# 2019年度 【卓球部】活動予定及び実施報告（4月～7月）

# 2019年度 【卓球部】活動予定及び実施報告（8月～11月）

# 2019年度 【卓球部】活動予定及び実施報告（12月～3月）

## 4 月

| 月日 | 曜日 | 行事 | 朝練 | 午後 | 夜間 | 練習試合・遠征・大会名など |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 月 | 学年始休業（～4/4） | | | ○ | |
| 2 | 火 | | | | ○ | |
| 3 | 水 | | | | ○ | |
| 4 | 木 | | | | ○ | |
| 5 | 金 | 新入生勧誘会<br>2・3年部員写真撮影<br>（オリエンテーション②） | | | ○ | |
| 6 | 土 | | | | △ | |
| 7 | 日 | | | | × | |
| 8 | 月 | 始業式・入学式<br>2・3年部員写真撮影<br>（オリエンテーション①）<br>1年身体測定 | | | ○ | |
| 9 | 火 | 2・3年対内実力考査<br>（オリエンテーション②） | | | ○ | |
| 10 | 水 | 1年オリエンテーション②<br>部検査（1次） | | | △ | |
| 11 | 木 | 部検査（1次） | | | ○ | |
| 12 | 金 | 年前定期健康診断 | | | ○ | |
| 13 | 土 | 顧問打合会 | | | ○ | |
| 14 | 日 | | | | × | |
| 15 | 月 | 1年面談<br>3年公開体験試 | | | ○ | |
| 16 | 火 | 1年道具等支給着①<br>部検査（2次） | | | ○ | |
| 17 | 水 | 年前歯科検診(2・5ピン・12) | | | △ | |
| 18 | 木 | | | | ○ | |
| 19 | 金 | 年前歯周精検診（1年）<br>年前歯生理食事券 | | | ○ | |
| 20 | 土 | JHA総会 | | | ○ | |
| 21 | 日 | | | | × | |
| 22 | 月 | 4/29振替休日 | | | ○ | |
| 23 | 火 | 年歯内科検診（1年） | | | ○ | |
| 24 | 水 | 昭和の日<br>（1・2年）<br>2年総合学力記述模試 | | | △ | |
| 25 | 木 | 振休(1・2・3)<br>年前視力検査 | | | ○ | |
| 26 | 金 | 振休(1・2・3) | | | ○ | |
| 27 | 土 | 3年前中学校訪問 | | | ○ | |
| 28 | 日 | | | | × | |
| 29 | 月 | 昭和の日 | | | △ | |
| 30 | 火 | 休日 | | 練習試合 | ○ | |

## 5 月

| 月日 | 曜日 | 行事 | 朝練 | 午後 | 夜間 | 練習試合・遠征・大会名など |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 水 | 春期休<br>全部活 | | 春期休 | ○ | |
| 2 | 木 | 春期休 | | 春期休 | ○ | |
| 3 | 金 | 春期休<br>特別授業 | | 春期休 | ○ | |
| 4 | 土 | みどりの日 | | | △ | |
| 5 | 日 | 春期休期末考<br>2・3年総合学力テスト<br>（記述式）<br>（～6/6） | | | × | |
| 6 | 月 | 振休(4)<br>2・3年総合学力テスト<br>（記述式）<br>（～6/6） | | | △ | |
| 7 | 火 | | | | × | |
| 8 | 水 | | | | × | |
| 9 | 木 | 2・3年対内実力考査<br>（オリエンテーション②） | | | × | |
| 10 | 金 | 2・3年対内実力考査<br>（オリエンテーション②） | | | × | |
| 11 | 土 | | | | × | |
| 12 | 日 | | | | × | |
| 13 | 月 | 3年公開実験試2 | | | ○ | |
| 14 | 火 | | | | × | |
| 15 | 水 | | | | × | |
| 16 | 木 | | | | × | |
| 17 | 金 | | | | × | |
| 18 | 土 | | | | × | |
| 19 | 日 | | | | × | |
| 20 | 月 | 3年AO入試説明会<br>3年公開実験試3 | | | ○ | |
| 21 | 火 | 3年MT校外学習<br>2年職員入試説明会① | | | ○ | |
| 22 | 水 | 3年MT校外学習 | | | △ | |
| 23 | 木 | 3年MT校外学習 | | | △ | |
| 24 | 金 | 3年MT校外学習 | | | △ | |
| 25 | 土 | | | | × | |
| 26 | 日 | | | | × | |
| 27 | 月 | 3年公開実験試4 | | | ○ | |
| 28 | 火 | | | | × | |
| 29 | 水 | 昭和の日 | | | △ | |
| 30 | 木 | 休日 | | 練習試合 | ○ | |
| 31 | 金 | 応援練習<br>壮行式②<br>（全校集会） | | | ○ | |

## 6 月

| 月日 | 曜日 | 行事 | 朝練 | 午後 | 夜間 | 練習試合・遠征・大会名など |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 土 | 春期休<br>全部活 | | 春期休 | ○ | |
| 2 | 日 | 春期休 | | 春期休 | ○ | |
| 3 | 月 | 春期休<br>特別授業 | | 春期休 | ○ | |
| 4 | 火 | みどりの日 | | | △ | |
| 5 | 水 | 春期休期末考<br>2・3年総合学力テスト<br>（記述式）<br>（～6/6） | | | × | |
| 6 | 木 | 春期休期末考<br>2・3年総合学力テスト<br>（記述式）<br>（～6/6） | | | × | |
| 7 | 金 | 春期休期末考<br>2・3年総合学力テスト<br>（記述式）<br>（～6/6） | | | × | |
| 8 | 土 | | | | × | |
| 9 | 日 | | | | × | |
| 10 | 月 | 3年定期試験対策期間 | | | ○ | |
| 11 | 火 | 3年定期試験対策期間 | | | ○ | |
| 12 | 水 | 3年定期試験対策期間 | | | ○ | |
| 13 | 木 | 3年定期試験対策期間 | | | ○ | |
| 14 | 金 | 3年定期試験対策期間 | | | ○ | |
| 15 | 土 | | | | × | |
| 16 | 日 | | | | × | |
| 17 | 月 | 3年定期試験対策期間 | | | ○ | |
| 18 | 火 | 3年定期試験対策期間 | | | ○ | |
| 19 | 水 | 3年定期試験対策期間 | | | ○ | |
| 20 | 木 | 3年定期試験対策期間 | | | ○ | |
| 21 | 金 | 3年定期試験対策期間 | | | ○ | |
| 22 | 土 | 2・3年総合学力テスト<br>（記述式）<br>（～6/6） | | | △ | |
| 23 | 日 | | | | × | |
| 24 | 月 | 3年定期試験対策期間 | | | ○ | |
| 25 | 火 | 3年定期試験対策期間 | | | ○ | |
| 26 | 水 | 3年定期試験対策期間 | | | ○ | |
| 27 | 木 | 3年定期試験対策期間 | | | ○ | |
| 28 | 金 | 3年定期試験対策期間 | | | ○ | |
| 29 | 土 | 2・3年総合学力テスト<br>（記述式）<br>（～6/6） | | | △ | |
| 30 | 日 | | | | × | |

## 7 月

| 月日 | 曜日 | 行事 | 朝練 | 午後 | 夜間 | 練習試合・遠征・大会名など |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 月 | 学年休 | | | ○ | |
| 2 | 火 | 3年防災教育 | | | ○ | |
| 3 | 水 | | | | △ | |
| 4 | 木 | | | | ○ | |
| 5 | 金 | 3年センター試験説明会①<br>3年公開実験試5 | | | ○ | |
| 6 | 土 | | | | △ | |
| 7 | 日 | | | | × | |
| 8 | 月 | 3年AO入試説明会<br>3年公開実験試6 | | | ○ | |
| 9 | 火 | | | | × | |
| 10 | 水 | | | | × | |
| 11 | 木 | 3年MT校外学習 | | | △ | |
| 12 | 金 | 3年MT校外学習 | | | △ | |
| 13 | 土 | | | | × | |
| 14 | 日 | | | | × | |
| 15 | 月 | 海の日 | | | ○ | |
| 16 | 火 | | | | × | |
| 17 | 水 | | | | × | |
| 18 | 木 | | | | × | |
| 19 | 金 | 3年定期試験対策期間 | | | ○ | |
| 20 | 土 | 土曜学習会 | | | ○ | |
| 21 | 日 | | | | × | |
| 22 | 月 | 4時間授業・二者面談 | | | ○ | |
| 23 | 火 | 授業なし・午前授業<br>二者面談・部署委員の集い<br>大掃除② | | | ○ | |
| 24 | 水 | 1・2年生視聴覚講習① | | 午後 | ○ | |
| 25 | 木 | 1・2年生視聴覚講習② | | 午後 | ○ | |
| 26 | 金 | 1・2年生視聴覚講習③ | | 午後 | ○ | |
| 27 | 土 | 1・2年生視聴覚講習④ | | 午後 | ○ | |
| 28 | 日 | | | | × | |
| 29 | 月 | 1・2年生視聴覚講習⑤ | | 午後 | ○ | |
| 30 | 火 | 応援練習<br>壮行式②<br>（全校集会） | | | ○ | |
| 31 | 水 | 1・2年生視聴覚講習⑥ | | 午後 | ○ | |

## 8 月

| 月日 | 曜日 | 行事 | 朝練 | 午後 | 夜間 | 練習試合・遠征・大会名など |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 木 | | | | × | |
| 2 | 金 | | | | × | |
| 3 | 土 | | | | × | |
| 4 | 日 | | | | × | |
| 5 | 月 | | | | × | |
| 6 | 火 | | | | × | |
| 7 | 水 | | | | × | |
| 8 | 木 | | | | × | |
| 9 | 金 | | | | × | |
| 10 | 土 | | | | × | |
| 11 | 日 | | | | × | |
| 12 | 月 | | | | × | |
| 13 | 火 | | | | × | |
| 14 | 水 | | | | × | |
| 15 | 木 | | | | × | |
| 16 | 金 | | | | × | |
| 17 | 土 | | | | × | |
| 18 | 日 | | | | × | |
| 19 | 月 | | | | × | |
| 20 | 火 | | | | × | |
| 21 | 水 | | | | × | |
| 22 | 木 | | | | × | |
| 23 | 金 | | | | × | |
| 24 | 土 | | | | × | |
| 25 | 日 | | | | × | |
| 26 | 月 | | | | × | |
| 27 | 火 | | | | × | |
| 28 | 水 | | | | × | |
| 29 | 木 | | | | × | |
| 30 | 金 | | | | × | |
| 31 | 土 | | | | × | |

## 9 月

| 月日 | 曜日 | 行事 | 朝練 | 午後 | 夜間 | 練習試合・遠征・大会名など |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 日 | | | | × | |
| 2 | 月 | 6/3振替休日 | | | ○ | |
| 3 | 火 | | | | △ | |
| 4 | 水 | 大掃除② | | | ○ | |
| 5 | 木 | 三者懇談会 | | | ○ | |
| 6 | 金 | 三者懇談会 | | | ○ | |
| 7 | 土 | 三者懇談会 | | | △ | |
| 8 | 日 | | | | × | |
| 9 | 月 | | | | ○ | |
| 10 | 火 | | | | △ | |
| 11 | 水 | | | | ○ | |
| 12 | 木 | | | | ○ | |
| 13 | 金 | | | | ○ | |
| 14 | 土 | | | | △ | |
| 15 | 日 | | | | × | |
| 16 | 月 | | | | ○ | |
| 17 | 火 | | | | △ | |
| 18 | 水 | | | | ○ | |
| 19 | 木 | | | | ○ | |
| 20 | 金 | | | | ○ | |
| 21 | 土 | | | | △ | |
| 22 | 日 | | | | × | |
| 23 | 月 | 敬老の日 | | | ○ | |
| 24 | 火 | | | | △ | |
| 25 | 水 | | | | ○ | |
| 26 | 木 | | | | ○ | |
| 27 | 金 | | | | ○ | |
| 28 | 土 | | | | △ | |
| 29 | 日 | | | | × | |
| 30 | 月 | | | | ○ | |

## 10 月

| 月日 | 曜日 | 行事 | 朝練 | 午後 | 夜間 | 練習試合・遠征・大会名など |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 火 | 東京校集成・お祭え<br>台風後応用日 集成<br>大掃除① | | | ○ | |
| 2 | 水 | | | | △ | |
| 3 | 木 | | | | ○ | |
| 4 | 金 | 大掃除② | | | ○ | |
| 5 | 土 | 秋季大会 | | | ○ | |
| 6 | 日 | 秋季大会 | | | × | |
| 7 | 月 | 体育の日 | | | ○ | |
| 8 | 火 | | | | △ | |
| 9 | 水 | | | | ○ | |
| 10 | 木 | 前期期末考査① | | | ○ | |
| 11 | 金 | 前期期末考査② | | | ○ | |
| 12 | 土 | 前期期末考査③ | | | ○ | |
| 13 | 日 | | | | × | |
| 14 | 月 | 1年宿泊入試準前指導 | | | ○ | |
| 15 | 火 | 土曜学習会 | | | △ | |
| 16 | 水 | | | | ○ | |
| 17 | 木 | | | | ○ | |
| 18 | 金 | 前期期末考査④ | | | ○ | |
| 19 | 土 | 前期期末考査⑤ | | | ○ | |
| 20 | 日 | | | | × | |
| 21 | 月 | 前期期末考査⑥<br>部署委員最終日 | | | ○ | |
| 22 | 火 | 1年宿泊入試準前指導 | | | ○ | |
| 23 | 水 | | | | ○ | |
| 24 | 木 | | | | ○ | |
| 25 | 金 | 学校説明会① | | | △ | |
| 26 | 土 | 学校説明会② | | | △ | |
| 27 | 日 | | | | × | |
| 28 | 月 | 3年宿泊入試説明会① | | | ○ | |
| 29 | 火 | | | | △ | |
| 30 | 水 | | | | ○ | |
| 31 | 木 | 学校説明会③ | | | ○ | |

## 11 月

| 月日 | 曜日 | 行事 | 朝練 | 午後 | 夜間 | 練習試合・遠征・大会名など |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 金 | | | | ○ | |
| 2 | 土 | | | | △ | |
| 3 | 日 | | | | × | |
| 4 | 月 | | | | ○ | |
| 5 | 火 | | | | ○ | |
| 6 | 水 | | | | ○ | |
| 7 | 木 | | | | ○ | |
| 8 | 金 | | | | ○ | |
| 9 | 土 | | | | △ | |
| 10 | 日 | | | | × | |
| 11 | 月 | | | | ○ | |
| 12 | 火 | | | | ○ | |
| 13 | 水 | | | | ○ | |
| 14 | 木 | | | | ○ | |
| 15 | 金 | | | | ○ | |
| 16 | 土 | | | | △ | |
| 17 | 日 | | | | × | |
| 18 | 月 | | | | ○ | |
| 19 | 火 | | | | ○ | |
| 20 | 水 | | | | ○ | |
| 21 | 木 | | | | ○ | |
| 22 | 金 | | | | ○ | |
| 23 | 土 | | | | △ | |
| 24 | 日 | | | | × | |
| 25 | 月 | | | | ○ | |
| 26 | 火 | | | | ○ | |
| 27 | 水 | | | | ○ | |
| 28 | 木 | | | | ○ | |
| 29 | 金 | | | | ○ | |
| 30 | 土 | | | | △ | |

## 12 月

| 月日 | 曜日 | 行事 | 朝練 | 午後 | 夜間 | 練習試合・遠征・大会名など |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 日 | 武蔵野練習<br>（3年へ今後合宿へ練習試 | | | × | |
| 2 | 月 | 1・2年総合学力テスト<br>（3年へ今後合宿へ練習試 | | | △ | |
| 3 | 火 | | | | × | |
| 4 | 水 | | | | × | |
| 5 | 木 | | | | × | |
| 6 | 金 | | | | × | |
| 7 | 土 | | | | × | |
| 8 | 日 | | | | × | |
| 9 | 月 | | | | × | |
| 10 | 火 | | | | × | |
| 11 | 水 | | | | × | |
| 12 | 木 | | | | × | |
| 13 | 金 | | | | × | |
| 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 | | | | × | |
| 31 | 火 | | | | × | |

## 1 月

| 月日 | 曜日 | 行事 | 朝練 | 午後 | 夜間 | 練習試合・遠征・大会名など |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 水 | 元日（祝日） | | | × | |
| 2 | 木 | 休日（祝日） | | | × | |
| 3 | 金 | | | | × | |
| 4 | 土 | | | | × | |
| 5 | 日 | | | | × | |
| 6 | 月 | | | | × | |
| 7 | 火 | | | | × | |
| 8 | 水 | | | | × | |
| 9 | 木 | | | | × | |
| 10 | 金 | | | | × | |
| 11 | 土 | 土曜学習会 | | | × | |
| 12 | 日 | | | | × | |
| 13 | 月 | 成人の日 | | | ○ | |
| 14 | 火 | 3年センター試験準前指導 | | | ○ | |
| 15 | 水 | | | | ○ | |
| 16 | 木 | | | | ○ | |
| 17 | 金 | 3年年前授業 | | | ○ | |
| 18 | 土 | 大学入試センター試験<br>（英語[リスニング]）<br>3年個別学力テスト<br>3年個別学力記述模試 | | | × | |
| 19 | 日 | 大学入試センター試験 | | | × | |
| 20 | 月 | 3年センター試験自己採点 | | | ○ | |
| 21 | 火 | | | | ○ | |
| 22 | 水 | | | | ○ | |
| 23 | 木 | | | | ○ | |
| 24 | 金 | 3年年前授業 | | | ○ | |
| 25 | 土 | | | | △ | |
| 26 | 日 | | | | × | |
| 27 | 月 | | | | ○ | |
| 28 | 火 | | | | ○ | |
| 29 | 水 | | | | ○ | |
| 30 | 木 | | | | ○ | |
| 31 | 金 | | | | ○ | |

## 2 月

| 月日 | 曜日 | 行事 | 朝練 | 午後 | 夜間 | 練習試合・遠征・大会名など |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 土 | 土曜学習会 | | | × | |
| 2 | 日 | 3年実践練習試2 | | | × | |
| 3 | 月 | | | | ○ | |
| 4 | 火 | 1・2年公開実験試3 | | | ○ | |
| 5 | 水 | | | | ○ | |
| 6 | 木 | | | | ○ | |
| 7 | 金 | 3年AO入試センター体験説明 | | | ○ | |
| 8 | 土 | 3年AO入試センター体験説明 | | | × | |
| 9 | 日 | | | | × | |
| 10 | 月 | 1・2年公開実験試4 | | | ○ | |
| 11 | 火 | 建国記念の日 | | | × | |
| 12 | 水 | | | | ○ | |
| 13 | 木 | | | | ○ | |
| 14 | 金 | 土曜学習会 | | | × | |
| 15 | 土 | | | | × | |
| 16 | 日 | | | | × | |
| 17 | 月 | 学年末考査①<br>3年卒業 | | | ○ | |
| 18 | 火 | 学年末考査② | | | ○ | |
| 19 | 水 | 学年末考査③ | | | ○ | |
| 20 | 木 | 学年末考査④ | | | ○ | |
| 21 | 金 | 学年末考査⑤ | | | ○ | |
| 22 | 土 | | | | × | |
| 23 | 日 | | | | × | |
| 24 | 月 | 3年センター試験自己採点 | | | ○ | |
| 25 | 火 | | | | ○ | |
| 26 | 水 | | | | ○ | |
| 27 | 木 | | | | ○ | |
| 28 | 金 | | | | ○ | |
| 29 | 土 | | | | △ | |

## 3 月

| 月日 | 曜日 | 行事 | 朝練 | 午後 | 夜間 | 練習試合・遠征・大会名など |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 日 | | | | × | |
| 2 | 月 | | | | ○ | |
| 3 | 火 | | | | ○ | |
| 4 | 水 | | | | ○ | |
| 5 | 木 | | | | ○ | |
| 6 | 金 | | | | ○ | |
| 7 | 土 | | | | △ | |
| 8 | 日 | | | | × | |
| 9 | 月 | | | | ○ | |
| 10 | 火 | | | | ○ | |
| 11 | 水 | | | | ○ | |
| 12 | 木 | | | | ○ | |
| 13 | 金 | | | | ○ | |
| 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 | | | | ○ | |
| 31 | 火 | | | | ○ | |

## 部活動

| 月日 | 曜日 | 行事 | 朝練 | 午後 | 夜間 | 練習試合・遠征・大会名など |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 水 | 元日（祝日） | | | × | |
| 2 | 木 | 休日（祝日） | | | × | |
| 3 | 金 | | | | × | |
| 4 | 土 | | | | × | |
| 5 | 日 | | | | × | |
| 6 | 月 | | | | × | |
| 7 | 火 | | | | × | |
| 8 | 水 | | | | × | |
| 9 | 木 | | | | × | |
| 10 | 金 | | | | × | |
| 11 | 土 | 土曜学習会 | | | × | |
| 12 | 日 | | | | × | |
| 13 | 月 | 成人の日 | | | ○ | |
| 14 | 火 | 3年センター試験準前指導 | | | ○ | |
| 15 | 水 | | | | ○ | |
| 16 | 木 | | | | ○ | |
| 17 | 金 | 3年年前授業 | | | ○ | |
| 18 | 土 | 大学入試センター試験<br>（英語[リスニング]）<br>3年個別学力テスト<br>3年個別学力記述模試 | | | × | |
| 19 | 日 | 大学入試センター試験 | | | × | |
| 20 | 月 | 3年センター試験自己採点 | | | ○ | |
| 21 | 火 | | | | ○ | |
| 22 | 水 | | | | ○ | |
| 23 | 木 | | | | ○ | |
| 24 | 金 | 3年年前授業 | | | ○ | |
| 25 | 土 | | | | △ | |
| 26 | 日 | | | | × | |
| 27 | 月 | | | | ○ | |
| 28 | 火 | | | | ○ | |
| 29 | 水 | | | | ○ | |
| 30 | 木 | | | | ○ | |
| 31 | 金 | | | | ○ | |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 平日休養日 | 3 | 0 | 日 |
| 休日休養日 | 4 | 0 | 日 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 平日休養日 | 3 | 0 | 日 |
| 休日休養日 | 3 | 0 | 日 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 平日休養日 | 11 | 0 | 日 |
| 休日休養日 | 8 | 0 | 日 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 平日休養日 | 3 | 0 | 日 |
| 休日休養日 | 7 | 0 | 日 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 平日休養日 | 3 | 0 | 日 |
| 休日休養日 | 10 | 0 | 日 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 平日休養日 | 4 | 0 | 日 |
| 休日休養日 | 9 | 0 | 日 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 平日休養日 | 3 | 0 | 日 |
| 休日休養日 | 8 | 0 | 日 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 平日休養日 | 13 | 0 | 日 |
| 休日休養日 | 8