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	132 日	「1」の計	19 日	「2」の計	113 日	平日の計	234 日	「3」の計	114 日	「4」の計	120 日	「2・4」の計	233 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			11 日	「4」の計			8 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	4	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		休養日	

6 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			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	1	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	研修会	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	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			17 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	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	3	3	3	3	1	2	3	4	3	4	3	2	2	3	4	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				

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			8 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	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	4	1	2	3	4	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		県発表会	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	

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			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	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	3	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	研修会	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	木
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			2 日		「2」の計			10 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	1	2	2	2	4	4	4	2	2	4	4	4	4	3	1	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			

3 月

週休日・祝日合計						15 日		「1」の計			2 日		「2」の計			13 日		平日合計			16 日	「3」の計			6 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	4	3	4	2	2	2	1	2	2	2	4	4	3	2	2	4	4	3	4	1	2	2	2	4	3	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