

学校名	式下 中学校
部活動名	水泳部 部

部員数	1女	2女	3女	1男	2男	3男	計
				2	5		7

日	曜	A M	P M	時間	内容（練習・大会・OFF等）		場所
1	日	～	～				
2	月	～	14:55 ～ 16:30	1:35			
3	火	～	～				
4	水	～	～				
5	木	～	16:05 ～ 17:00	0:55			
6	金	～	16:05 ～ 17:00	0:55			
7	土	～	～				
8	日	～	～				
9	月	～	16:05 ～ 17:00	0:55			
10	火	～	16:05 ～ 17:00	0:55			
11	水	～	～				
12	木	～	14:55 ～ 16:30	1:35			
13	金	～	16:05 ～ 17:00	0:55			
14	土	～	～				
15	日	～	～				
16	月	～	15:35 ～ 17:00	1:25			
17	火	～	15:35 ～ 17:00	1:25			
18	水	～	～				
19	木	～	16:05 ～ 17:00	0:55			
20	金	～	～				
21	土	～	～				
22	日	～	～				
23	月	～	～				
24	火	～	～				
25	水	～	～				
26	木	～	～				
27	金	～	～				
28	土	～	～				
29	日	～	～				
30	月	～	～				
		～	～				

月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	計	
時間	0:00	0:00	36:55	43:00	27:00	31:35	15:50	11:30					165:50	時間
活動日数	0	0	0	16	10	16	12	10					64	活動日数
休養日数	12	6	12	14	21	13	18	20					116	休養日数
													2:35	平均時間/日

学校名	式下 中学校
部活動名	男子テニス部 部

部員数	1女 0	2女 0	3女 0	1男 10	2男 3	3男	計 13
-----	---------	---------	---------	----------	---------	----	---------

日	曜	A M	P M	時間	内容（練習・大会・OFF等）		場所
1	日	～	～		OFF		
2	月	～	～		OFF		
3	火	8:30 ～ 12:30		4:00			本校
4	水	～	16:05 ～ 17:00	0:55			本校
5	木	～	16:05 ～ 17:00	0:55			本校
6	金	～	16:05 ～ 17:00	0:55			本校
7	土	9:00 ～ 12:00	13:00 ～ 17:00	7:00	合同練習		長柄運動公園
8	日	～	～		OFF		
9	月	～	16:05 ～ 17:00	0:55			本校
10	火	～	16:05 ～ 17:00	0:55			本校
11	水	～	～		OFF		
12	木	～	15:05 ～ 17:00	1:55			本校
13	金	～	16:05 ～ 17:00	0:55			本校
14	土	～	12:00 ～ 16:00	4:00	公式戦		明日香コート
15	日	～	～		OFF		
16	月	～	15:35 ～ 17:00	1:25			本校
17	火	～	15:35 ～ 17:00	1:25			本校
18	水	～	～		OFF		
19	木	～	15:35 ～ 17:00	1:25			本校
20	金	～	15:05 ～ 17:00	1:55			本校
21	土	9:00 ～ 12:00	13:00 ～ 17:00	7:00	合同練習		本校
22	日	7:30 ～ 11:00	～	3:30			本校
23	月	～	13:30 ～ 17:00	3:30			本校
24	火	～	～		OFF		
25	水	～	～		OFF		
26	木	～	～		OFF		
27	金	～	～		OFF		
28	土	～	～		OFF		
29	日	～	～		OFF		
30	月	～	～		OFF		
		～	～				

										42:35						
月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	計			
時間	0:00	0:00	57:50	61:35	59:30	62:35	43:40	42:35					327:45	時間		
活動日数	0	0	0	18	17	21	19	17					92	活動日数		
休養日数	30	31	5	12	14	6	12	13					123	休養日数		
													3:33	平均時間/日		

学校名	式下	中学校
部活動名	女子ソフトテニス	部

部員数	1女 3	2女 9	3女	1男	2男	3男	計 12
-----	---------	---------	----	----	----	----	---------

日	曜	A M	P M	時間	内容 (練習・大会・OFF等)		場所
1	日	～	～		OFF		
2	月	～	～		OFF		
3	火	8:30 ～ 12:30		4:00			本校
4	水	～	16:05 ～ 17:00	0:55			本校
5	木	～	16:05 ～ 17:00	0:55			本校
6	金	～	16:05 ～ 17:00	0:55			本校
7	土	9:00 ～ 12:00	13:00 ～ 17:00	7:00	合同練習		長柄運動公園
8	日	～	～		OFF		
9	月	～	16:05 ～ 17:00	0:55			本校
10	火	～	16:05 ～ 17:00	0:55			本校
11	水	～	～		OFF		
12	木	～	15:05 ～ 17:00	1:55			本校
13	金	～	16:05 ～ 17:00	0:55			本校
14	土	8:00 ～ 12:00	～	4:00	公式戦		明日香コート
15	日	～	～		OFF		
16	月	～	15:35 ～ 17:00	1:25			本校
17	火	～	15:35 ～ 17:00	1:25			本校
18	水	～	～		OFF		
19	木	～	15:35 ～ 17:00	1:25			本校
20	金	～	15:05 ～ 17:00	1:55			本校
21	土	9:00 ～ 12:00	13:00 ～ 17:00	7:00	合同練習		本校
22	日	7:30 ～ 11:00	～	3:30			本校
23	月	～	13:30 ～ 17:00	3:30			本校
24	火	～	～		OFF		
25	水	～	～		OFF		
26	木	～	～		OFF		
27	金	～	～		OFF		
28	土	～	～		OFF		
29	日	～	～		OFF		
30	月	～	～		OFF		
		～	～				
				42:35			

	月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	計	
時間	0:00	0:00	57:50	61:35	59:30	59:40	47:10	42:35						328:20	時間
活動日数	0	0	0	18	17	21	19	17						92	活動日数
休養日数	30	31	5	12	14	8	12	13						125	休養日数
														3:34	平均時間/日

学校名	式下	中学校
部活動名	卓球	部

部員数	1女 8	2女 7	3女 0	1男 8	2男 6	3男 3	計 32
-----	---------	---------	---------	---------	---------	---------	---------

職名	教諭	顧問名	本岸賢治	職名	教諭	顧問名	本田和憲
職名	教諭	顧問名	松井久宣	職名	講師	顧問名	川合紗智子

日	曜	A M	P M	時間	内容(練習・大会・OFF等)	場所
1	日	～	～		OFF	
2	月	～	16:05 ～ 17:00	0:55		
3	火	～	～		OFF	
4	水	～	16:05 ～ 17:00	0:55		
5	木	～	16:05 ～ 17:00	0:55		
6	金	～	16:05 ～ 17:00	0:55		
7	土	8:45 ～ 12:15	～	3:30	通常練習	本校
8	日	～	～		OFF	
9	月	～	16:05 ～ 17:00	0:55		
10	火	～	16:05 ～ 17:00	0:55		
11	水	～	～		OFF	
12	木	～	15:05 ～ 17:00	1:55		
13	金	～	16:05 ～ 17:00	0:55		
14	土	8:15 ～ 12:30	～	4:15	練習試合	本校
15	日	～	～		OFF	
16	月	～	15:35 ～ 17:00	1:25		
17	火	～	15:35 ～ 17:00	1:25		
18	水	～	15:35 ～ 17:00	1:25		
19	木	～	16:05 ～ 17:00	0:55		
20	金	～	～		OFF	
21	土	8:45 ～ 12:15	～	3:30	通常練習	本校
22	日	8:45 ～ 12:15	～	3:30	通常練習	本校
23	月	～	～		OFF	
24	火	～	～		OFF	
25	水	～	～		OFF	
26	木	～	～		OFF	
27	金	～	～		OFF	
28	土	～	～		OFF	
29	日	～	～		OFF	
30	月	～	～		OFF	
		～	～			

										28:15					
月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	計		
時間	55:40	55:40	55:40	55:40	44:55	66:15	29:40	28:15					391:45	時間	
活動日数	24	24	0	24	0	22	17	16					127	活動日数	
休養日数	6	7	6	7	11	4	12	14					67	休養日数	
													3:05	平均時間/日	

学校名	式下	中学校
部活動名	男子バレーボール	部

部員数	1女 0	2女 0	3女 0	1男 4	2男 0	3男 0	計 4
-----	---------	---------	---------	---------	---------	---------	--------

日	曜	A M	P M	時間	内容(練習・大会・OFF等)	場所
1	日	9:00 ~	~ 13:00	4:00	奈良県中学校新人大会	香芝中学校
2	月	~	~		振替OFF	
3	火	9:00 ~ 12:00	~	3:00	合同練習	本校or田原本中
4	水	~	~		OFF	
5	木	~	16:05 ~ 17:00	0:55	通常練習	本校
6	金	~	16:05 ~ 17:00	0:55	通常練習	本校
7	土	9:00 ~ 12:00	~	3:00	合同練習	本校
8	日	~	13:00 ~ 16:00	3:00	合同練習	田原本中学校
9	月	~	~		振替OFF	
10	火	~	16:05 ~ 17:00	0:55	通常練習	本校
11	水	~	~		OFF	
12	木	~	15:05 ~ 17:00	1:55	通常練習	本校
13	金	~	16:05 ~ 17:00	0:55	通常練習	本校
14	土	9:00 ~ 12:00	~	3:00	合同練習	本校
15	日	~	13:00 ~ 16:00	3:00	合同練習	田原本中学校
16	月	~	~		振替OFF	
17	火	~	15:35 ~ 17:00	1:25	通常練習	本校
18	水	~	~		OFF	
19	木	~	16:05 ~ 17:00	0:55	通常練習	本校
20	金	~	15:05 ~ 17:00	1:55	通常練習	本校
21	土	9:00 ~ 12:00	~	3:00	合同練習	本校
22	日	~	13:00 ~ 16:00	3:00	合同練習	田原本中学校
23	月	9:00 ~ 12:00	~	3:00	合同練習	本校or田原本中
24	火	~	~		テスト前	
25	水	~	~		テスト前	
26	木	~	~		テスト前	
27	金	~	~		テスト前	
28	土	~	~		テスト前	
29	日	~	~		テスト前	
30	月	~	~		テスト前	
		~	~			

										37:50				
月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	計	
時間	0:00	0:00	42:15	38:25	43:30	46:15	33:55	37:50					242:10	時間
活動日数	0	0	0	14	16	19	17	17					83	活動日数
休養日数	27	31	10	17	15	11	14	13					138	休養日数
													2:55	平均時間/日

学校名	式下	中学校
部活動名	女子バレー	部

部員数	1女 8	2女 5	3女 8	1男 0	2男 0	3男 0	計 21
-----	---------	---------	---------	---------	---------	---------	---------

日	曜	A M	P M	時間	内容（練習・大会・OFF等）		場所
1	日	8:30 ~ 12:00	13:00 ~ 16:30	7:00	県新人大会		桜井東中学校
2	月	~	16:05 ~ 17:00	0:55	通常練習		本校
3	火	8:30 ~ 12:00	13:00 ~ 16:30	7:00	県新人大会		ならでんアリーナ
4	水	~	~			OFF	
5	木	~	16:05 ~ 17:00	0:55	通常練習		本校
6	金	~	16:05 ~ 17:00	0:55	通常練習		本校
7	土	8:30 ~ 12:00	13:00 ~ 16:30	7:00	県新人大会		ジェイテクトアリーナ奈良
8	日	~	~			OFF	
9	月	~	16:05 ~ 17:00	0:55	通常練習		本校
10	火	~	16:05 ~ 17:00	0:55	通常練習		本校
11	水	~	~			OFF	
12	木	~	15:05 ~ 17:00	1:55	通常練習		本校
13	金	~	16:05 ~ 17:00	0:55	通常練習		本校
14	土	8:30 ~ 12:00	~	3:30	練習試合	大三輪中	本校
15	日	~	~			OFF	
16	月	~	15:35 ~ 17:00	1:25	通常練習		本校
17	火	~	15:35 ~ 17:00	1:25	通常練習		本校
18	水	~	15:35 ~ 17:00	1:25	通常練習		本校
19	木	~	16:05 ~ 17:00	0:55	通常練習		本校
20	金	~	~			OFF	
21	土	8:30 ~ 12:00	~	3:30			本校
22	日	~	~			OFF	
23	月	~	~			OFF	
24	火	~	~			OFF	
25	水	~	~			OFF	
26	木	~	~			OFF	
27	金	~	~			OFF	
28	土	~	~			OFF	
29	日	~	~			OFF	
30	月	~	~			OFF	
		~	~				
				40:35			

[illegible]

学校名	式下 中学校
部活動名	野球 部

部員数	1女 1	2女	3女	1男 9	2男 2	3男	計 12
-----	---------	----	----	---------	---------	----	---------

日	曜	A M	P M	時間	内容(練習・大会・OFF等)		場所
1	日	～	～			OFF	本校
2	月	～	15:10 ～ 17:00	1:50	通常練習		本校
3	火	8:00 ～ 12:00	13:00 ～ 17:00	8:00	練習試合		本校
4	水	～	16:10 ～ 17:00	0:50	通常練習		本校
5	木	～	～			OFF	
6	金	～	16:10 ～ 17:00	0:50	通常練習		本校
7	土	8:00 ～ 12:00	13:00 ～ 17:00	8:00	練習試合		香芝東中学校
8	日	～	～			OFF	
9	月	～	16:10 ～ 17:00	0:50	通常練習		本校
10	火	～	16:10 ～ 17:00	0:50	通常練習		本校
11	水	～	～			OFF	
12	木	～	15:10 ～ 17:00	1:50	通常練習		本校
13	金	～	16:10 ～ 17:00	0:50	通常練習		本校
14	土	8:00 ～ 12:00	13:00 ～ 17:00	8:00	練習試合		本校
15	日	～	～			OFF	
16	月	～	～			OFF	
17	火	～	15:35 ～ 17:00	1:25	通常練習		本校
18	水	～	15:35 ～ 17:00	1:25	通常練習		本校
19	木	～	16:10 ～ 17:00	0:50	通常練習		本校
20	金	～	15:10 ～ 17:00	1:50	通常練習		本校
21	土	8:00 ～ 12:00	13:00 ～ 17:00	8:00	練習試合		本校
22	日	8:00 ～ 12:00	13:00 ～ 17:00	8:00	練習試合		本校
23	月	～	～		テスト前		
24	火	～	～		テスト前		
25	水	～	～		テスト前		
26	木	～	～		テスト前		
27	金	～	～		テスト前		
28	土	～	～		テスト前		
29	日	～	～		テスト前		
30	月	～	～		テスト前		
		～	～				

										53:20						
月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	計			
時間	61:30	48:00	54:35	47:00	59:00	71:25	56:10	53:20					451:00	時間		
活動日数	21	17	0	17	16	22	19	16					128	活動日数		
休養日数	9	14	9	14	15	8	12	14					95	休養日数		
													3:31	平均時間/日		

学校名	式下	中学校
部活動名	陸上競技	部

部員数	1女 8	2女 3	3女 6	1男 11	2男 8	3男 7	計 43
-----	---------	---------	---------	----------	---------	---------	---------

日	曜	A M	P M	時間	内容（練習・大会・OFF等）	場所
1	日	～	～		OFF	
2	月	～	15:05 ～ 17:00	1:55		本校
3	火	7:30 ～ 16:30	～	9:00	奈良市記録会	鴻ノ池陸上競技場
4	水	～	～		振替OFF	
5	木	～	16:05 ～ 17:00	0:55		本校
6	金	～	16:05 ～ 17:00	0:55		本校
7	土	8:00 ～ 11:00	～	3:00		本校
8	日	～	～		OFF	
9	月	～	16:05 ～ 17:00	0:55		本校
10	火	～	16:05 ～ 17:00	0:55		本校
11	水	～	～		OFF	
12	木	～	15:05 ～ 17:00	1:55		本校
13	金	～	16:05 ～ 17:00	0:55		本校
14	土	8:00 ～ 11:00	～	3:00		本校
15	日	7:30 ～ 15:00	～	7:30	県中学駅伝大会	橿原運動公園
16	月	～	～		振替OFF	
17	火	～	15:35 ～ 17:00	1:25		本校
18	水	～	～		OFF	
19	木	～	16:05 ～ 17:00	0:55		本校
20	金	～	15:05 ～ 17:00	1:55		本校
21	土	8:00 ～ 11:00	～	3:00		本校
22	日	8:00 ～ 11:00	～	3:00		本校
23	月	～	～		OFF	
24	火	～	～		テスト前OFF	
25	水	～	～		テスト前OFF	
26	木	～	～		テスト前OFF	
27	金	～	～		テスト前OFF	
28	土	～	～		テスト前OFF	
29	日	～	～		テスト前OFF	
30	月	～	～		テスト前OFF	
		～	～			

										41:10						
月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	計			
時間	0:00	0:00	46:30	64:55	52:35	66:50	67:35	41:10					339:35	時間		
活動日数	0	0	0	19	16	20	23	16					94	活動日数		
休養日数	30	31	8	12	15	10	8	14					128	休養日数		
													3:36	平均時間/日		

学校名	式下	中学校
部活動名	英語	部

部員数	1女	2女	3女	1男	2男	3男	計
	2	0	0	0	0	0	2

日	曜	A M	P M	時間	内容（練習・大会・OFF等）		場所
1	日	～	～				
2	月	～	～				
3	火	～	～				
4	水	～	～				
5	木	～	～				
6	金	～	16:05 ～ 17:00	0:55	通常練習		本校
7	土	～	～				
8	日	～	～				
9	月	～	～				
10	火	～	～				
11	水	～	～				
12	木	～	～				
13	金	～	16:05 ～ 17:00	0:55	通常練習		本校
14	土	～					
15	日	～					
16	月	～					
17	火	～					
18	水	～					
19	木	～	～				
20	金	～	15:05 ～ 16:05	1:00	通常練習		本校
21	土	～	～				
22	日	～	～				
23	月	～	～				
24	火	～	～				
25	水	～	～				
26	木	～	～				
27	金	～	～			テスト前OFF	
28	土	～					
29	日	～					
30	月	～					
		～	～				
				2:50			

月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	計	
時間	0:00	0:00	3:00	3:00	1:00	4:00	3:00	2:50					16:50	時間
活動日数	0	0	3	3	1	4	3	3					17	活動日数
休養日数	30	31	27	28	30	26	28	27					227	休養日数
													0:59	平均時間/日

学校名	式下 中学校
部活動名	書道 部

部員数	1女	2女	3女	1男	2男	3男	計
	7	7	1	0	0	0	15

日	曜	A M	P M	時間	内容（練習・大会・OFF等）	場所
1	日	～	～		OFF	
2	月	～	～		OFF	
3	火	～	～		OFF	
4	水	～	16:05 ～ 17:00	0:55	通常練習	本校
5	木	～	16:05 ～ 17:00	0:55	通常練習	本校
6	金	～	～		OFF	
7	土	～	～		OFF	
8	日	～	～		OFF	
9	月	～	16:05 ～ 17:00	0:55	通常練習	本校
10	火	～	16:05 ～ 17:00	0:55	通常練習	本校
11	水	～	～		OFF	
12	木	～	15:05 ～ 17:00	1:55	通常練習	本校
13	金	～	～		OFF	
14	土	～	～		OFF	
15	日	～	～		OFF	
16	月	～	15:35 ～ 17:00	1:25	通常練習	本校
17	火	～	15:35 ～ 17:00	1:25	通常練習	本校
18	水	～	～		OFF	
19	木	～	16:05 ～ 17:00	0:55	通常練習	本校
20	金	～	～		OFF	
21	土	～	～		OFF	
22	日	～	～		OFF	
23	月	～	～		OFF	
24	火	～	～		テスト前OFF	
25	水	～	～		テスト前OFF	
26	木	～	～		テスト前OFF	
27	金	～	～		テスト前OFF	
28	土	～	～		テスト前OFF	
29	日	～	～		テスト前OFF	
30	月	～	～		テスト前OFF	
		～	～			

										9:20							
月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	計				
時間	0:00	0:00	17:35	12:45	7:35	17:00	9:20	9:20					73:35	時間			
活動日数	0	0	12	9	5	12	8	8					54	活動日数			
休養日数	30	31	18	22	26	18	23	22					190	休養日数			
													1:21	平均時間/日			

学校名	式下 中学校
部活動名	吹奏楽 部

部員数	1女 7	2女 8	3女 13	1男 4	2男 0	3男 0	計 32
-----	---------	---------	----------	---------	---------	---------	---------

日	曜	A M	P M	時間	内容（練習・大会・OFF等）		場所
1	日	～	～			OFF	
2	月	～	15:05 ～ 17:00	1:55	通常練習		本校
3	火	8:35 ～ 12:25	～	3:50	通常練習		本校
4	水	～	～			OFF	
5	木	～	16:05 ～ 17:00	0:55	通常練習		本校
6	金	～	16:05 ～ 17:00	0:55	通常練習		本校
7	土	8:35 ～ 12:25	～	3:50	通常練習		本校
8	日	～	～			OFF	
9	月	～	16:05 ～ 17:00	0:55	通常練習		本校
10	火	～	16:05 ～ 17:00	0:55	通常練習		本校
11	水	～	～			OFF	
12	木	～	15:05 ～ 17:00	1:55	通常練習		本校
13	金	～	16:05 ～ 17:00	0:55	通常練習		本校
14	土	8:35 ～ 12:25	～	3:50	通常練習		本校
15	日	～	～			OFF	
16	月	～	15:35 ～ 17:00	1:25	通常練習		本校
17	火	～	15:35 ～ 17:00	1:25	通常練習		本校
18	水	～	15:35 ～ 17:00	1:25	通常練習		本校
19	木	～	16:05 ～ 17:00	0:55	通常練習		本校
20	金	～	～			OFF	
21	土	～	～			OFF	
22	日	8:35 ～ 12:25	～	3:50	通常練習		本校
23	月	8:35 ～ 12:25	～	3:50	通常練習		本校
24	火	～	～			テスト前OFF	
25	水	～	～			テスト前OFF	
26	木	～	～			テスト前OFF	
27	金	～	～			テスト前OFF	
28	土	～	～			テスト前OFF	
29	日	～	～			テスト前OFF	
30	月	～	～			テスト前OFF	
		～	～				
				32:45			

[illegible]

学校名	式下 中学校
部活動名	パソコン 部

部員数	1女 1	2女 4	3女	1男 5	2男 7	3男	計 17
-----	---------	---------	----	---------	---------	----	---------

日	曜	A M	P M	時間	内容（練習・大会・OFF等）		場所
1	日	～	～				
2	月	～	～				
3	火	～	～				
4	水	～	～				
5	木	～	～				
6	金	～	16:05 ～ 17:00	0:55	通常練習		本校
7	土	～	～				
8	日	～	～				
9	月	～	16:05 ～ 17:00	0:55	通常練習		本校
10	火	～	～				
11	水	～	～				
12	木	～	～				
13	金	～	16:05 ～ 17:00	0:55	通常練習		本校
14	土	～	～				
15	日	～	～				
16	月	～	～				
17	火	～					
18	水	～	～				
19	木	～	～				
20	金	～	～				
21	土	～	～				
22	日	～	～				
23	月	～	～				
24	火	～	～				
25	水	～	～				
26	木	～	～				
27	金	～	～				
28	土	～	～				
29	日	～	～				
30	月	～	～				
		～	～				
				2:45			

月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	計	
時間	0:00	0:00	0:00	4:35	4:15	5:15	4:50	2:45					21:40	時間
活動日数	0	0	0	5	3	7	5	3					23	活動日数
休養日数	29	30	29	25	27	23	25	26					214	休養日数
													0:56	平均時間/日

学校名	式下 中学校
部活動名	ボランティア 部

部員数	1女 3	2女 4	3女 1	1男 2	2男 0	3男 0	計 10
-----	---------	---------	---------	---------	---------	---------	---------

日	曜	A M	P M	時間	内容 (練習・大会・OFF等)	場所
1	日	～	～		OFF	
2	月	～	15:05 ～ 16:05	1:00	通常活動	
3	火	～	～		OFF	
4	水	～	～		OFF	
5	木	～	16:05 ～ 17:00	0:55	通常活動	
6	金	～	～		OFF	
7	土	～	～		OFF	
8	日	～	～		OFF	
9	月	～	16:05 ～ 17:00	0:55	通常活動	
10	火	～	16:05 ～ 17:00	0:55	通常活動	
11	水	～	16:05 ～ 17:00	0:55	通常活動	
12	木	～	～		OFF	
13	金	～	～		OFF	
14	土	～	～		OFF	
15	日	～	～		OFF	
16	月	～	15:35 ～ 16:35	1:00	通常活動	
17	火	～	～		OFF	
18	水	～	15:35 ～ 16:35	1:00	通常活動	
19	木	～	16:05 ～ 17:00	0:55	通常活動	
20	金	～	～		OFF	
21	土	～	～		OFF	
22	日	～	～		OFF	
23	月	～	～		OFF	
24	火	～	～		OFF	
25	水	～	～		OFF	
26	木	～	～		OFF	
27	金	～	～		OFF	
28	土	～	～		OFF	
29	日	～	～		OFF	
30	月	～	～		OFF	
		～	～			

										7:35						
月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	計			
時間	0:00	0:00	12:10	8:00	7:20	10:00	8:30	7:35					53:35	時間		
活動日数	0	0	0	8	6	10	8	8					40	活動日数		
休養日数	30	31	18	23	25	20	23	22					192	休養日数		
													1:20	平均時間/日		