

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 128 日 「1」の計 66 日 「2」の計 62 日 平日の計 238 日 「3」の計 195 日 「4」の計 43 日 「2・4」の計 105 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 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	3	3	4	3	3	1	2	3	3	3	3	3	2	1	3	3	3	4	3	1	1	3	3	4	3	3	2	1	1	2	
備考							休養日																					休養日			休養日

5月		週休日・祝日合計 12 日					「1」の計 6 日					「2」の計 6 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	1	2	1	1	1	2	3	3	3	3	1	2	3	3	4	3	3	1	2	3	3	3	4	4	2	2	4	4	4	4	4	
備考		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 11 日					「1」の計 6 日					「2」の計 5 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	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	4	3	3	3	3	1	1	4	3	4	3	3	1	2	3	2	3	3	3	1	1	4	3	3	3	3	1	2	
備考	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 6 日					「2」の計 4 日				平日合計 21 日					「3」の計 19 日			「4」の計 2 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	2	3	3	4	3	3	1	1	2	3	3	3	3	1	2	3	1	3	3	3	1	2	3	3	3	
備考							休養日									休養日							休養日						休養日			

8月		週休日・祝日合計 13 日					「1」の計 6 日					「2」の計 7 日				平日合計 18 日					「3」の計 17 日			「4」の計 1 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	3	4	3	3	1	2	2	2	2	2	3	1	1	3	3	3	3	3	2	1	3	3	3	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								

9月		週休日・祝日合計 10 日					「1」の計 5 日					「2」の計 5 日				平日合計 20 日					「3」の計 19 日			「4」の計 1 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	2	3	3	4	3	3	1	2	3	3	3	3	3	1	1	2	3	3	3	3	1	2	3	
備考	休養日							休養日							休養日									休養日							休養日

