

令和 6 年度 1 月の活動計画

部活動名【 剣道 】

1	月	目標	選抜予選に向けて技術と体力を向上させる。
----------	---	----	----------------------

日	曜	練習等 (公式戦・練習試合等)	場所	学校行事
		計画		
1日	水	休養日		元旦
2日	木	練習	第一体育館	閉庁(年始休業)
3日	金	休養日		閉庁(年始休業)
4日	土	休養日		
5日	日	休養日		
6日	月	練習	武道場	
7日	火	練習	武道場	
8日	水	休養日		
9日	木	練習	武道場	
10日	金	練習	武道場	
11日	土	練習	武道場	
12日	日	休養日		
13日	月	練習	武道場	成人の日
14日	火	練習	武道場	
15日	水	休養日		
16日	木	練習	武道場	
17日	金	練習	武道場	
18日	土	試合(公式戦)	笠岡総合体育館	
19日	日	休養日		
20日	月	練習	武道場	
21日	火	練習	武道場	
22日	水	休養日		
23日	木	練習	武道場	
24日	金	練習	武道場	
25日	土	練習	武道場	
26日	日	休養日		
27日	月	練習	武道場	
28日	火	練習	武道場	
29日	水	休養日		
30日	木	練習	武道場	
31日	金	練習	武道場	

令和 6 年度 1 月の活動計画

部活動名【 陸上競技 】

1	月	目標	2025シーズンへ向けての準備
---	---	----	-----------------

日	曜	練習等	場所	学校行事
		計画		
1日	水	休養日		元旦
2日	木	休養日		閉庁(年始休業)
3日	金	休養日		閉庁(年始休業)
4日	土	休養日		
5日	日	休養日		
6日	月	練習	学校	
7日	火	練習	学校	
8日	水	練習	学校	始業式
9日	木	練習	学校	
10日	金	練習	学校	
11日	土	練習	競技場	
12日	日	休養日		
13日	月	練習	学校	成人の日
14日	火	練習	学校	
15日	水	練習	学校	
16日	木	練習	学校	
17日	金	練習	学校	
18日	土	練習	競技場	共通テスト・模試
19日	日	休養日		共通テスト・模試
20日	月	練習	学校	
21日	火	練習	学校	
22日	水	練習	学校	
23日	木	練習	学校	
24日	金	練習	学校	
25日	土	練習	競技場	
26日	日	試合(公式戦)参加者以外は休み	岡山市	
27日	月	練習(前日大会参加者は休み)	学校	
28日	火	練習	学校	
29日	水	練習	学校	
30日	木	練習	学校	
31日	金	練習	学校	

令和 6 年度 1 月の活動計画

部活動名【 卓球 】

1	月	目標	限られた練習時間を精一杯使う
---	---	----	----------------

日	曜	練習等	場所	学校行事
		計画		
1日	水	休養日		元旦
2日	木	休養日		閉庁(年始休業)
3日	金	休養日		閉庁(年始休業)
4日	土	休養日		
5日	日	休養日		
6日	月	休養日		
7日	火	休養日		
8日	水	練習	第2体育館	
9日	木	休養日		
10日	金	練習	第2体育館	
11日	土	休養日		
12日	日	休養日		
13日	月	休養日		成人の日
14日	火	練習	第2体育館	
15日	水	練習	第2体育館	
16日	木	休養日		
17日	金	練習	第2体育館	
18日	土	休養日		1年進研模試
19日	日	休養日		
20日	月	練習	第2体育館	
21日	火	練習	第2体育館	
22日	水	練習	第2体育館	
23日	木	休養日		
24日	金	練習	第2体育館	
25日	土	休養日		
26日	日	休養日		
27日	月	練習	第2体育館	
28日	火	練習	第2体育館	
29日	水	練習	第2体育館	
30日	木	休養日		
31日	金	練習	第2体育館	

令和 6 年度 1 月の活動計画

部活動名【 野球 】

1	月	目標	春季大会に向けてレベルアップ
----------	---	----	----------------

日	曜	練習等		場所	学校行事
		計画			
1日	水	休養日			元旦
2日	木	休養日			閉庁(年始休業)
3日	金	休養日			閉庁(年始休業)
4日	土	練習		本校グラウンド	
5日	日	練習		本校グラウンド	
6日	月	練習		本校グラウンド	
7日	火	休養日			
8日	水	練習		本校グラウンド	
9日	木	練習		本校グラウンド	
10日	金	練習		本校グラウンド	
11日	土	練習		本校グラウンド	
12日	日	練習		本校グラウンド	
13日	月	休養日			成人の日
14日	火	練習		本校グラウンド	
15日	水	練習		本校グラウンド	
16日	木	休養日			
17日	金	練習		本校グラウンド	
18日	土	練習		本校グラウンド	
19日	日	練習		本校グラウンド	
20日	月	休養日			
21日	火	練習		本校グラウンド	
22日	水	練習		本校グラウンド	
23日	木	練習		本校グラウンド	
24日	金	練習		本校グラウンド	
25日	土	練習		本校グラウンド	
26日	日	休養日			
27日	月	練習		本校グラウンド	
28日	火	練習		本校グラウンド	
29日	水	練習		本校グラウンド	
30日	木	練習		本校グラウンド	
31日	金	練習		本校グラウンド	

令和 6 年度 1 月の活動計画

部活動名【 ソフトボール 】

1	月	目標	春季大会に向けて戦力向上
----------	---	----	--------------

日	曜	練習等	場所	学校行事
		計画		
1日	水	休養日		元旦
2日	木	休養日		閉庁(年始休業)
3日	金	休養日		閉庁(年始休業)
4日	土	休養日		
5日	日	休養日		
6日	月	合宿	本校	
7日	火	合宿	本校	
8日	水	休養日		
9日	木	練習	本校	
10日	金	練習	本校	
11日	土	練習	おかやま山陽	
12日	日	休養日		
13日	月	休養日		成人の日
14日	火	練習	本校	
15日	水	休養日		
16日	木	練習	本校	
17日	金	練習	本校	
18日	土	練習	本校	
19日	日	休養日		
20日	月	練習	本校	
21日	火	練習	本校	
22日	水	休養日		
23日	木	練習	本校	
24日	金	練習	本校	
25日	土	練習	本校	
26日	日	休養日		
27日	月	練習	本校	
28日	火	練習	本校	
29日	水	休養日		
30日	木	練習	本校	
31日	金	練習	本校	

令和 6 年度 1 月の活動計画

部活動名【 バドミントン 】

1	月	目標	基礎力の強化と新人大会に向けて実践力の向上
---	---	----	-----------------------

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

令和 6 年度 1 月の活動計画

部活動名【 ソフトテニス 】

1	月	目標	体力作り、基礎を固める
----------	---	----	-------------

日	曜	練習等	場所	学校行事
		計画		
1日	水	休養日		元旦
2日	木	休養日		閉庁(年始休業)
3日	金	休養日		閉庁(年始休業)
4日	土	試合(練習試合)	玉島の森	
5日	日	試合(練習試合)	玉島の森	
6日	月	練習	本校	
7日	火	練習	本校	
8日	水	休養日		
9日	木	練習	本校	
10日	金	練習	本校	
11日	土	試合(練習試合)	久米南	
12日	日	休養日		
13日	月	練習	本校	成人の日
14日	火	練習	本校	
15日	水	休養日		
16日	木	練習	本校	
17日	金	練習	本校	
18日	土	休養日		
19日	日	練習	本校	
20日	月	練習	本校	
21日	火	練習	本校	
22日	水	休養日		
23日	木	練習	本校	
24日	金	練習	本校	
25日	土	休養日		
26日	日	練習	本校	
27日	月	練習	本校	
28日	火	練習	本校	
29日	水	休養日		
30日	木	練習	本校	
31日	金	練習	本校	

令和 6 年度 1 月の活動計画

部活動名【 サッカー 】

1	月	目標	県大会出場
---	---	----	-------

日	曜	練習等 計画		場所	学校行事
1日	水	休養日			元旦
2日	木	休養日			閉庁(年始休業)
3日	金	合同練習		学校	閉庁(年始休業)
4日	土	休養日			
5日	日	休養日			
6日	月	休養日			
7日	火	練習		学校	
8日	水	練習		学校	
9日	木	練習		学校	
10日	金	練習		学校	
11日	土	練習		学校	
12日	日	休養日			
13日	月	休養日			成人の日
14日	火	練習		学校	
15日	水	休養日			
16日	木	練習		学校	
17日	金	練習		学校	
18日	土	練習		学校	
19日	日	休養日			
20日	月	練習		学校	
21日	火	練習		学校	
22日	水	休養日			
23日	木	練習		学校	
24日	金	練習		学校	
25日	土	練習		学校	
26日	日	休養日			
27日	月	練習		学校	
28日	火	練習		学校	
29日	水	休養日			
30日	木	練習		学校	
31日	金	練習		学校	

令和 6 年度 1 月の活動計画

部活動名【 男子バスケットボール 】

1	月	目標	県新人戦に向け チーム一丸となってプレーする
---	---	----	---------------------------

日	曜	練習等		場所	学校行事
		練習	試合		
1日	水	休養日			元旦
2日	木	休養日			閉庁(年始休業)
3日	金	休養日			閉庁(年始休業)
4日	土	練習		第一体育館	
5日	日	休養日			
6日	月	試合(練習試合)		未定	
7日	火	練習		第一体育館	
8日	水	練習		第一体育館	
9日	木	練習		第一体育館	
10日	金	練習		第一体育館	
11日	土	試合(公式戦)		作陽高校	
12日	日	試合(公式戦)		作陽高校	
13日	月	休養日			成人の日
14日	火	練習		第一体育館	
15日	水	休養日			
16日	木	練習		第一体育館	
17日	金	練習		第一体育館	
18日	土	試合(公式戦)		倉敷中央高校	
19日	日	試合(公式戦)		倉敷中央高校	
20日	月	練習		第一体育館	
21日	火	練習		第一体育館	
22日	水	休養日			
23日	木	練習		第一体育館	
24日	金	練習		第一体育館	
25日	土	練習		第一体育館	
26日	日	休養日			
27日	月	練習		第一体育館	
28日	火	練習		第一体育館	
29日	水	休養日			
30日	木	練習		第一体育館	
31日	金	練習		第一体育館	

令和 6 年度 1 月の活動計画

部活動名【 女子バスケットボール 】

1	月	目標	県新人戦でベストを尽くし チームの課題を見つける
---	---	----	-----------------------------

日	曜	練習等		場所	学校行事
			計画		
1日	水	休養日			元旦
2日	木	休養日			閉庁(年始休業)
3日	金	休養日			閉庁(年始休業)
4日	土	練習		第一体育館	
5日	日	練習		第一体育館	
6日	月	練習		第一体育館	
7日	火	練習		第一体育館	
8日	水	練習		第一体育館	
9日	木	練習		第一体育館	
10日	金	練習		第一体育館	
11日	土	試合(公式戦)		倉敷商業高校	
12日	日	試合(公式戦)		倉敷商業高校	
13日	月	休養日			成人の日
14日	火	練習		第一体育館	
15日	水	練習		第一体育館	
16日	木	練習		第一体育館	
17日	金	練習		第一体育館	
18日	土	試合(公式戦)		倉敷中央高校	
19日	日	休養日			
20日	月	練習		第一体育館	
21日	火	練習		第一体育館	
22日	水	練習		第一体育館	
23日	木	休養日			
24日	金	練習		第一体育館	
25日	土	練習		第一体育館	
26日	日	休養日			
27日	月	練習		第一体育館	
28日	火	練習		第一体育館	
29日	水	練習		第一体育館	
30日	木	休養日			
31日	金	練習		第一体育館	

令和 6 年度 1 月の活動計画

部活動名【 男子バレーボール 】

1	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	水	休養日			元旦
2日	木	休養日			閉庁(年始休業)
3日	金	休養日			閉庁(年始休業)
4日	土	休養日			
5日	日	休養日			
6日	月	休養日			
7日	火	休養日			
8日	水	休養日			
9日	木	練習		第一体育館	
10日	金	休養日			
11日	土	休養日			
12日	日	休養日			
13日	月	休養日			成人の日
14日	火	練習		第一体育館	
15日	水	休養日			
16日	木	休養日			
17日	金	練習		第一体育館	
18日	土	休養日			
19日	日	休養日			
20日	月	休養日			
21日	火	練習		第一体育館	
22日	水	休養日			
23日	木	練習		第一体育館	
24日	金	休養日			
25日	土	休養日			
26日	日	休養日			
27日	月	休養日			
28日	火	練習		第一体育館	
29日	水	休養日			
30日	木	練習		第一体育館	
31日	金	休養日			

令和 6 年度 1 月の活動計画

部活動名【 女子バレーボール 】

1	月	目標	基礎基本の定着
---	---	----	---------

日	曜	練習等		場所	学校行事
		練習	試合		
1日	水	休養日			元旦
2日	木	休養日			閉庁(年始休業)
3日	金	休養日			閉庁(年始休業)
4日	土	練習		第1体育館	
5日	日	練習		第1体育館	
6日	月	試合(練習試合)		第1体育館	
7日	火	試合(練習試合)		第1体育館	
8日	水	練習		第1体育館	
9日	木	休養日			
10日	金	練習		第1体育館	
11日	土	練習		第1体育館	
12日	日	練習		第1体育館	
13日	月	練習		第1体育館	成人の日
14日	火	練習		第1体育館	
15日	水	練習		第1体育館	
16日	木	練習		第1体育館	
17日	金	練習		第1体育館	
18日	土	試合(公式戦)		未定	
19日	日	休養日			
20日	月	練習		第1体育館	
21日	火	練習		第1体育館	
22日	水	練習		第1体育館	
23日	木	練習		第1体育館	
24日	金	練習		第1体育館	
25日	土	試合(公式戦)		未定	
26日	日	休養日			
27日	月	練習		第1体育館	
28日	火	練習		第1体育館	
29日	水	練習		第1体育館	
30日	木	休養日			
31日	金	練習		第1体育館	

令和 6 年度 1 月の活動計画

部活動名【 演劇 】

1	月	目標	フェスに向けて取り組みを開始する
---	---	----	------------------

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

令和 6 年度 1 月の活動計画

部活動名【 **報道** 】

1	月	目標	お昼の放送を通じて校内に適切に情報を発信する。
----------	---	----	-------------------------

日	曜	練習等		場所	学校行事
		計画			
1日	水	休養日			元旦
2日	木	休養日			閉庁(年始休業)
3日	金	休養日			閉庁(年始休業)
4日	土	休養日			
5日	日	休養日			
6日	月	休養日			
7日	火	休養日			
8日	水	練習		放送室	
9日	木	練習		視聴覚教室	
10日	金	休養日			
11日	土	休養日			
12日	日	休養日			
13日	月	休養日			成人の日
14日	火	練習		視聴覚教室	
15日	水	練習		放送室	
16日	木	練習		視聴覚教室	
17日	金	休養日			
18日	土	休養日			
19日	日	休養日			
20日	月	休養日			
21日	火	練習		視聴覚教室	
22日	水	練習		放送室	
23日	木	練習		視聴覚教室	
24日	金	休養日			
25日	土	休養日			
26日	日	休養日			
27日	月	休養日			
28日	火	練習		視聴覚教室	
29日	水	練習		放送室	
30日	木	練習		視聴覚教室	
31日	金	休養日			

令和 6 年度 1 月の活動計画

部活動名【 書道 】

1	月	目標	ふれあい書道展にむけて
---	---	----	-------------

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

令和 6 年度 1 月の活動計画

部活動名【 吹奏楽 】

1	月	目標	定期演奏会の計画を進める
---	---	----	--------------

日	曜	練習等		場所	学校行事
		計画			
1日	水	休養日			元旦
2日	木	休養日			閉庁(年始休業)
3日	金	休養日			閉庁(年始休業)
4日	土	休養日			
5日	日	休養日			
6日	月	休養日			
7日	火	練習		音楽教室	
8日	水	練習		音楽教室	
9日	木	練習		音楽教室	
10日	金	練習		音楽教室	
11日	土	練習		音楽教室	
12日	日	休養日			
13日	月	休養日			成人の日
14日	火	練習		音楽教室	
15日	水	練習		音楽教室	
16日	木	練習		音楽教室	
17日	金	練習		音楽教室	
18日	土	休養日			
19日	日	休養日			
20日	月	練習		音楽教室	
21日	火	練習		音楽教室	
22日	水	休養日			
23日	木	練習		音楽教室	
24日	金	練習		音楽教室	
25日	土	練習		視聴覚教室	
26日	日	休養日			
27日	月	練習		音楽教室	
28日	火	練習		音楽教室	
29日	水	休養日			
30日	木	練習		音楽教室	
31日	金	練習		音楽教室	

令和 6 年度 1 月の活動計画

部活動名【 美術 】

1	月	目標	岡山県と美作美術展に向けての作品制作
---	---	----	--------------------

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

令和 6 年度 1 月の活動計画

部活動名【 英語同好会 】

1	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		場所	学校行事
		計画			
1日	水	休養日			元旦
2日	木	休養日			閉庁(年始休業)
3日	金	休養日			閉庁(年始休業)
4日	土	休養日			
5日	日	休養日			
6日	月	休養日			
7日	火	休養日			
8日	水	練習		講義室	
9日	木	練習		講義室	
10日	金	休養日			
11日	土	休養日			
12日	日	休養日			
13日	月	休養日			成人の日
14日	火	練習		講義室	
15日	水	練習		講義室	
16日	木	練習		講義室	
17日	金	休養日			
18日	土	休養日			
19日	日	休養日			
20日	月	練習		講義室	
21日	火	練習		講義室	
22日	水	練習		講義室	
23日	木	練習		講義室	
24日	金	休養日			
25日	土	休養日			
26日	日	休養日			
27日	月	練習		講義室	
28日	火	練習		講義室	
29日	水	練習		講義室	
30日	木	練習		講義室	
31日	金	休養日			

令和 6 年度 1 月の活動計画

部活動名【 **軽音楽同好会** 】

1	月	目標	基礎を固める
----------	---	----	--------

日	曜	練習等		場所	学校行事
		計画			
1日	水	休養日			元旦
2日	木	休養日			閉庁(年始休業)
3日	金	休養日			閉庁(年始休業)
4日	土	練習		自宅練習	
5日	日	休養日			
6日	月	練習		自宅練習	
7日	火	練習		自宅練習	
8日	水	休養日			
9日	木	練習		学校	
10日	金	休養日			
11日	土	練習		自宅練習	
12日	日	休養日			
13日	月	練習		自宅練習	成人の日
14日	火	練習		学校	
15日	水	休養日			
16日	木	練習		学校	
17日	金	休養日			
18日	土	練習		自宅練習	
19日	日	休養日			
20日	月	練習		学校	
21日	火	練習		学校	
22日	水	休養日			
23日	木	練習		学校	
24日	金	休養日			
25日	土	練習		自宅練習	
26日	日	休養日			
27日	月	練習		学校	
28日	火	練習		学校	
29日	水	休養日			
30日	木	練習		学校	
31日	金	休養日			

令和 6 年度 1 月の活動計画

部活動名【 新体操同好会 】

1	月	目標	柔軟性を身につける
---	---	----	-----------

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

令和 6 年度 1 月の活動計画

部活動名【 **調理研究同好会** 】

1	月	目標	城西寺子屋ボランティアの計画を立てる
----------	---	----	--------------------

日	曜	練習等 計画		場所	学校行事
1日	水	休養日			元旦
2日	木	休養日			閉庁(年始休業)
3日	金	休養日			閉庁(年始休業)
4日	土	休養日			
5日	日	休養日			
6日	月	休養日			
7日	火	休養日			
8日	水	休養日			
9日	木	休養日			
10日	金	休養日			
11日	土	試合(公式戦)		武蔵野調理師専門	
12日	日	休養日			
13日	月	休養日			成人の日
14日	火	休養日			
15日	水	休養日			
16日	木	休養日			
17日	金	休養日			
18日	土	休養日			
19日	日	休養日			
20日	月	休養日			
21日	火	休養日			
22日	水	練習		食物実習室	
23日	木	休養日			
24日	金	休養日			
25日	土	休養日			
26日	日	休養日			
27日	月	休養日			
28日	火	休養日			
29日	水	練習		食物実習室	
30日	木	休養日			
31日	金	休養日			