

2020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	99 日	「1」の計	15 日	「2」の計	84 日	平日の計	205 日	「3」の計	109 日	「4」の計	96 日	「2・4」の計	180 日
-------------	------	-------	------	-------	------	------	-------	-------	-------	-------	------	---------	-------

4 月		週休日・祝日合計 0 日 「1」の計 0 日 「2」の計 0 日														平日合計 0 日 「3」の計 0 日 「4」の計 0 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	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																																
備考																																

5 月		週休日・祝日合計 0 日 「1」の計 0 日 「2」の計 0 日														平日合計 0 日 「3」の計 0 日 「4」の計 0 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	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	日	
実施																																
備考																																

6 月		週休日・祝日合計 8 日 「1」の計 1 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	
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	3	4	3	4	3	2	2	3	4	3	4	3	2	2	3	4	3	4	3	1	2	3	4	3	4	3	2	2	3	4	
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	



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	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	3	3	1	2	3	4	3	4	3	2	2	3	4	3	4	3	1	2	3	4	3	4	3	2	2	3	3	3	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	

11 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 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
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	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	4	4	4	2	2	4	4	4	4	4	2	2	2	4	3	4	3	2	2	3
考備	休養日		休養日				休養日	休養日		研究発表会	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		

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 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	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	4	3	4	3	2	2	3	4	3	4	3	1	2	3	4	3	4	3	2	2	3	4	3	4	3	2	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	県大会	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日	休養日

2021

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 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	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	日
実施	2	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	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	

2 月		週休日・祝日合計 10 日					「1」の計 2 日					「2」の計 8 日					平日合計 18 日					「3」の計 8 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			
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			
実施	3	4	3	4	3	1	2	3	4	4	2	4	2	2	4	4	4	4	3	1	2	3	2	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	

3 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 10 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	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	4	4	3	4	4	1	2	3	4	4	4	3	2	2	4	4	3	4	3	1	2	3	4	3	4	3	2	2	3	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