

# 2019年度 ソフトボール部の指導方針について

2019年4月10日作成

## 1 指導体制

## 2 年間目標

- ・文武両道をモットーに勉強と部活の両立を達成する。
- ・学年を越えた人間関係の形成、またその方法を学び、社会で対応できる力を身につける。
- ・礼儀やマナーなど社会的モラルを身につける。
- ・中学高校ともに都大会出場および都大会勝利を目指す。

## 3 指導方針

練習でも遊びでも、何においても減り張りを付け、全力で取り組み、目標を達成することを最優先に指導

## 4 指導内容・方法

- ・部活動の時間に部員全員での学習時間を設ける。
- ・練習準備や片付けなど作業全てを先輩後輩関係なく全員で行う。
- ・部活動外でも挨拶や返事など細かく指導。
- ・練習中の意識の高さの徹底や、練習試合や合同練習など外部との交流を多く行う。

## 5 主な年間計画

学期	月	活動内容	
		中学	高校
1 学 期	4	春季大会	田中杯／関東大会予選
	5		インターハイ予選
	6	夏季大会	
	7		Chuo Line Cup／城北大会／私学大会
	8	合宿	合宿
2 学 期	9		私学新人大会
	10	秋季大会	新人大会
	11		田中杯
	12	冬季大会	Chuo Line Cup
3 学 期	1		
	2	多摩川レディスカップ	多摩川レディスカップ
	3		江東地区大会

合宿や遠征など宿泊を伴う活動については、必ず記載する。

## 2019年度 ソフトボール部年間活動計画(予定)

○:練習(試合・合宿など) ●:公式戦 ×:休養日

↓○●×を入力すると、日数は自動で表示されます

4月 ○● 23日 ×: 7日	5月 ○● 8日 ×: 23日	6月 ○● 19日 ×: 11日																																																																																																																																																																																																																																																					
<table border="1"><thead><tr><th>日</th><th>月</th><th>火</th><th>水</th><th>木</th><th>金</th><th>土</th></tr></thead><tbody><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td></td></tr><tr><td>○</td><td>●</td><td>×</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td></td></tr><tr><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td></tr><tr><td>×</td><td>○</td><td>×</td><td>○</td><td>×</td><td>○</td><td>○</td></tr><tr><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td></tr><tr><td>●</td><td>○</td><td>×</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr><tr><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td></tr><tr><td>○</td><td>○</td><td>×</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr><tr><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>●</td><td>○</td><td>○</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></tbody></table>	日	月	火	水	木	金	土	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					●	○	○					<table border="1"><thead><tr><th>日</th><th>月</th><th>火</th><th>水</th><th>木</th><th>金</th><th>土</th></tr></thead><tbody><tr><td></td><td></td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td></td></tr><tr><td></td><td></td><td>×</td><td>○</td><td>○</td><td>×</td><td></td></tr><tr><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td></tr><tr><td>×</td><td>×</td><td>×</td><td>×</td><td>×</td><td>×</td><td>×</td></tr><tr><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td></tr><tr><td>●</td><td>○</td><td>×</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr><tr><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td></tr><tr><td>○</td><td>×</td><td>×</td><td>×</td><td>×</td><td>×</td><td>×</td></tr><tr><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td>31</td><td></td></tr><tr><td>×</td><td>×</td><td>×</td><td>×</td><td>×</td><td>×</td><td></td></tr></tbody></table>	日	月	火	水	木	金	土			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		×	×	×	×	×	×		<table border="1"><thead><tr><th>日</th><th>月</th><th>火</th><th>水</th><th>木</th><th>金</th><th>土</th></tr></thead><tbody><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>○</td></tr><tr><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td></td></tr><tr><td>○</td><td>○</td><td>×</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr><tr><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td></td></tr><tr><td>●</td><td>○</td><td>×</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr><tr><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td></tr><tr><td>●</td><td>○</td><td>×</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr><tr><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td></tr><tr><td>×</td><td>×</td><td>×</td><td>×</td><td>×</td><td>×</td><td>×</td></tr><tr><td>30</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>×</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></tbody></table>	日	月	火	水	木	金	土							1							○	2	3	4	5	6	7		○	○	×	○	○	○	○	9	10	11	12	13	14		●	○	×	○	○	○	○	16	17	18	19	20	21	22	●	○	×	○	○	○	○	23	24	25	26	27	28	29	×	×	×	×	×	×	×	30							×						
日	月	火	水	木	金	土																																																																																																																																																																																																																																																	
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																																																																																																																																																																																																																																																					
●	○	○																																																																																																																																																																																																																																																					
日	月	火	水	木	金	土																																																																																																																																																																																																																																																	
		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																																																																																																																																																																																																																																																		
×	×	×	×	×	×																																																																																																																																																																																																																																																		
日	月	火	水	木	金	土																																																																																																																																																																																																																																																	
						1																																																																																																																																																																																																																																																	
						○																																																																																																																																																																																																																																																	
2	3	4	5	6	7																																																																																																																																																																																																																																																		
○	○	×	○	○	○	○																																																																																																																																																																																																																																																	
9	10	11	12	13	14																																																																																																																																																																																																																																																		
●	○	×	○	○	○	○																																																																																																																																																																																																																																																	
16	17	18	19	20	21	22																																																																																																																																																																																																																																																	
●	○	×	○	○	○	○																																																																																																																																																																																																																																																	
23	24	25	26	27	28	29																																																																																																																																																																																																																																																	
×	×	×	×	×	×	×																																																																																																																																																																																																																																																	
30																																																																																																																																																																																																																																																							
×																																																																																																																																																																																																																																																							
7月 ○● 15日 ×: 16日	8月 ○● 17日 ×: 14日	9月 ○● 18日 ×: 12日																																																																																																																																																																																																																																																					
<table border="1"><thead><tr><th>日</th><th>月</th><th>火</th><th>水</th><th>木</th><th>金</th><th>土</th></tr></thead><tbody><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td></td></tr><tr><td>×</td><td>×</td><td>×</td><td>×</td><td>×</td><td>×</td><td></td></tr><tr><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td></tr><tr><td>×</td><td>×</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr><tr><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td></tr><tr><td>●</td><td>×</td><td>○</td><td>○</td><td>×</td><td>○</td><td></td></tr><tr><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td></tr><tr><td>●</td><td>○</td><td>●</td><td>●</td><td>×</td><td>×</td><td>●</td></tr><tr><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td>31</td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>×</td><td>○</td><td>○</td><td>×</td><td></td><td></td><td></td></tr></tbody></table>	日	月	火	水	木	金	土	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				×	○	○	×				<table border="1"><thead><tr><th>日</th><th>月</th><th>火</th><th>水</th><th>木</th><th>金</th><th>土</th></tr></thead><tbody><tr><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td></td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td>○</td><td>○</td><td>●</td><td></td></tr><tr><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td></tr><tr><td>×</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>×</td></tr><tr><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td></tr><tr><td>×</td><td>×</td><td>×</td><td>×</td><td>×</td><td>×</td><td>×</td></tr><tr><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td></tr><tr><td>×</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>×</td><td>○</td><td>○</td></tr><tr><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td>31</td></tr><tr><td>○</td><td>○</td><td>×</td><td>○</td><td>○</td><td>×</td><td>○</td></tr></tbody></table>	日	月	火	水	木	金	土				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	○	○	×	○	○	×	○	<table border="1"><thead><tr><th>日</th><th>月</th><th>火</th><th>水</th><th>木</th><th>金</th><th>土</th></tr></thead><tbody><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td></tr><tr><td>○</td><td>○</td><td>×</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr><tr><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td></tr><tr><td>●</td><td>○</td><td>×</td><td>×</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr><tr><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td></tr><tr><td>○</td><td>×</td><td>×</td><td>×</td><td>×</td><td>×</td><td>×</td></tr><tr><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td></tr><tr><td>●</td><td>○</td><td>×</td><td>○</td><td>○</td><td>×</td><td>○</td></tr><tr><td>29</td><td>30</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>×</td><td>○</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></tbody></table>	日	月	火	水	木	金	土	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						×	○																			
日	月	火	水	木	金	土																																																																																																																																																																																																																																																	
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																																																																																																																																																																																																																																																				
×	○	○	×																																																																																																																																																																																																																																																				
日	月	火	水	木	金	土																																																																																																																																																																																																																																																	
			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																																																																																																																																																																																																																																																	
○	○	×	○	○	×	○																																																																																																																																																																																																																																																	
日	月	火	水	木	金	土																																																																																																																																																																																																																																																	
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																																																																																																																																																																																																																																																						
×	○																																																																																																																																																																																																																																																						
10月 ○● 16日 ×: 15日	11月 ○● 19日 ×: 11日	12月 ○● 12日 ×: 19日																																																																																																																																																																																																																																																					
<table border="1"><thead><tr><th>日</th><th>月</th><th>火</th><th>水</th><th>木</th><th>金</th><th>土</th></tr></thead><tbody><tr><td></td><td></td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td></td></tr><tr><td></td><td></td><td>○</td><td>×</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr><tr><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td></tr><tr><td>●</td><td>×</td><td>×</td><td>×</td><td>×</td><td>×</td><td>×</td></tr><tr><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td></tr><tr><td>×</td><td>×</td><td>×</td><td>×</td><td>×</td><td>○</td><td>○</td></tr><tr><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td></tr><tr><td>●</td><td>○</td><td>×</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr><tr><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td>31</td><td></td><td></td></tr><tr><td>×</td><td>○</td><td>×</td><td>○</td><td>○</td><td></td><td></td></tr></tbody></table>	日	月	火	水	木	金	土			1	2	3	4				○	×	○	○	○	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			×	○	×	○	○			<table border="1"><thead><tr><th>日</th><th>月</th><th>火</th><th>水</th><th>木</th><th>金</th><th>土</th></tr></thead><tbody><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>2</td><td></td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td>○</td><td>○</td><td></td></tr><tr><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td></tr><tr><td>○</td><td>×</td><td>×</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr><tr><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td></tr><tr><td>○</td><td>○</td><td>×</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr><tr><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td></tr><tr><td>×</td><td>○</td><td>×</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr><tr><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td></tr><tr><td>●</td><td>×</td><td>×</td><td>×</td><td>×</td><td>×</td><td>×</td></tr></tbody></table>	日	月	火	水	木	金	土					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	●	×	×	×	×	×	×	<table border="1"><thead><tr><th>日</th><th>月</th><th>火</th><th>水</th><th>木</th><th>金</th><th>土</th></tr></thead><tbody><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td></tr><tr><td>×</td><td>×</td><td>×</td><td>×</td><td>×</td><td>×</td><td>×</td></tr><tr><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td></tr><tr><td>×</td><td>×</td><td>×</td><td>×</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr><tr><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td></tr><tr><td>○</td><td>○</td><td>×</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>×</td></tr><tr><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td></tr><tr><td>●</td><td>○</td><td>×</td><td>○</td><td>○</td><td>×</td><td>○</td></tr><tr><td>29</td><td>30</td><td>31</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>×</td><td>×</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></tbody></table>	日	月	火	水	木	金	土	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					×	×																			
日	月	火	水	木	金	土																																																																																																																																																																																																																																																	
		1	2	3	4																																																																																																																																																																																																																																																		
		○	×	○	○	○																																																																																																																																																																																																																																																	
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																																																																																																																																																																																																																																																			
×	○	×	○	○																																																																																																																																																																																																																																																			
日	月	火	水	木	金	土																																																																																																																																																																																																																																																	
				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																																																																																																																																																																																																																																																	
●	×	×	×	×	×	×																																																																																																																																																																																																																																																	
日	月	火	水	木	金	土																																																																																																																																																																																																																																																	
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																																																																																																																																																																																																																																																					
×	×																																																																																																																																																																																																																																																						
1月 ○● 18日 ×: 13日	2月 ○● 14日 ×: 15日	3月 ○● 16日 ×: 15日																																																																																																																																																																																																																																																					
<table border="1"><thead><tr><th>日</th><th>月</th><th>火</th><th>水</th><th>木</th><th>金</th><th>土</th></tr></thead><tbody><tr><td></td><td></td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td></td></tr><tr><td></td><td></td><td>×</td><td>×</td><td>×</td><td>×</td><td></td></tr><tr><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td></tr><tr><td>×</td><td>×</td><td>×</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr><tr><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td></tr><tr><td>○</td><td>×</td><td>×</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr><tr><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td></tr><tr><td>○</td><td>○</td><td>×</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr><tr><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td><td>30</td><td>31</td><td></td></tr><tr><td>×</td><td>○</td><td>×</td><td>○</td><td>○</td><td>×</td><td></td></tr></tbody></table>	日	月	火	水	木	金	土			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		×	○	×	○	○	×		<table border="1"><thead><tr><th>日</th><th>月</th><th>火</th><th>水</th><th>木</th><th>金</th><th>土</th></tr></thead><tbody><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td></td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>×</td><td></td></tr><tr><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td></tr><tr><td>×</td><td>×</td><td>×</td><td>×</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr><tr><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td></tr><tr><td>●</td><td>○</td><td>×</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr><tr><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td><td>22</td></tr><tr><td>×</td><td>○</td><td>×</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr><tr><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td><td>29</td></tr><tr><td>○</td><td>×</td><td>×</td><td>×</td><td>×</td><td>×</td><td>×</td></tr></tbody></table>	日	月	火	水	木	金	土						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	○	×	×	×	×	×	×	<table border="1"><thead><tr><th>日</th><th>月</th><th>火</th><th>水</th><th>木</th><th>金</th><th>土</th></tr></thead><tbody><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td></tr><tr><td>×</td><td>×</td><td>×</td><td>×</td><td>×</td><td>×</td><td>×</td></tr><tr><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td></tr><tr><td>×</td><td>×</td><td>×</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr><tr><td>15</td><td>16</td><td>17</td><td>18</td><td>19</td><td>20</td><td>21</td></tr><tr><td>×</td><td>○</td><td>×</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr><tr><td>22</td><td>23</td><td>24</td><td>25</td><td>26</td><td>27</td><td>28</td></tr><tr><td>●</td><td>×</td><td>×</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr><tr><td>29</td><td>30</td><td>31</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>○</td><td>○</td><td>×</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></tbody></table>	日	月	火	水	木	金	土	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					○	○	×																		
日	月	火	水	木	金	土																																																																																																																																																																																																																																																	
		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																																																																																																																																																																																																																																																		
×	○	×	○	○	×																																																																																																																																																																																																																																																		
日	月	火	水	木	金	土																																																																																																																																																																																																																																																	
					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																																																																																																																																																																																																																																																	
○	×	×	×	×	×	×																																																																																																																																																																																																																																																	
日	月	火	水	木	金	土																																																																																																																																																																																																																																																	
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																																																																																																																																																																																																																																																					
○	○	×																																																																																																																																																																																																																																																					

○●活動日合計 366日中 195日

←合計日数は自動で表示されます

×休養日合計 366日中 171日