

令和5年度8月 石岡市立八郷中学校 部活動予定表・活動実績表

| | | 野球部 | | | サッカー部 | | | 男子バスケットボール部 | | |
|----|---|-------------|-------|-------|------------|-------|-------|-------------|-------|-------|
| | | 開始・終了 | 活動時間 | 活動実績 | 開始・終了 | 活動時間 | 活動実績 | 開始・終了 | 活動時間 | 活動実績 |
| 1 | 火 | OFF | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 |
| 2 | 水 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 |
| 3 | 木 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 | 8:15~10:00 | 1:45 | 1:45 | OFF | 0:00 | 0:00 |
| 4 | 金 | OFF | 0:00 | 0:00 | 8:15~10:00 | 1:45 | 1:45 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 |
| 5 | 土 | 8:00~11:00 | 3:00 | 3:00 | 8:00~12:00 | 4:00 | 4:00 | 8:00~12:00 | 4:00 | 4:00 |
| 6 | 日 | OFF | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 |
| 7 | 月 | OFF | 0:00 | 0:00 | 8:15~10:00 | 1:45 | 1:45 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 8 | 火 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 | 8:15~10:00 | 1:45 | 1:45 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 |
| 9 | 水 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | 10:00~12:00 | 2:00 | 2:00 |
| 10 | 木 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 | 8:15~10:00 | 1:45 | 1:45 | OFF | 0:00 | 0:00 |
| 11 | 金 | 9:00~13:00 | 4:00 | 4:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | 8:00~12:00 | 4:00 | 4:00 |
| 12 | 土 | 9:00~11:00 | 2:00 | 2:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 |
| 13 | 日 | OFF | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 |
| 14 | 月 | OFF | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 |
| 15 | 火 | OFF | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 |
| 16 | 水 | OFF | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 |
| 17 | 木 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 |
| 18 | 金 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 | 8:15~10:00 | 1:45 | 1:45 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 |
| 19 | 土 | 10:00~13:00 | 3:00 | 3:00 | 8:00~12:00 | 4:00 | 4:00 | OFF | 0:00 | 0:00 |
| 20 | 日 | OFF | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | 8:00~12:00 | 4:00 | 4:00 |
| 21 | 月 | OFF | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 |
| 22 | 火 | 10:00~13:00 | 3:00 | 3:00 | 8:15~10:00 | 1:45 | 1:45 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 |
| 23 | 水 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 | 8:15~10:00 | 1:45 | 1:45 | 10:00~12:00 | 2:00 | 2:00 |
| 24 | 木 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 | 8:15~10:00 | 1:45 | 1:45 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 |
| 25 | 金 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 | 8:15~10:00 | 1:45 | 1:45 | 10:00~12:00 | 2:00 | 2:00 |
| 26 | 土 | 9:00~11:00 | 2:00 | 2:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | 8:00~12:00 | 4:00 | 4:00 |
| 27 | 日 | OFF | 0:00 | 0:00 | 8:00~12:00 | 4:00 | 4:00 | OFF | 0:00 | 0:00 |
| 28 | 月 | OFF | 0:00 | 0:00 | 8:15~10:00 | 1:45 | 1:45 | 10:00~12:00 | 2:00 | 2:00 |
| 29 | 火 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 | 8:15~10:00 | 1:45 | 1:45 | OFF | 0:00 | 0:00 |
| 30 | 水 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 |
| 31 | 木 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 |
| | | 総活動時間 | 43:00 | 43:00 | 総活動時間 | 33:00 | 33:00 | 総活動時間 | 38:00 | 38:00 |
| | | 週平均 | 10:45 | 10:45 | 週平均 | 8:15 | 8:15 | 週平均 | 9:30 | 9:30 |

表

| | | 女子バスケットボール部 | | | 男子バレーボール部 | | | 女子バレーボール部 | | |
|----|---|-------------|-------|-------|-------------|-------|-------|-------------|-------|-------|
| | | 開始・終了 | 活動時間 | 活動実績 | 開始・終了 | 活動時間 | 活動実績 | 開始・終了 | 活動時間 | 活動実績 |
| 1 | 火 | OFF | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 |
| 2 | 水 | 10:00~12:00 | 2:00 | 2:00 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 | 10:00~12:00 | 2:00 | 2:00 |
| 3 | 木 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 |
| 4 | 金 | 10:00~12:00 | 2:00 | 2:00 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 | OFF | 0:00 | 0:00 |
| 5 | 土 | 8:00~12:00 | 4:00 | 4:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 |
| 6 | 日 | OFF | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | 13:00~17:00 | 4:00 | 4:00 |
| 7 | 月 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 | 10:00~12:00 | 2:00 | 2:00 | 10:00~12:00 | 2:00 | 2:00 |
| 8 | 火 | OFF | 0:00 | 0:00 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 | 9:00-12:00 | 3:00 | 3:00 |
| 9 | 水 | OFF | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | 9:00-12:00 | 3:00 | 3:00 |
| 10 | 木 | OFF | 0:00 | 0:00 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 | 9:00-12:00 | 3:00 | 0:00 |
| 11 | 金 | OFF | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 |
| 12 | 土 | OFF | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 |
| 13 | 日 | OFF | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 |
| 14 | 月 | OFF | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 |
| 15 | 火 | OFF | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 |
| 16 | 水 | OFF | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 |
| 17 | 木 | 10:00~12:00 | 2:00 | 2:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | 10:00~12:00 | 2:00 | 2:00 |
| 18 | 金 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 |
| 19 | 土 | 8:00~12:00 | 4:00 | 4:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | 13:00~17:00 | 4:00 | 4:00 |
| 20 | 日 | OFF | 0:00 | 0:00 | 13:00~16:00 | 3:00 | 3:00 | OFF | 0:00 | 0:00 |
| 21 | 月 | OFF | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 |
| 22 | 火 | 10:00~12:00 | 2:00 | 2:00 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 | 10:00~12:00 | 2:00 | 2:00 |
| 23 | 水 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 | 10:00~12:00 | 2:00 | 2:00 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 |
| 24 | 木 | 10:00~12:00 | 2:00 | 2:00 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 | OFF | 0:00 | 0:00 |
| 25 | 金 | OFF | 0:00 | 0:00 | 10:00~12:00 | 2:00 | 2:00 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 |
| 26 | 土 | OFF | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | 13:00~17:00 | 4:00 | 4:00 |
| 27 | 日 | 8:00~12:00 | 4:00 | 4:00 | 13:00~16:00 | 3:00 | 3:00 | OFF | 0:00 | 0:00 |
| 28 | 月 | OFF | 0:00 | 0:00 | 10:00~12:00 | 2:00 | 2:00 | 10:00~12:00 | 2:00 | 2:00 |
| 29 | 火 | OFF | 0:00 | 0:00 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 | 8:00~10:00 | 2:00 | 0:00 |
| 30 | 水 | OFF | 0:00 | 0:00 | 10:00~12:00 | 2:00 | 2:00 | 10:00~12:00 | 2:00 | 2:00 |
| 31 | 木 | OFF | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 |
| | | 総活動時間 | 30:00 | 30:00 | 総活動時間 | 30:00 | 30:00 | 総活動時間 | 43:00 | 38:00 |
| | | 週平均 | 15:00 | 15:00 | 週平均 | 15:00 | 15:00 | 週平均 | 21:30 | 19:00 |

| | | 男子ソフトテニス部 | | | 女子ソフトテニス部 | | | 卓球部 | | |
|----|---|-------------|-------|-------|-------------|-------|-------|------------|-------|-------|
| | | 開始・終了 | 活動時間 | 活動実績 | 開始・終了 | 活動時間 | 活動実績 | 開始・終了 | 活動時間 | 活動実績 |
| 1 | 火 | OFF | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 2 | 水 | 8:15~10:15 | 2:00 | 2:00 | 10:15~12:00 | 1:45 | 1:45 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 |
| 3 | 木 | 8:15~10:15 | 2:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 |
| 4 | 金 | 8:15~10:15 | 2:00 | 2:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 |
| 5 | 土 | 8:15~11:15 | 3:00 | 3:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 6 | 日 | OFF | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 7 | 月 | OFF | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 8 | 火 | 10:15~12:15 | 2:00 | 2:00 | 8:15~10:00 | 1:45 | 1:45 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 |
| 9 | 水 | OFF | 0:00 | 0:00 | 8:15~10:00 | 1:45 | 1:45 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 |
| 10 | 木 | OFF | 0:00 | 0:00 | 10:15~12:00 | 1:45 | 1:45 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 |
| 11 | 金 | 8:15~10:15 | 2:00 | 2:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 12 | 土 | OFF | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 13 | 日 | OFF | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 14 | 月 | OFF | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 15 | 火 | OFF | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 16 | 水 | OFF | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 17 | 木 | OFF | 0:00 | 0:00 | 10:15~12:00 | 1:45 | 1:45 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 |
| 18 | 金 | OFF | 0:00 | 0:00 | 10:15~12:00 | 1:45 | 1:45 | 9:00~ | 0:00 | 8:00 |
| 19 | 土 | 8:15~11:15 | 3:00 | 3:00 | 8:00~17:00 | 9:00 | 8:30 | 9:00~ | 0:00 | 9:00 |
| 20 | 日 | OFF | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 21 | 月 | OFF | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 22 | 火 | 8:15~10:15 | 2:00 | 2:00 | 10:15~12:00 | 1:45 | 1:45 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 |
| 23 | 水 | 8:15~10:15 | 2:00 | 2:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 |
| 24 | 木 | 10:15~12:15 | 2:00 | 2:00 | 8:15~10:00 | 1:45 | 1:45 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 |
| 25 | 金 | 10:15~12:15 | 2:00 | 2:00 | 8:15~10:00 | 1:45 | 1:45 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 |
| 26 | 土 | 8:00~12:00 | 4:00 | 4:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 27 | 日 | OFF | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 28 | 月 | OFF | 0:00 | 0:00 | 8:15~10:00 | 1:45 | 1:45 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 29 | 火 | OFF | 0:00 | 0:00 | 8:15~10:00 | 1:45 | 1:45 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 |
| 30 | 水 | 10:15~12:15 | 2:00 | 0:00 | 8:15~10:00 | 1:45 | 1:45 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 |
| 31 | 木 | 8:15~10:15 | 2:00 | 2:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| | | 総活動時間 | 32:00 | 28:00 | 総活動時間 | 30:00 | 29:30 | 総活動時間 | 26:00 | 43:00 |
| | | 週平均 | 16:00 | 14:00 | 週平均 | 15:00 | 14:45 | 週平均 | 13:00 | 21:30 |

| | | 柔道部 | | | 剣道部 | | | 吹奏楽部 | | |
|----|---|------------|-------|-------|-------------|-------|-------|------------|-------|-------|
| | | 開始・終了 | 活動時間 | 活動実績 | 開始・終了 | 活動時間 | 活動実績 | 開始・終了 | 活動時間 | 活動実績 |
| 1 | 火 | 0 | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 2 | 水 | 8:15~10:15 | 2:00 | 2:00 | 8:30~11:30 | 2:00 | 2:00 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 |
| 3 | 木 | 8:15~10:15 | 2:00 | 2:00 | 9:00~15:00 | 2:00 | 3:00 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 |
| 4 | 金 | 8:15~10:15 | 2:00 | 2:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 |
| 5 | 土 | 0 | 0:00 | 0:00 | 8:00~12:00 | 3:00 | 3:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 6 | 日 | 0 | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 7 | 月 | 8:15~10:15 | 2:00 | 2:00 | 8:30~11:30 | 2:00 | 2:00 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 |
| 8 | 火 | 0 | 0:00 | 0:00 | 8:30~11:30 | 2:00 | 2:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 9 | 水 | 0 | 0:00 | 0:00 | 8:30~11:30 | 2:00 | 2:00 | 8:00~10:00 | 2:00 | 0:00 |
| 10 | 木 | 0 | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 |
| 11 | 金 | 8:15~10:15 | 2:00 | 2:00 | 8:00~12:00 | 3:00 | 3:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 12 | 土 | 0 | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 13 | 日 | 0 | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 14 | 月 | 0 | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 15 | 火 | 0 | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 16 | 水 | 0 | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 17 | 木 | 8:15~10:15 | 2:00 | 2:00 | 8:30~11:30 | 2:00 | 2:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 18 | 金 | 8:15~10:15 | 2:00 | 2:00 | 8:30~11:30 | 2:00 | 2:00 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 |
| 19 | 土 | 0 | 0:00 | 0:00 | 12:00~16:00 | 3:00 | 3:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 20 | 日 | 0 | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 21 | 月 | 0 | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 22 | 火 | 8:15~10:15 | 2:00 | 2:00 | 8:30~11:30 | 2:00 | 2:00 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 |
| 23 | 水 | 8:15~10:15 | 2:00 | 2:00 | 8:30~11:30 | 2:00 | 2:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 24 | 木 | 8:15~10:15 | 2:00 | 2:00 | 8:30~11:30 | 2:00 | 2:00 | 8:00~10:00 | 2:00 | 0:00 |
| 25 | 金 | 8:15~10:15 | 2:00 | 2:00 | 8:30~11:30 | 2:00 | 2:00 | 8:00~10:00 | 2:00 | 0:00 |
| 26 | 土 | 9:00~11:00 | 2:00 | 2:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 27 | 日 | 0 | 0:00 | 0:00 | 12:00~16:00 | 3:00 | 3:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 28 | 月 | 8:15~10:15 | 2:00 | 2:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 29 | 火 | 0 | 0:00 | 0:00 | 8:30~11:30 | 2:00 | 2:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 30 | 水 | 0 | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 |
| 31 | 木 | 0 | 0:00 | 0:00 | OFF | 0:00 | 0:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| | | 総活動時間 | 26:00 | 26:00 | 総活動時間 | 36:00 | 37:00 | 総活動時間 | 22:00 | 16:00 |
| | | 週平均 | 13:00 | 13:00 | 週平均 | 18:00 | 18:30 | 週平均 | 11:00 | 8:00 |

| | | 美術部 | | | 科学部 | | |
|----|---|------------|------|------|------------|-------|-------|
| | | 開始・終了 | 活動時間 | 活動実績 | 開始・終了 | 活動時間 | 活動実績 |
| 1 | 火 | 0 | 0:00 | 0:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 2 | 水 | 0 | 0:00 | 0:00 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 |
| 3 | 木 | 0 | 0:00 | 0:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 4 | 金 | 0 | 0:00 | 0:00 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 |
| 5 | 土 | 0 | 0:00 | 0:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 6 | 日 | 0 | 0:00 | 0:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 7 | 月 | 0 | 0:00 | 0:00 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 |
| 8 | 火 | 0 | 0:00 | 0:00 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 |
| 9 | 水 | 0 | 0:00 | 0:00 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 |
| 10 | 木 | 0 | 0:00 | 0:00 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 |
| 11 | 金 | 0 | 0:00 | 0:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 12 | 土 | 0 | 0:00 | 0:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 13 | 日 | 0 | 0:00 | 0:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 14 | 月 | 0 | 0:00 | 0:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 15 | 火 | 0 | 0:00 | 0:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 16 | 水 | 0 | 0:00 | 0:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 17 | 木 | 0 | 0:00 | 0:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 18 | 金 | 0 | 0:00 | 0:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 19 | 土 | 0 | 0:00 | 0:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 20 | 日 | 0 | 0:00 | 0:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 21 | 月 | 0 | 0:00 | 0:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 22 | 火 | 0 | 0:00 | 0:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 23 | 水 | 0 | 0:00 | 0:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 24 | 木 | 0 | 0:00 | 0:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 25 | 金 | 0 | 0:00 | 0:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 26 | 土 | 0 | 0:00 | 0:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 27 | 日 | 0 | 0:00 | 0:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 28 | 月 | 0 | 0:00 | 0:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 29 | 火 | 8:00~10:00 | 2:00 | 2:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 30 | 水 | 0 | 0:00 | 0:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| 31 | 木 | 0 | 0:00 | 0:00 | 0 | 0:00 | 0:00 |
| | | 総活動時間 | 2:00 | 2:00 | 総活動時間 | 12:00 | 12:00 |
| | | 週平均 | 1:00 | 1:00 | 週平均 | 6:00 | 6:00 |