

2019年度 部活動 休養日設定確認表 ※年間を52週と考え、高等学校では週休日・祝日の休養日と平日の休養日の合計を52日以上設けましょう。

実施状況 1:週休日・祝日の活動日 2:週休日・祝日の休養日 3:平日の活動日 4:平日の休養日

年間 週休日・祝日合計 83 日 「1」の計 2 日 「2」の計 81 日 平日の計 158 日 「3」の計 92 日 「4」の計 66 日 「2・4」の計 147 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	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	木	金	土	日							
実施休養																																										
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	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											
実施休養																																										
備考																																										

6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	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												
実施休養																																										
備考																																										

7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	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											
実施休養																																										
備考																																										

8月	週休日・祝日合計 12 日							「1」の計 0 日							「2」の計 12 日							平日合計 19 日							「3」の計 19 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	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											
実施休養	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	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										

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 17 日							「3」の計 11 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	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												
実施休養	2	3	4	3	4	3	2	2		4	3	4	3	1	2	1	2	3	3	3	2	2	3	4	3	4	3	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										

10月	週休日・祝日合計 8日							「1」の計 0日							「2」の計 8日							平日合計 21日							「3」の計 12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	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	4			2	2	3	4	3	4	3	2	2	3	4	3	4	3	2	2	3	4	3	4	3	2	2	3	4	3	4							
休養		○			○	○		○		○		○	○		○		○		○	○		○		○		○	○		○		○							
備考		休養日	生徒休業日	生徒休業日	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							

11月	週休日・祝日合計 10日							「1」の計 0日							「2」の計 10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	3	2	2	2	4	3	4	3	2	2	3	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	3	2	2	3	4	3	4	3	2								
休養		○	○	○	○		○		○	○		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○		○		○		○								
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	休養日	休養日	休養日								

12月	週休日・祝日合計 9日							「1」の計 0日							「2」の計 9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	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	2	3	4	3	4	3	2	2	3	4	3	4	3	2	2	3	4	3	4	3	2	2	3	4	3	4	3	2	2	3	4							
休養	○		○		○		○	○		○		○		○	○		○		○	○		○	○		○		○	○		○	○							
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							

1月	週休日・祝日合計 11日							「1」の計 0日							「2」の計 11日							平日合計 20日							「3」の計 11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	金							
実施	2	2	2	2	2	4	4	3	4	3	2	2	3	4	3	4	3	2	2	3	4	3	4	3	2	2	3	4	3	4	3							
休養	○	○	○	○	○	○		○		○	○		○		○		○		○	○		○		○	○		○		○		○							
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							

2月	週休日・祝日合計 12日							「1」の計 0日							「2」の計 12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	2	2	3	4	4	4	4	2	2	2	2	4	4	4	2	2	3	4	3	4	3	2	2	2	4	3	4	3	2										
休養	○	○		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○		○		○		○	○	○	○		○		○										
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										

3月	週休日・祝日合計 9日							「1」の計 0日							「2」の計 9日							平日合計 22日							「3」の計 12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	4	2	4	3	4	3	2	2	4	4	3	4	3	2	2	3	4	3	4	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	4	4							
休養	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○		○		○	○		○		○	○		○						○	○	○	○							
備考	休養日	替	休養日	生徒自宅学習	休養日	生徒自宅学習	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								