

2019年度

部活動 休養日設定確認表

※年間を52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104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	123 日	「1」の計	111 日	「2」の計	12 日	平日の計	242 日	「3」の計	178 日	「4」の計	64 日	「2・4」の計	76 日
-------------	-------	-------	-------	-------	------	------	-------	-------	-------	-------	------	---------	------

4 月		週休日・祝日合計 10 日					「1」の計 10 日					「2」の計 0 日					平日合計 20 日					「3」の計 17 日					「4」の計 3 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	4	3	3	3	3	1	1	4	3	3	3	3	1	1	3	3	3	3	3	1	1	4	3	3	3	3	1	1	1	1	
備考	休養日							休養日														休養日									

5 月		週休日・祝日合計 13 日					「1」の計 11 日					「2」の計 2 日					平日合計 18 日					「3」の計 12 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	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	2	1	1	1	1	2	3	3	3	3	1	1	4	4	4	4	3	1	1	1	4	3	3	3	1	1	4	3	3	3	
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				

6 月		週休日・祝日合計 10 日					「1」の計 10 日					「2」の計 0 日					平日合計 20 日					「3」の計 14 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	
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	1	1	4	3	3	3	3	1	1	4	3	3	3	3	1	1	3	3	3	3	3	1	1	4	4	4	4	3	1	1	
備考			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 10 日 「1」の計 10 日 「2」の計 0 日														平日合計 21 日 「3」の計 16 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	4	3	3	3	3	1	1	4	1	3	3	3	1	1	1	4	3	3	3	1	1	4	3	3	3	3	1	1	4	3	3
備考	休養日							休養日								休養日						休養日							休養日		

8 月		週休日・祝日合計 9 日 「1」の計 6 日 「2」の計 3 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	1	4	3	3	3	3	2	2	4	4	4	4	3	1	1	3	3	3	3	3	1	1	4	3	3	3	3	2
備考					休養日					閉庁日	閉庁日	閉庁日	閉庁日	閉庁日	閉庁日											休養日					休養日

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

10 月		週休日・祝日合計 10 日 「1」の計 9 日 「2」の計 1 日														平日合計 21 日 「3」の計 15 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	3	3	3	3	1	1	4	3	3	3	3	1	1	2	4	4	4	3	1	1	3	1	4	3	3	1	1	4	3	3	3
備考							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 12 日 「1」の計 10 日 「2」の計 2 日														平日合計 18 日 「3」の計 11 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	
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	4	2	1	1	3	1	3	3	1	1	4	3	1	3	3	1	1	4	3	3	3	3	1	2	4	4	4	4	3	1	
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			

12 月		週休日・祝日合計 9 日 「1」の計 7 日 「2」の計 2 日														平日合計 22 日 「3」の計 19 日 「4」の計 3 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	1	3	3	3	3	3	1	1	3	3	3	3	3	2	1	3	3	3	3	3	1	1	4	3	3	3	3	1	2	4	4
備考														休養日									休養日						休養日	休養日	休養日

