2019 年度 **部活動 休養日設定確認表**

※年間を53週と考え，中学校では週休日・祝日の休養日と平日の休養日の合計を105日以上設けましょう。

実施状況 1：週休日・祝日の活動日（振替休業等での活動日） 2：休養日（振替休業日での休養日） 3：平日活動日 4：平日休養日

年間 週休日・祝日合計	113 日	「1」の計	52 日	「2」の計	61 日	平日の計	246 日	「3」の計	165 日	「4」の計	81 日	「2・4」の計	142 日

4

月			週休日・祝日合計			10	日	「1」の計		6	日	「2」の計		4	日	平日合計		19	日	「3」の計		15	日	「4」の計		4	日		
日	1	2	3	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
曜日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火
実施状況		4	3	3	3	1	2	3	4	3	3	3	1	2	3	3	4	3	3	1	2	3	4	3	3	3	1	1	2	1
備考																										選手権大会	選手権大会	選手権大会		

5

月			週休日・祝日合計			12	日	「1」の計		7	日	「2」の計		5	日	平日合計		19	日	「3」の計		14	日	「4」の計		5	日			
日	1	2	3	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	31
曜日	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金
実施状況	2	2	1	1	2	1	4	3	3	3	1	1	4	4	3	3	3	1	2	3	4	3	3	3	1	2	3	4	3	3	3
備考											仙南総体	仙南総体													県総体（個人）	県総体（個人）					

6

月			週休日・祝日合計			11	日	「1」の計		3	日	「2」の計		8	日	平日合計		19	日	「3」の計		8	日	「4」の計		11	日		
日	1	2	3	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
曜日	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日
実施状況	2	2	1	4	3	4	4	2	2	4	4	4	4	4	2	2	4	4	3	3	3	1	2	3	4	3	3	3	1	2
備考	県総体（団体）	県総体（団体）	県総体（団体戦）										中間考査	中間考査			中間考査	中間考査												

7

月			週休日・祝日合計			8	日	「1」の計		4	日	「2」の計		4	日	平日合計		23	日	「3」の計		18	日	「4」の計		5	日			
日	1	2	3	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	31
曜日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水
実施状況	3	4	3	3	3	1	2	3	4	3	3	3	1	2	3	4	3	3	3	1	2	3	4	3	3	3	1	2	3	4	3
備考																															

8

月			週休日・祝日合計			9	日	「1」の計		5	日	「2」の計		4	日	平日合計		16	日	「3」の計		10	日	「4」の計		6	日			
日	1	2	3	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	31
曜日	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
実施状況			1	2		4				1	1	3	3	3	4	4	2	2	4	4	3	3	3	1	2	3	4	3	3	3	1
備考												ジュニア選手権	ジュニア選手権	ジュニア選手権																	

9

月			週休日・祝日合計			10	日	「1」の計		3	日	「2」の計		7	日	平日合計		20	日	「3」の計		11	日	「4」の計		9	日			
日	1	2	3	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	
曜日	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	
実施状況	2	3	4	3	3	3	1	2	3	4	3	3	3	1	2	3	4	4	4	4	2	2	2	4	4	4	3	1	2	3	
備考						仙南新人大会	仙南新人大会																	期末考査	期末考査	期末考査	期末考査				

10

月			週休日・祝日合計			9	日	「1」の計		5	日	「2」の計		4	日	平日合計		22	日	「3」の計		18	日	「4」の計		4	日			
日	1	2	3	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	31
曜日	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木
実施状況	4	3	3	3	1	2	3	4	3	3	3	1	2	1	4	3	3	3	1	2	3	4	3	3	3	1	2	3	3	3	3
備考																													県新人大会（個人）	県新人大会（個人）	

11

月			週休日・祝日合計			9	日	「1」の計		4	日	「2」の計		5	日	平日合計		21	日	「3」の計		11	日	「4」の計		10	日			
日	1	2	3	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	
曜日	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	
実施状況	4	1	2	3	4	3	3	3	1	1	3	3	3	4	4	2	2	4	4	4	4	4	2	2	4	3	3	3	3	1	
備考											県新人大会（団体）	県新人大会（団体）	県新人大会（団体）								中間考査	中間考査			中間考査	中間考査					

12

月			週休日・祝日合計			9	日	「1」の計		3	日	「2」の計		6	日	平日合計		22	日	「3」の計		16	日	「4」の計		6	日			
日	1	2	3	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	31
曜日	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火
実施状況	2	3	4	3	3	3	1	2	3	4	3	3	3	1	2	3	4	3	3	3	1	2	3	4	3	3	3	2	2	4	4
備考																															

1

月			週休日・祝日合計			8	日	「1」の計		4	日	「2」の計		4	日	平日合計		23	日	「3」の計		16	日	「4」の計		7	日			
日	1	2	3	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	31
曜日	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	木
実施状況	4	4	4	2	1	3	4	3	3	3	1	2	3	4	3	3	3	1	2	3	4	3	3	3	1	2	3	4	3	3	3
備考																															

2

月			週休日・祝日合計			9	日	「1」の計		4	日	「2」の計		5	日	平日合計		20	日	「3」の計		10	日	「4」の計		10	日			
日	1	2	3	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		
曜日	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土		
実施状況	1	2	3	4	3	3	3	1	2	3	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	3	1	2	3	4	3	3	3	1		
備考																		期末考査	期末考査	期末考査	期末考査										

3

月			週休日・祝日合計			9	日	「1」の計		4	日	「2」の計		5	日	平日合計		22	日	「3」の計		18	日	「4」の計		4	日			
日	1	2	3	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	31
曜日	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火
実施状況	2	3	4	3	3	3	1	2	3	4	3	3	3	1	2	3	4	3	3	3	1	2	3	4	3	3	3	1	2	3	3
備考																															