

| | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 | |
|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|----|
| 1 | 土 休養日 | 月 活動日 | 木 活動日 | 土 休養日 | 火 活動日 | 金 活動日 | 日 休養日 | 水 休養日 | 金 活動日 | 月 休養日 | 木 活動日 | 土 休養日 | 1 |
| 2 | 日 休養日 | 火 活動日 | 金 活動日 | 日 休養日 | 水 活動日 | 土 休養日 | 月 休養日 | 木 活動日 | 土 休養日 | 火 休養日 | 金 活動日 | 土 休養日 | 2 |
| 3 | 月 休養日 | 水 休養日 | 土 休養日 | 月 活動日 | 木 活動日 | 日 休養日 | 火 休養日 | 金 休養日 | 日 休養日 | 水 休養日 | 土 休養日 | 日 休養日 | 3 |
| 4 | 火 休養日 | 木 休養日 | 日 休養日 | 火 活動日 | 金 活動日 | 月 活動日 | 水 休養日 | 土 休養日 | 月 活動日 | 木 休養日 | 日 休養日 | 月 活動日 | 4 |
| 5 | 水 休養日 | 金 休養日 | 月 活動日 | 水 休養日 | 土 休養日 | 火 活動日 | 木 活動日 | 日 休養日 | 火 活動日 | 金 休養日 | 月 活動日 | 火 活動日 | 5 |
| 6 | 木 休養日 | 土 休養日 | 火 活動日 | 木 活動日 | 日 休養日 | 水 休養日 | 金 活動日 | 月 活動日 | 水 活動日 | 土 休養日 | 火 活動日 | 水 休養日 | 6 |
| 7 | 金 活動日 | 日 休養日 | 水 休養日 | 金 活動日 | 月 活動日 | 木 活動日 | 土 休養日 | 火 活動日 | 木 活動日 | 日 休養日 | 水 休養日 | 木 活動日 | 7 |
| 8 | 土 休養日 | 月 活動日 | 木 活動日 | 土 休養日 | 火 活動日 | 金 活動日 | 日 休養日 | 水 休養日 | 金 活動日 | 月 休養日 | 木 休養日 | 金 活動日 | 8 |
| 9 | 日 休養日 | 火 活動日 | 金 活動日 | 日 休養日 | 水 活動日 | 土 活動日 | 月 活動日 | 木 活動日 | 土 休養日 | 火 活動日 | 金 休養日 | 土 休養日 | 9 |
| 10 | 月 活動日 | 水 休養日 | 土 休養日 | 月 活動日 | 木 活動日 | 日 活動日 | 火 活動日 | 金 活動日 | 日 休養日 | 水 休養日 | 土 休養日 | 日 休養日 | 10 |
| 11 | 火 休養日 | 木 活動日 | 日 休養日 | 火 活動日 | 金 休養日 | 月 休養日 | 水 休養日 | 土 休養日 | 月 活動日 | 木 活動日 | 日 休養日 | 月 活動日 | 11 |
| 12 | 水 活動日 | 金 活動日 | 月 活動日 | 水 休養日 | 土 休養日 | 火 活動日 | 木 活動日 | 日 休養日 | 火 活動日 | 金 活動日 | 月 休養日 | 火 活動日 | 12 |
| 13 | 木 活動日 | 土 休養日 | 火 活動日 | 木 活動日 | 日 休養日 | 水 休養日 | 金 活動日 | 月 活動日 | 水 休養日 | 土 休養日 | 火 休養日 | 水 休養日 | 13 |
| 14 | 金 活動日 | 日 休養日 | 水 休養日 | 金 活動日 | 月 休養日 | 木 活動日 | 土 休養日 | 火 活動日 | 木 活動日 | 日 休養日 | 水 休養日 | 木 活動日 | 14 |
| 15 | 土 休養日 | 月 活動日 | 木 休養日 | 土 休養日 | 火 休養日 | 金 活動日 | 日 休養日 | 水 休養日 | 金 活動日 | 月 活動日 | 木 休養日 | 金 活動日 | 15 |
| 16 | 日 休養日 | 火 活動日 | 金 休養日 | 日 休養日 | 水 休養日 | 土 休養日 | 月 活動日 | 木 活動日 | 土 休養日 | 火 活動日 | 金 活動日 | 土 休養日 | 16 |
| 17 | 月 活動日 | 水 休養日 | 土 休養日 | 月 活動日 | 木 休養日 | 日 休養日 | 火 活動日 | 金 活動日 | 日 休養日 | 水 休養日 | 土 休養日 | 日 休養日 | 17 |
| 18 | 火 休養日 | 木 活動日 | 日 休養日 | 火 活動日 | 金 活動日 | 月 休養日 | 水 休養日 | 土 休養日 | 月 活動日 | 木 活動日 | 日 休養日 | 月 活動日 | 18 |
| 19 | 水 活動日 | 金 活動日 | 月 休養日 | 水 休養日 | 土 休養日 | 火 活動日 | 木 活動日 | 日 休養日 | 火 活動日 | 金 活動日 | 月 活動日 | 火 活動日 | 19 |
| 20 | 木 活動日 | 土 休養日 | 火 休養日 | 木 活動日 | 日 休養日 | 水 休養日 | 金 活動日 | 月 活動日 | 水 休養日 | 土 休養日 | 火 活動日 | 水 休養日 | 20 |
| 21 | 金 活動日 | 日 休養日 | 水 休養日 | 金 活動日 | 月 活動日 | 木 活動日 | 土 休養日 | 火 休養日 | 木 活動日 | 日 休養日 | 水 休養日 | 木 活動日 | 21 |
| 22 | 土 休養日 | 月 活動日 | 木 休養日 | 土 休養日 | 火 活動日 | 金 活動日 | 日 休養日 | 水 休養日 | 金 活動日 | 月 活動日 | 木 活動日 | 金 活動日 | 22 |
| 23 | 日 休養日 | 火 活動日 | 金 活動日 | 日 休養日 | 水 活動日 | 土 休養日 | 月 活動日 | 木 休養日 | 土 休養日 | 火 活動日 | 金 活動日 | 土 休養日 | 23 |
| 24 | 月 活動日 | 水 休養日 | 土 休養日 | 月 活動日 | 木 活動日 | 日 休養日 | 火 活動日 | 金 休養日 | 日 休養日 | 水 休養日 | 土 休養日 | 日 休養日 | 24 |
| 25 | 火 活動日 | 木 活動日 | 日 休養日 | 火 活動日 | 金 活動日 | 月 活動日 | 水 休養日 | 土 休養日 | 月 休養日 | 木 活動日 | 日 休養日 | 月 活動日 | 25 |
| 26 | 水 休養日 | 金 活動日 | 月 活動日 | 水 休養日 | 土 休養日 | 火 活動日 | 木 活動日 | 日 休養日 | 火 休養日 | 金 活動日 | 月 活動日 | 火 活動日 | 26 |
| 27 | 木 活動日 | 土 休養日 | 火 活動日 | 木 活動日 | 日 休養日 | 水 休養日 | 金 活動日 | 月 休養日 | 水 休養日 | 土 休養日 | 火 活動日 | 水 休養日 | 27 |
| 28 | 金 活動日 | 日 休養日 | 水 休養日 | 金 活動日 | 月 活動日 | 木 活動日 | 土 休養日 | 火 休養日 | 木 休養日 | 日 休養日 | 水 活動日 | 木 活動日 | 28 |
| 29 | 土 休養日 | 月 活動日 | 木 活動日 | 土 休養日 | 火 活動日 | 金 活動日 | 日 休養日 | 水 休養日 | 金 休養日 | 月 活動日 | | 金 活動日 | 29 |
| 30 | 日 休養日 | 火 活動日 | 金 活動日 | 日 休養日 | 水 活動日 | 土 休養日 | 月 活動日 | 木 休養日 | 土 休養日 | 火 活動日 | | 土 休養日 | 30 |
| 31 | | 水 休養日 | | 月 活動日 | 木 休養日 | | 火 活動日 | | 日 休養日 | 水 休養日 | | 日 休養日 | 31 |
| 1時間半以内 | | | | | | | | | | | | | |
| 2時間半以内 | | | | | | | | | | | | | |
| 3時間半以内 | | | | | | | | | | | | | |
| 3時間半以上 | | | | | | | | | | | | | |
| 終日 | | | | | | | | | | | | | |
| | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 | |