更が生じることを御了承ください。