

	4月			5月			6月			7月			8月			9月			
日	曜日	活動	時間	曜日	活動	時間	曜日	活動	時間	曜日	活動	時間	曜日	活動	時間	曜日	活動	時間	日
1	月	休養日	0	水	休養日	0	土	休養日	0	月	休養日	0	木	休養日	0	日	休養日	0	1
2	火	休養日	0	木	休養日	0	日	休養日	0	火	活動	2	金	休養日	0	月	休養日	0	2
3	水	休養日	0	金	休養日	0	月	休養日	0	水	休養日	0	土	休養日	0	火	活動	2	3
4	木	休養日	0	土	休養日	0	火	活動	2	木	活動	2	日	休養日	0	水	休養日	0	4
5	金	休養日	0	日	休養日	0	水	休養日	0	金	休養日	0	月	休養日	0	木	活動	2	5
6	土	休養日	0	月	休養日	0	木	活動	2	土	休養日	0	火	休養日	0	金	休養日	0	6
7	日	休養日	0	火	休養日	0	金	休養日	0	日	休養日	0	水	休養日	0	土	休養日	0	7
8	月	休養日	0	水	休養日	0	土	休養日	0	月	休養日	0	木	休養日	0	日	休養日	0	8
9	火	休養日	0	木	休養日	0	日	休養日	0	火	活動	2	金	休養日	0	月	休養日	0	9
10	水	休養日	0	金	休養日	0	月	休養日	0	水	休養日	0	土	休養日	0	火	活動	2	10
11	木	休養日	0	土	休養日	0	火	活動	2	木	活動	2	日	休養日	0	水	休養日	0	11
12	金	休養日	0	日	休養日	0	水	休養日	0	金	休養日	0	月	休養日	0	木	活動	2	12
13	土	休養日	0	月	休養日	0	木	活動	2	土	休養日	0	火	休養日	0	金	休養日	0	13
14	日	休養日	0	火	休養日	0	金	休養日	0	日	休養日	0	水	休養日	0	土	休養日	0	14
15	月	活動	2	水	休養日	0	土	休養日	0	月	休養日	0	木	休養日	0	日	休養日	0	15
16	火	休養日	0	木	休養日	0	日	休養日	0	火	活動	2	金	休養日	0	月	休養日	0	16
17	水	休養日	0	金	休養日	0	月	休養日	0	水	休養日	0	土	休養日	0	火	活動	2	17
18	木	休養日	0	土	休養日	0	火	休養日	0	木	休養日	0	日	休養日	0	水	休養日	0	18
19	金	休養日	0	日	休養日	0	水	休養日	0	金	休養日	0	月	休養日	0	木	休養日	0	19
20	土	休養日	0	月	休養日	0	木	休養日	0	土	休養日	0	火	休養日	0	金	活動	2	20
21	日	休養日	0	火	活動	2	金	休養日	0	日	休養日	0	水	休養日	0	土	休養日	0	21
22	月	活動	2	水	休養日	0	土	休養日	0	月	休養日	0	木	休養日	0	日	休養日	0	22
23	火	休養日	0	木	活動	2	日	休養日	0	火	休養日	0	金	休養日	0	月	休養日	0	23
24	水	休養日	0	金	休養日	0	月	休養日	0	水	休養日	0	土	休養日	0	火	活動	2	24
25	木	休養日	0	土	休養日	0	火	休養日	0	木	休養日	0	日	休養日	0	水	休養日	0	25
26	金	休養日	0	日	休養日	0	水	休養日	0	金	休養日	0	月	休養日	0	木	休養日	0	26
27	土	休養日	0	月	活動	2	木	休養日	0	土	休養日	0	火	休養日	0	金	休養日	0	27
28	日	休養日	0	火	休養日	0	金	休養日	0	日	休養日	0	水	休養日	0	土	休養日	0	28
29	月	休養日	0	水	休養日	0	土	休養日	0	月	休養日	0	木	休養日	0	日	休養日	0	29
30	火	活動	2	木	休養日	0	日	休養日	0	火	休養日	0	金	休養日	0	月	休養日	0	30
31				金	休養日	0				水	休養日	0	土	休養日	0				31

	1 0月	日数	時間	11月	日数	時間	12月	日数	時間	1月	日数	時間	2月	日数	時間	3月	日数	時間	
	活動	6	12	活動	4	8	活動	3	6	活動	4	8	活動	3	6	活動	2	4	
	大会等	0	0	大会等	0	0	大会等	0	0	大会等	0	0	大会等	0	0	大会等	0	0	
	休養日	25		休養日	26		休養日	28		休養日	27		休養日	26		休養日	29		
	1 0月			11月			12月			1月			2月			3月			
日	曜日	活動	時間	曜日	活動	時間	曜日	活動	時間	曜日	活動	時間	曜日	活動	時間	曜日	活動	時間	日
1	火	休養日	0	金	休養日	0	日	休養日	0	水	休養日	0	土	休養日	0	土	休養日	0	1
2	水	休養日	0	土	休養日	0	月	休養日	0	木	休養日	0	日	休養日	0	日	休養日	0	2
3	木	休養日	0	日	休養日	0	火	休養日	0	金	休養日	0	月	休養日	0	月	休養日	0	3
4	金	休養日	0	月	休養日	0	水	休養日	0	土	休養日	0	火	休養日	0	火	休養日	0	4
5	土	休養日	0	火	活動	2	木	活動	2	日	休養日	0	水	休養日	0	水	休養日	0	5
6	日	休養日	0	水	休養日	0	金	休養日	0	月	休養日	0	木	休養日	0	木	休養日	0	6
7	月	休養日	0	木	休養日	0	土	休養日	0	火	休養日	0	金	休養日	0	金	休養日	0	7
8	火	休養日	0	金	活動	2	日	休養日	0	水	休養日	0	土	休養日	0	土	休養日	0	8
9	水	休養日	0	土	休養日	0	月	休養日	0	木	休養日	0	日	休養日	0	日	休養日	0	9
10	木	休養日	0	日	休養日	0	火	活動	2	金	休養日	0	月	休養日	0	月	休養日	0	10
11	金	休養日	0	月	休養日	0	水	休養日	0	土	休養日	0	火	休養日	0	火	休養日	0	11
12	土	休養日	0	火	活動	2	木	活動	2	日	休養日	0	水	休養日	0	水	休養日	0	12
13	日	休養日	0	水	休養日	0	金	休養日	0	月	休養日	0	木	活動	2	木	活動	2	13
14	月	休養日	0	木	活動	2	土	休養日	0	火	活動	2	金	休養日	0	金	休養日	0	14
15	火	活動	2	金	休養日	0	日	休養日	0	水	休養日	0	土	休養日	0	土	休養日	0	15
16	水	休養日	0	土	休養日	0	月	休養日	0	木	活動	2	日	休養日	0	日	休養日	0	16
17	木	活動	2	日	休養日	0	火	休養日	0	金	休養日	0	月	休養日	0	月	休養日	0	17
18	金	休養日	0	月	休養日	0	水	休養日	0	土	休養日	0	火	活動	2	火	活動	2	18
19	土	休養日	0	火	休養日	0	木	休養日	0	日	休養日	0	水	休養日	0	水	休養日	0	19
20	日	休養日	0	水	休養日	0	金	休養日	0	月	休養日	0	木	活動	2	木	休養日	0	20
21	月	休養日	0	木	休養日	0	土	休養日	0	火	活動	2	金	休養日	0	金	休養日	0	21
22	火	活動	2	金	休養日	0	日	休養日	0	水	休養日	0	土	休養日	0	土	休養日	0	22
23	水	休養日	0	土	休養日	0	月	休養日	0	木	活動	2	日	休養日	0	日	休養日	0	23
24	木	休養日	0	日	休養日	0	火	休養日	0	金	休養日	0	月	休養日	0	月	休養日	0	24
25	金	活動	2	月	休養日	0	水	休養日	0	土	休養日	0	火	休養日	0	火	休養日	0	25
26	土	休養日	0	火	休養日	0	木	休養日	0	日	休養日	0	水	休養日	0	水	休養日	0	26
27	日	休養日	0	水	休養日	0	金	休養日	0	月	休養日	0	木	休養日	0	木	休養日	0	27
28	月	休養日	0	木	休養日	0	土	休養日	0	火	休養日	0	金	休養日	0	金	休養日	0	28
29	火	活動	2	金	休養日	0	日	休養日	0	水	休養日	0	土	休養日	0	土	休養日	0	29
30	水	休養日	0	土	休養日	0	月	休養日	0	木	休養日	0				日	休養日	0	30
31	木	活動	2				火	休養日	0	金	休養日	0				月	休養日	0	31