

令和 6 年度 7 月の活動計画

2024 年度

部活動名【 剣道 】

7 月

7	月	目標	玉竜旗に向けて技術を向上させる。
---	---	----	------------------

日	曜	練習等 (公式戦・練習試合等)	場所	学校行事
		計画		
1日	月	休養日		期末考査
2日	火	休養日		期末考査
3日	水	休養日		期末考査
4日	木	休養日		期末考査
5日	金	練習	武道場	
6日	土	練習	武道場	
7日	日	休養日		
8日	月	練習	武道場	
9日	火	練習	武道場	
10日	水	練習	武道場	
11日	木	練習	武道場	
12日	金	練習	武道場	
13日	土	公式戦	武蔵武道館	
14日	日	公式戦	武蔵武道館	
15日	月	練習	武道場	
16日	火	練習	武道場	
17日	水	練習	武道場	
18日	木	練習	武道場	
19日	金	練習	武道場	
20日	土	練習試合	武道場	
21日	日	休養日		
22日	月	練習	武道場	
23日	火	練習	武道場	
24日	水	男子:練習 女子:玉竜旗出発	武道場 福岡市	
25日	木	男子:練習 女子:玉竜旗	武道場 福岡市	
26日	金	男子:玉竜旗出発 女子:玉竜旗	福岡市	
27日	土	男子:玉竜旗 女子:帰岡	福岡市	
28日	日	男子:玉竜旗 女子:休養日	福岡市	
29日	月	男子:玉竜旗 女子:休養日	福岡市	
30日	火	練習	武道場	
31日	水	練習	武道場	

令和 6 年度 7 月の活動計画

部活動名【 陸上競技 】

7	月	目標	県高校選手権・県高校新人へ向けての準備
---	---	----	---------------------

日	曜	練習等	場所	学校行事
		計画		
1日	月	休養日		期末考査
2日	火	休養日		期末考査
3日	水	休養日		期末考査
4日	木	休養日		期末考査
5日	金	練習	学校	期末考査
6日	土	練習	競技場	
7日	日	休養日		
8日	月	練習	学校	
9日	火	練習	学校	
10日	水	練習	学校	
11日	木	練習	競技場	
12日	金	練習	学校	
13日	土	国スポ予選(参加者以外は休み)	岡山市	
14日	日	国スポ予選(参加者以外は休み)	岡山市	
15日	月	練習(土日参加者休み)	学校	海の日
16日	火	練習	学校	
17日	水	練習	学校	
18日	木	練習	競技場	
19日	金	練習	学校	終業式
20日	土	練習	競技場	
21日	日	休養日		
22日	月	練習	学校	夏季補習
23日	火	練習	学校	夏季補習
24日	水	練習	学校	夏季補習
25日	木	練習	競技場	夏季補習
26日	金	練習	学校	夏季補習
27日	土	岡山県記録会(参加者以外は休み)	岡山市	
28日	日	休養日		
29日	月	練習	学校	
30日	火	練習	学校	
31日	水	練習	学校	

令和 6 年度 7 月の活動計画

部活動名【 卓球 】

7	月	目標	国体予選や夏の大会に向けて 課題を克服しよう
---	---	----	---------------------------

日	曜	練習等	場所	学校行事
		計画		
1日	月	休養日		期末考査
2日	火	休養日		期末考査
3日	水	休養日		期末考査
4日	木	休養日		期末考査
5日	金	練習	第2体育館	期末考査
6日	土	休養日		
7日	日	練習	第2体育館	
8日	月	練習	第2体育館	
9日	火	練習	第2体育館	
10日	水	練習	第2体育館	
11日	木	練習	第2体育館	
12日	金	練習	第2体育館	
13日	土	試合(公式戦)	笠岡総合体育館	
14日	日	休養日		
15日	月	休養日		海の日
16日	火	練習	第2体育館	
17日	水	練習	第2体育館	
18日	木	休養日	第2体育館	
19日	金	練習	第2体育館	終業式
20日	土	休養日		
21日	日	休養日		
22日	月	練習	第2体育館	夏季補習
23日	火	練習	第2体育館	夏季補習
24日	水	練習	第2体育館	夏季補習
25日	木	練習	第2体育館	夏季補習
26日	金	練習	第2体育館	夏季補習
27日	土	休養日		
28日	日	休養日		
29日	月	練習	第2体育館	
30日	火	練習	第2体育館	
31日	水	練習	第2体育館	

令和 6 年度 7 月の活動計画

部活動名【 野球 】

7	月	目標	夏の大会1勝
---	---	----	--------

日	曜	練習等	場所	学校行事
		計画		
1日	月	練習	本校グラウンド	2週間以内に大会があるため1時間
2日	火	練習	本校グラウンド	2週間以内に大会があるため1時間
3日	水	練習	本校グラウンド	2週間以内に大会があるため1時間
4日	木	練習	本校グラウンド	2週間以内に大会があるため1時間
5日	金	練習	本校グラウンド	
6日	土	練習	本校グラウンド	
7日	日	試合(練習試合)	鏡野G	
8日	月	休養日		
9日	火	練習	本校グラウンド	
10日	水	練習	本校グラウンド	
11日	木	練習	本校グラウンド	
12日	金	練習	本校グラウンド	
13日	土	試合(公式戦)	未定	
14日	日	試合(公式戦)	未定	
15日	月	試合(公式戦)	未定	
16日	火	休養日		
17日	水	練習	本校グラウンド	
18日	木	練習	本校グラウンド	
19日	金	練習	本校グラウンド	
20日	土	練習	本校グラウンド	
21日	日	試合(練習試合)	未定	
22日	月	休養日		
23日	火	練習	本校グラウンド	
24日	水	練習	本校グラウンド	
25日	木	練習	本校グラウンド	
26日	金	練習	本校グラウンド	
27日	土	練習	本校グラウンド	
28日	日	試合(練習試合)	未定	
29日	月	休養日		
30日	火	練習	本校グラウンド	
31日	水	練習	本校グラウンド	

令和 6 年度 7 月の活動計画

部活動名【 ソフトボール 】

7	月	目標	熱中症に気をつける！基礎力の向上！
---	---	----	-------------------

日	曜	練習等		場所	学校行事
		練習	計画		
1日	月	休養日			期末考査
2日	火	休養日			期末考査
3日	水	休養日			期末考査
4日	木	休養日			期末考査
5日	金	練習		本校	期末考査
6日	土	練習		本校	模試
7日	日	休養日			
8日	月	練習		本校	
9日	火	練習		本校	
10日	水	休養日			
11日	木	練習		本校	
12日	金	練習		本校	
13日	土	練習		本校	
14日	日	休養日			
15日	月	休養日			海の日
16日	火	練習		本校	
17日	水	休養日			
18日	木	練習		本校	
19日	金	休養日			終業式
20日	土	練習		本校	
21日	日	休養日			
22日	月	練習		本校	三者面談
23日	火	練習		本校	三者面談
24日	水	休養日			三者面談
25日	木	練習		本校	三者面談
26日	金	練習		本校	三者面談
27日	土	練習		本校	
28日	日	休養日			
29日	月	練習		本校	部活動公開日
30日	火	練習		本校	部活動公開日
31日	水	休養日			

令和 6 年度 7 月の活動計画

部活動名【 バドミントン 】

7	月	目標	基礎力を高める
---	---	----	---------

日	曜	練習等 計画		場所	学校行事
1日	月	休養日			期末考査
2日	火	休養日			期末考査
3日	水	休養日			期末考査
4日	木	休養日			期末考査
5日	金	練習		第1体育館	期末考査
6日	土	練習		第1体育館	進研模試
7日	日	休養日			
8日	月	練習		第1体育館	
9日	火	練習		第1体育館	
10日	水	練習		第1体育館	
11日	木	休養日			
12日	金	練習		第1体育館	
13日	土	練習		第1体育館	
14日	日	休養日			
15日	月	練習		第1体育館	
16日	火	練習		第1体育館	
17日	水	練習		第1体育館	
18日	木	休養日			
19日	金	練習		第1体育館	
20日	土	練習		第1体育館	
21日	日	休養日			
22日	月	練習		第1体育館	
23日	火	練習		第1体育館	
24日	水	練習		第1体育館	
25日	木	休養日			
26日	金	練習		第1体育館	
27日	土	練習		第1体育館	
28日	日	休養日			
29日	月	練習		第1体育館	部活動公開
30日	火	休養日			
31日	水	練習		第1体育館	

## 令和 6 年度 7 月の活動計画

部活動名【 ソフトテニス 】

<b>7</b>	月	目標	新チームでの体制を整える
----------	---	----	--------------

日	曜	練習等	場所	学校行事
		計画		
1日	月	休養日		期末考査
2日	火	休養日		期末考査
3日	水	休養日		期末考査
4日	木	休養日		期末考査
5日	金	練習	本校	期末考査
6日	土	休養日		進研模試
7日	日	練習	本校	
8日	月	練習	本校	
9日	火	練習	本校	
10日	水	休養日		
11日	木	練習	本校	
12日	金	練習	本校	
13日	土	練習	本校	
14日	日	休養日		
15日	月	練習	本校	
16日	火	練習	本校	
17日	水	休養日		
18日	木	練習	本校	
19日	金	練習	本校	
20日	土	練習	本校	
21日	日	休養日		
22日	月	練習	本校	
23日	火	練習	本校	
24日	水	休養日		
25日	木	練習	本校	
26日	金	練習	本校	
27日	土	練習	本校	
28日	日	休養日		
29日	月	練習	本校	部活動公開
30日	火	練習	本校	部活動公開
31日	水	休養日		

## 令和 6 年度 7 月の活動計画

部活動名【 サッカー 】

<b>7</b>	月	目標	体力・スキルアップ
----------	---	----	-----------

日	曜	練習等	場所	学校行事
		計画		
1日	月	休養日		
2日	火	休養日		
3日	水	休養日		
4日	木	練習	学校	試合前のため1時間練習
5日	金	練習	学校	試合前のため1時間練習
6日	土	試合(公式戦)	備前緑陽	
7日	日	休養日		
8日	月	練習	学校	
9日	火	練習	学校	
10日	水	休養日		
11日	木	練習	学校	
12日	金	練習	学校	
13日	土	練習	学校	
14日	日	試合(練習試合)	高松商業	
15日	月	休養日		
16日	火	練習	学校	
17日	水	練習	学校	
18日	木	練習	学校	
19日	金	練習	学校	
20日	土	練習	学校	
21日	日	休養日		
22日	月	練習	学校	
23日	火	練習	学校	
24日	水	休養日		
25日	木	練習	学校	
26日	金	試合(練習試合)	未定	
27日	土	試合(練習試合)	未定	
28日	日	試合(練習試合)	未定	
29日	月	休養日		
30日	火	練習	学校	
31日	水	練習	学校	



令和 6 年度 7 月の活動計画

部活動名【 男子バスケットボール 】

7	月	目標	基礎力を身につける
---	---	----	-----------

日	曜	練習等	場所	学校行事
		計画		
1日	月	休養日		
2日	火	休養日		
3日	水	休養日		
4日	木	休養日		
5日	金	練習	第一体育館	
6日	土	練習	第一体育館	
7日	日	休養日		
8日	月	練習	第一体育館	
9日	火	練習	第一体育館	
10日	水	休養日		
11日	木	練習	第一体育館	
12日	金	練習	第一体育館	
13日	土	試合(練習試合)	第一体育館	
14日	日	休養日		
15日	月	練習	第一体育館	
16日	火	練習	第一体育館	
17日	水	休養日		
18日	木	練習	第一体育館	
19日	金	練習	第一体育館	
20日	土	練習	第一体育館	
21日	日	休養日		
22日	月	練習	第一体育館	
23日	火	練習	第一体育館	
24日	水	休養日		
25日	木	練習	第一体育館	
26日	金	練習	第一体育館	
27日	土	練習	第一体育館	
28日	日	休養日		
29日	月	練習	第一体育館	
30日	火	練習	第一体育館	
31日	水	休養日		

令和 6 年度 7 月の活動計画

部活動名【 女子バスケットボール 】

7	月	目標	チーム基礎作り
---	---	----	---------

日	曜	練習等	場所	学校行事
		計画		
1日	月	休養日		
2日	火	休養日		
3日	水	休養日		
4日	木	休養日		
5日	金	練習	第一体育館	
6日	土	練習	第一体育館	
7日	日	練習	第一体育館	
8日	月	練習	第一体育館	
9日	火	休養日		
10日	水	練習	第一体育館	
11日	木	練習	第一体育館	
12日	金	練習	第一体育館	
13日	土	休養日		
14日	日	練習	第一体育館	
15日	月	試合(練習試合)	第一体育館	
16日	火	練習	第一体育館	
17日	水	練習	第一体育館	
18日	木	練習	第一体育館	
19日	金	練習	第一体育館	
20日	土	練習	第一体育館	
21日	日	休養日		
22日	月	練習	第一体育館	
23日	火	練習	第一体育館	
24日	水	練習	第一体育館	
25日	木	練習	第一体育館	
26日	金	練習	第一体育館	
27日	土	練習	第一体育館	
28日	日	休養日		
29日	月	練習	第一体育館	
30日	火	練習	第一体育館	
31日	水	試合(練習試合)	未定	

## 令和 6 年度 7 月の活動計画

部活動名【 男子バレーボール 】

<b>7</b>	月	目標	基礎技術の向上
----------	---	----	---------

日	曜	練習等		場所	学校行事
		計画			
1日	月	休養日			
2日	火	休養日			
3日	水	休養日			
4日	木	休養日			
5日	金	休養日			
6日	土	休養日			
7日	日	休養日			
8日	月	練習		第一体育館	
9日	火	練習		第一体育館	
10日	水	休養日			
11日	木	練習		第一体育館	
12日	金	練習		第一体育館	
13日	土	休養日			
14日	日	休養日			
15日	月	休養日			
16日	火	練習		第一体育館	
17日	水	休養日			
18日	木	練習		第一体育館	
19日	金	練習		第一体育館	
20日	土	休養日			
21日	日	休養日			
22日	月	練習		第一体育館	
23日	火	練習		第一体育館	
24日	水	休養日			
25日	木	練習		第一体育館	
26日	金	練習		第一体育館	
27日	土	休養日			
28日	日	休養日			
29日	月	練習		第一体育館	
30日	火	練習		第一体育館	
31日	水	休養日			

令和 6 年度 7 月の活動計画

部活動名【 女子バレーボール 】

7	月	目標	基礎基本の定着
---	---	----	---------

日	曜	練習等	場所	学校行事
		計画		
1日	月	休養日		
2日	火	休養日		
3日	水	休養日		
4日	木	休養日		
5日	金	練習	第一体育館	
6日	土	練習	第一体育館	
7日	日	休養日		
8日	月	練習	第一体育館	
9日	火	練習	第一体育館	
10日	水	練習	第一体育館	
11日	木	休養日		
12日	金	練習	第一体育館	
13日	土	練習	第一体育館	
14日	日	休養日		
15日	月	練習	第一体育館	
16日	火	練習	第一体育館	
17日	水	練習	第一体育館	
18日	木	休養日		
19日	金	練習	第一体育館	
20日	土	練習	第一体育館	
21日	日	休養日		
22日	月	練習	第一体育館	
23日	火	練習	第一体育館	
24日	水	練習	第一体育館	
25日	木	休養日		
26日	金	練習	第一体育館	
27日	土	練習	第一体育館	
28日	日	休養日		
29日	月	練習	第一体育館	
30日	火	練習	第一体育館	
31日	水	練習	第一体育館	

令和 6 年度 7 月の活動計画

部活動名【 演劇 】

7	月	目標	東雲祭と秋の公演への計画を立てる
---	---	----	------------------

日	曜	練習等	場所	学校行事
		計画		
1日	月	休養日		
2日	火	休養日		
3日	水	休養日		
4日	木	休養日		
5日	金	練習	第二体育館	
6日	土	休養日		
7日	日	休養日		
8日	月	練習	第二体育館	
9日	火	休養日		
10日	水	練習	第二体育館	
11日	木	練習	第二体育館	
12日	金	練習	第二体育館	
13日	土	休養日		
14日	日	休養日		
15日	月	練習	第二体育館	
16日	火	休養日		
17日	水	練習	第二体育館	
18日	木	練習	第二体育館	
19日	金	練習	第二体育館	
20日	土	休養日		
21日	日	休養日		
22日	月	練習	第二体育館	
23日	火	休養日		
24日	水	練習	第二体育館	
25日	木	練習	第二体育館	
26日	金	練習	第二体育館	
27日	土	休養日		
28日	日	休養日		
29日	月	練習	第二体育館	
30日	火	練習	第二体育館	
31日	水	練習	第二体育館	

## 令和 6 年度 7 月の活動計画

部活動名【 **報道** 】

<b>7</b>	月	目標	東雲祭体育の部の放送を成功させる。
----------	---	----	-------------------

日	曜	練習等	場所	学校行事
		計画		
1日	月	休養日		期末考査
2日	火	休養日		期末考査
3日	水	休養日		期末考査
4日	木	休養日		期末考査
5日	金	休養日		期末考査
6日	土	休養日		
7日	日	休養日		
8日	月	休養日		
9日	火	練習	視聴覚教室	
10日	水	練習	放送室	
11日	木	練習	視聴覚教室	
12日	金	休養日		
13日	土	休養日		
14日	日	休養日		
15日	月	休養日		
16日	火	練習	コモンホール	コモンホールコンサート
17日	水	練習	放送室	
18日	木	練習	視聴覚教室	
19日	金	休養日		
20日	土	休養日		
21日	日	休養日		
22日	月	休養日		
23日	火	練習	視聴覚教室	
24日	水	練習	視聴覚教室	
25日	木	練習	視聴覚教室	
26日	金	休養日		
27日	土	休養日		
28日	日	休養日		
29日	月	練習	視聴覚教室	部活動公開
30日	火	休養日		
31日	水	休養日		

令和 6 年度 7 月の活動計画

部活動名【 書道 】

7	月	目標	文化祭に向けて準備する
---	---	----	-------------

日	曜	練習等	場所	学校行事
		計画		
1日	月	休養日		
2日	火	休養日		
3日	水	休養日		
4日	木	休養日		
5日	金	休養日		
6日	土	休養日		
7日	日	休養日		
8日	月	練習	書道教室	
9日	火	練習	書道教室	
10日	水	練習	書道教室	
11日	木	休養日		
12日	金	練習	書道教室	
13日	土	休養日		
14日	日	休養日		
15日	月	練習	書道教室	
16日	火	練習	書道教室	
17日	水	練習	書道教室	
18日	木	休養日		
19日	金	練習	書道教室	
20日	土	休養日		
21日	日	休養日		
22日	月	練習	書道教室	
23日	火	練習	書道教室	
24日	水	休養日		
25日	木	休養日		
26日	金	練習	書道教室	
27日	土	休養日		
28日	日	休養日		
29日	月	練習	書道教室	
30日	火	練習	書道教室	
31日	水	休養日		

令和 6 年度 7 月の活動計画

部活動名【 吹奏楽 】

7	月	目標	ミニコンサートなどで活動の様子を知ってもらう
---	---	----	------------------------

日	曜	練習等	場所	学校行事
		計画		
1日	月	休養日		
2日	火	休養日		
3日	水	休養日		
4日	木	休養日		
5日	金	練習	音楽教室	
6日	土	休養日		
7日	日	休養日		
8日	月	練習	音楽教室	
9日	火	練習	音楽教室	
10日	水	練習	音楽教室	
11日	木	練習	音楽教室	
12日	金	練習	音楽教室	
13日	土	大会	未定	
14日	日	休養日		
15日	月	練習	音楽教室	
16日	火	発表会	コモンホール	
17日	水	休養日		
18日	木	練習	音楽教室	
19日	金	練習	音楽教室	
20日	土	休養日		
21日	日	休養日		
22日	月	練習	音楽教室	
23日	火	練習	音楽教室	
24日	水	休養日		
25日	木	練習	音楽教室	
26日	金	練習	音楽教室	
27日	土	練習	音楽教室	
28日	日	休養日		
29日	月	発表会	音楽教室	
30日	火	発表会	音楽教室	
31日	水	休養日		



令和 6 年度 7 月の活動計画

部活動名【 美術 】

7	月	目標	東雲祭に向けての準備
---	---	----	------------

日	曜	練習等	場所	学校行事
		計画		
1日	月	休養日		
2日	火	休養日		
3日	水	休養日		
4日	木	休養日		
5日	金	練習	美術室	
6日	土	休養日		
7日	日	休養日		
8日	月	練習	美術室	
9日	火	練習	美術室	
10日	水	練習	美術室	
11日	木	練習	美術室	
12日	金	練習	美術室	
13日	土	休養日		
14日	日	休養日		
15日	月	休養日		
16日	火	練習	美術室	
17日	水	練習	美術室	
18日	木	練習	美術室	
19日	金	練習	美術室	
20日	土	休養日		
21日	日	休養日		
22日	月	休養日		
23日	火	休養日		
24日	水	休養日		
25日	木	休養日		
26日	金	休養日		
27日	土	休養日		
28日	日	休養日		
29日	月	練習	美術室	
30日	火	休養日		
31日	水	休養日		

令和 6 年度 7 月の活動計画

部活動名【 英語同好会 】

7	月	目標	楽しんで英語に触れる。 英検に向けて対策をする。
---	---	----	-----------------------------

日	曜	練習等 計画		場所	学校行事
1日	月	休養日			期末考査
2日	火	休養日			期末考査
3日	水	休養日			期末考査
4日	木	休養日			期末考査
5日	金	休養日			期末考査
6日	土	休養日			
7日	日	休養日			
8日	月	練習		講義室	
9日	火	練習		講義室	
10日	水	練習		講義室	
11日	木	練習		講義室	
12日	金	休養日			
13日	土	休養日			
14日	日	休養日			
15日	月	練習		講義室	
16日	火	練習		講義室	
17日	水	練習		講義室	
18日	木	練習		講義室	
19日	金	休養日			
20日	土	休養日			
21日	日	休養日			
22日	月	練習		講義室	
23日	火	練習		講義室	
24日	水	練習		講義室	
25日	木	練習		講義室	
26日	金	休養日			
27日	土	休養日			
28日	日	休養日			
29日	月	練習		講義室	
30日	火	練習		講義室	
31日	水	休養日			

令和 6 年度 7 月の活動計画

部活動名【 柔道同好会 】

7	月	目標	基礎体力・体幹・技術の向上
---	---	----	---------------

日	曜	練習等	場所	学校行事
		計画		
1日	月	休養日		
2日	火	休養日		
3日	水	休養日		
4日	木	休養日		
5日	金	練習	本校武道場	
6日	土	休養日		
7日	日	休養日		
8日	月	練習	本校武道場	
9日	火	練習	本校武道場	
10日	水	練習	本校武道場	
11日	木	練習	本校武道場	
12日	金	練習	本校武道場	
13日	土	練習	本校武道場	
14日	日	休養日		
15日	月	練習	本校武道場	
16日	火	練習	本校武道場	
17日	水	休養日		
18日	木	練習	本校武道場	
19日	金	練習	本校武道場	
20日	土	練習	本校武道場	
21日	日	休養日		
22日	月	練習	本校武道場	
23日	火	練習	本校武道場	
24日	水	休養日		
25日	木	練習	本校武道場	
26日	金	練習	本校武道場	
27日	土	練習	本校武道場	
28日	日	休養日		
29日	月	練習	本校武道場	
30日	火	練習	本校武道場	
31日	水	休養日		

令和 6 年度 7 月の活動計画

部活動名【 新体操同好会 】

7	月	目標	柔軟性を身に付ける
---	---	----	-----------

日	曜	練習等	場所	学校行事
		計画		
1日	月	休養日		
2日	火	休養日		
3日	水	休養日		
4日	木	休養日		
5日	金	休養日		
6日	土	休養日		
7日	日	休養日		
8日	月	休養日		
9日	火	練習	第2体育館	
10日	水	練習	第2体育館	
11日	木	休養日		
12日	金	練習	第2体育館	
13日	土	休養日		
14日	日	休養日		
15日	月	休養日		
16日	火	練習	第2体育館	
17日	水	練習	第2体育館	
18日	木	休養日		
19日	金	練習	第2体育館	
20日	土	休養日		
21日	日	休養日		
22日	月	休養日		
23日	火	休養日		
24日	水	休養日		
25日	木	休養日		
26日	金	休養日		
27日	土	休養日		
28日	日	休養日		
29日	月	休養日		
30日	火	休養日		
31日	水	休養日		

令和 6 年度 7 月の活動計画

部活動名【 調理研究同好会 】

7	月	目標	東雲祭の計画を立てる。
---	---	----	-------------

日	曜	練習等	場所	学校行事
		計画		
1日	月	休養日		
2日	火	休養日		
3日	水	休養日		
4日	木	休養日		
5日	金	休養日		
6日	土	休養日		
7日	日	休養日		
8日	月	休養日		
9日	火	休養日		
10日	水	休養日		
11日	木	休養日		
12日	金	休養日		
13日	土	休養日		
14日	日	休養日		
15日	月	休養日		
16日	火	休養日		
17日	水	休養日		
18日	木	休養日		
19日	金	休養日		
20日	土	休養日		
21日	日	休養日		
22日	月	休養日		
23日	火	休養日		
24日	水	休養日		
25日	木	休養日		
26日	金	休養日		
27日	土	休養日		
28日	日	休養日		
29日	月	休養日		
30日	火	練習	食物実習室	
31日	水	休養日		