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 134 日 「1」の計 16 日 「2」の計 118 日 平日の計 232 日 「3」の計 116 日 「4」の計 116 日 「2・4」の計 **234** 日

4 月 週休日・祝日合計 11 日 「1」の計 0 日 「2」の計 11 日 平日合計 19 日 「3」の計 7 日 「4」の計 12 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	4	4	4	4	2	2	4	4	3	4	3	2	2	3	4	3	4	3	2	2	2	4	3	4	3	2	2	2	2
備考	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日		休養日		休養日	休養日		休養日		休養日		休養日	休養日	休養日	休養日		休養日		休養日	休養日	休養日	休養日

5 月 週休日・祝日合計 12 日 「1」の計 2 日 「2」の計 10 日 平日合計 19 日 「3」の計 12 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	金
実施状況	2	2	2	2	2	2	3	3	4	3	1	2	3	4	3	4	3	2	2	3	4	3	4	3	1	2	3	4	3	4	3
考備	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日			休養日			休養日		休養日		休養日		休養日	休養日		休養日		休養日			休養日		休養日		休養日	

6 月 週休日・祝日合計 10 日 「1」の計 0 日 「2」の計 10 日 平日合計 20 日 「3」の計 7 日 「4」の計 13 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	4	2	3	2	3	4	4	2	2	4	4	4	4	4	2	2	4	4	3	4	3	2	2	3	4	3	4	3	2	2
考備	休養日	休養日		休養日		休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日		休養日		休養日	休養日		休養日		休養日		休養日	休養日

7 月 週休日・祝日合計 9 日 「1」の計 2 日 「2」の計 7 日 平日合計 22 日 「3」の計 13 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	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	4	3	2	2	3	4	3	4	3	1	2	2	4	3	4	3	2	2	3	4	3	4	3	1	2	3	4	3
考備		休養日		休養日		休養日	休養日		休養日		休養日			休養日	休養日	休養日		休養日		休養日	休養日		休養日		休養日			休養日		休養日	

8 月 週休日・祝日合計 8 日 「1」の計 2 日 「2」の計 6 日 平日合計 23 日 「3」の計 12 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	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	4	3	2	2	3	4	3	4	3	1	2	4	4	4	4	4	2	2	3	4	3	4	3	1	2	3	4	3	3	3	3
考備	休養日		休養日	休養日		休養日		休養日			休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日		休養日		休養日			休養日		休養日				

9 月 週休日・祝日合計 12 日 「1」の計 2 日 「2」の計 10 日 平日合計 18 日 「3」の計 7 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	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	2	4	3	4	3	2	2	3	4	3	4	3	1	2	2	4	4	4	4	2	2	2	4	4	4	3	1	2	3
考備	休養日	休養日	休養日		休養日		休養日	休養日		休養日		休養日			休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日				休養日	休養日	休養日			休養日	

10 月 週休日・祝日合計 9 日 「1」の計 2 日 「2」の計 7 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	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	4	3	1	2	3	4	3	4	3	2	2	3	3	3	4	3	1	2	3	2	3	4	3	2	2	3	3	3	3
考備	休養日		休養日			休養日		休養日		休養日		休養日	休養日				休養日			休養日		休養日		休養日		休養日	休養日				

11 月 週休日・祝日合計 10 日 「1」の計 1 日 「2」の計 9 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	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	3	2	2	2	3	3	4	3	1	2	3	3	3	4	4	2	2	4	4	4	4	4	2	2	4	3	3	4	3	2
考備		休養日	休養日	休養日			休養日			休養日				休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日		休養日		休養日

12 月 週休日・祝日合計 12 日 「1」の計 1 日 「2」の計 11 日 平日合計 19 日 「3」の計 9 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	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	2	4	3	4	3	2	2	3	4	3	4	3	1	2	3	4	3	4	3	2	2	3	4	4	4	4	2	2	2	2
考備	休養日	休養日	休養日		休養日		休養日	休養日		休養日		休養日			休養日		休養日		休養日		休養日	休養日		休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日

1 月 週休日・祝日合計 12 日 「1」の計 2 日 「2」の計 10 日 平日合計 19 日 「3」の計 10 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	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	2	2	2	4	4	3	4	3	1	2	2	4	3	4	3	2	2	3	4	3	4	3	1	2	3	4	3	4	3
考備	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日		休養日			休養日	休養日	休養日		休養日		休養日	休養日		休養日		休養日			休養日		休養日		休養日	

2 月 週休日・祝日合計 12 日 「1」の計 0 日 「2」の計 12 日 平日合計 17 日 「3」の計 6 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
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	2	2	3	4	3	4	3	2	2	2	2	4	4	4	2	2	4	4	4	4	3	2	2	2	4	3	4	3	2
考備	休養日	休養日		休養日		休養日		休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日		休養日	休養日	休養日	休養日		休養日		休養日

3 月 週休日・祝日合計 17 日 「1」の計 2 日 「2」の計 15 日 平日合計 14 日 「3」の計 7 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	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	4	2	2	2	2	2	2	2	1	3	2	2	2	4	3	3	3	1	2	2	2	4	4	4	3	2	2	3	4
考備	休養日		休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日		休養日	休養日	休養日	休養日					休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日		休養日	休養日		休養日