



# 長崎県立佐世保特別支援学校

〒858-0911 佐世保市竹辺町810番地  
TEL 0956-47-5913・FAX 0956-47-8756  
URL(<http://www.news.ed.jp/sasebo-ss/>)

## ■ 校 訓

健康・協力・自立

## ■ 教育目標

児童生徒一人一人に応じたきめ細やかな指導を通して、健康で日々楽しく生きがいをもって生活できる力や、自ら考え主体的に行動できる力を身に付け、他を思いやる心をもって積極的に社会参加し役割を果たしながら、生涯にわたって自分らしい豊かな人生を送ろうとする人間を育成する。

## ■ めざす児童生徒像

- 健康でたくましく、生きぬく児童生徒
- 思いやりのある心豊かな児童生徒
- 自立し社会に参加・貢献しようと努力を続ける児童生徒

## ■ 学校沿革

昭和53年4月 佐世保養護学校（知的障害）開校  
昭和54年4月 野崎養護学校（肢体不自由）開校  
昭和57年4月 佐世保養護学校高等部設置  
平成17年4月 高等部における総合化（知肢併置）の開始  
平成19年4月 総合化の本格実施  
平成22年4月 佐世保特別支援学校に校名変更  
高等部北松分教室開設  
平成25年4月 高等部上五島分教室開設  
令和 3年4月 北松分校開設（小中学部設置・高等部）

## ■ 学校の特色

知的障害と肢体不自由の二つの障害に対応した特別支援学校です。小学部、中学部、高等部、訪問教育があります。本校のほかに、平戸市田平町に北松分校[小・中学部（平戸市立田平中学校内）・高等部（北松農業高等学校内）]、上五島高等学校内に高等部上五島分教室があります。

## ■ 児童生徒数

		小学部	中学部	高等部	合 計
知的障害教育部門	本 校	69	43	95	207
	訪問教育	3			3
肢体不自由教育部門	本 校	27	20	9	56
	訪問教育				
総 計		99	63	104	266

## 長崎県立佐世保特別支援学校高等部の概要

### 1 高等部教育目標

一人一人の個性や能力を最大限に生かし、心身の発達の調和を図るとともに、より豊かな社会生活を営む上で必要な知識・技能・態度を身に付け、自ら考え主体的に活動する生徒を育てる。

### 2 高等部経営目標

- ① 健康安全への関心を高めるとともに、進んで運動に取り組み、自ら体力向上や健康管理に努めると態度を養う。
- ② 基本的生活習慣の確立をめざし、今できることを日常生活の様々な場面でもできるようにし、自らの生活をより豊かにしようとする態度を養う。
- ③ 両部門の共同学習や交流を通して自他を尊重する態度を養うとともに、集団生活のマナーを守り、周りの人と協調・協力しながら生活する態度を養う。
- ④ 生徒の発達段階に応じて教科学習に主体的に取り組み、基礎基本の確実な定着をめざす。
- ⑤ 個々の課題に主体的に取り組み自ら考え判断する力を育むとともに、これまでに身に付けた知識や技能を生かしながら課題解決に向けて努力する態度を養う。
- ⑥ 自分を見つめ、自分に合った進路について考え、自己選択・自己決定する力を高めるとともに、関連機関との連携を図りながら将来の職業生活、社会生活、家庭生活を見据えた自立の力を養う。

### 3 年間行事

(「あ高」は、知的障害教育部門高等部の略、「わ高」は、肢体不自由教育部門高等部の略、「あ高職」は知的障害教育部門高等部職業コースの略)

4月	入学式、春の遠足、家庭訪問(あ高2年)、三者面談(あ高3年)
5月	高等部体育祭、家庭訪問(あ高1年、わ高全学年)
6月	高総体、社会体験学習(わ高2・3年)、現場実習(あ高2・3年)、校内実習(あ高1年)
7月	三者面談(あ高1・2年)、家庭訪問(あ高3年)、宿泊学習(わ高2年)
8月	職業評価(あ高3年)
9月	校外学習(あ高1年)、宿泊学習(あ高2年)、修学旅行(あ高3年)、
10月	きらめきフェスタ
11月	社会体験学習(わ高全学年)、現場実習(あ高全学年)
12月	三者面談(あ高3年)、九州文化学園との交流(わ高全学年)、マラソン大会(あ高全学年)
1月	現場実習(あ高1年)、ワークトレーニング(あ高職2年)、特別実習(あ高3年)
2月	三者面談(あ高全学年)、送別会、同窓会入会式
3月	卒業式、入学者選考検査

※その他、生徒会主催の行事、避難訓練、校外学習(学部又は学年別)が入ります。

※実施月は目安です。年度によって時期が変わる場合があります。

#### 4 進路状況

##### <過去3か年の進路状況>

進路先		H30年度	R1年度	R2年度	企業名（過去3か年以前含む）
企業就職	老人介護補助など	0	2	2	老福荘、ケアインファースト栄、こもれび、愛輝、川棚町社協、俵町浜野病院、ナイスケア白岳、コスモス など
	製造業	3	3	3	丸協食産、大光食品、インヴィンシブル、アリアケジャパン、CVTEC、九州テン、双葉産業、村上彫刻 など
	サービス業	1	7	4	庄屋、百菜、ミスタードーナツ、リンガーハット、モスバーガー、エレナ、タリーズコーヒー、マックスバリュ、ダイレックス、下田商事、ドン・キホーテ、ゲオ、松葉屋、ドラッグストアモリ など
	清掃業 クリーニング業	2	4	1	ハート美装、長崎県立大学、佐世保記念病院、中央ビル管理、九州たまがわ など
	農業・水産業	3	0	0	TASAKI、ドリームファーム など
	流通・作業員	3	2	1	富永、角商店、ロイヤルオート など
職業訓練	長崎能力開発センター	2	1	0	
進 学	専門学校	0	1	0	
福祉施設・サービスの利用等	就労継続支援事業A型	2	4	6	
	就労継続支援事業B型	9	13	7	
	就労移行支援事業	1	2	0	
	自立訓練	0	1	0	
	生活介護	14	10	8	
在宅（自宅療養）・その他		1	0	0	
合 計		59	40	32	

## 知的障害教育【あたご】部門高等部について

### 1 生徒の実態

#### <出身地別生徒数>

令和3年5月1日現在

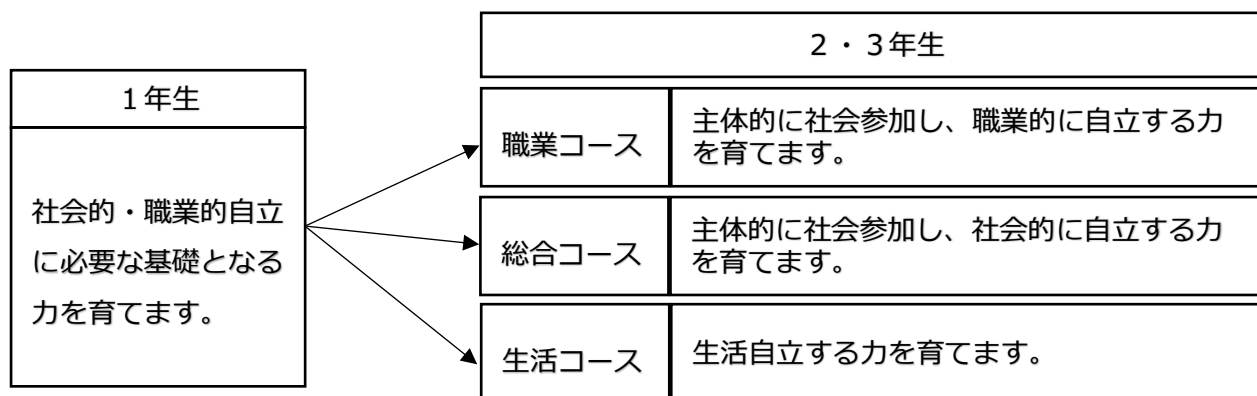
学 年	佐世保市	松浦市	平戸市	西海市	北松浦郡	合 計
1 学年	2 1	1	0	2	1	2 5
2 学年	3 2	0	0	0	1	3 3
3 学年	3 3	1	1	1	1	3 7
合 計	8 6	2	1	3	3	9 5

#### <通学方法>

	1 年	2 年	3 年	合 計
スクールバス	0	2	4	6
路線バス	3	6	3	1 2
鉄道	4	1 4	1 0	2 8
路線バス・鉄道	3	2	1 2	1 7
平戸バス	0	0	1	1
船・バス	0	1	0	1
船・鉄道	2	0	0	2
徒歩	1	2	5	8
自家用車	1 2	6	2	2 0
合 計	2 5	3 3	3 7	9 5

### 2 教育課程

生徒の障害の特性や卒業後の進路を見据え、一人一人のニーズに応じた教育を行うために、コース制を導入しています。2年生から「職業コース」「総合コース」「生活コース」の三つのコースから、生徒の実態や進路希望に応じてコースを選択し、教育活動を進めています（2・3年生）。



<時間割：1年生>※単一：単一障害クラス 重複：重複障害クラス

日課	時間	月		火		水		木		金	
登校指導（8：30～8：45）、SHR（8：45～8：55）											
時間	クラス	単一	重複	単一	重複	単一	重複	単一	重複	単一	重複
1校時	9:00～9:45	ウォーミングアップ（体力づくり運動・自立活動）・日常生活の指導									
2校時	9:50～10:35	LHR				数学	自立活動	職業			
3校時	10:45～11:30	国語	国語 数学	作業学習	作業 学習	国語	国語 数学	音楽	生活 単元 学習	作業学習	作業 学習
4校時	11:35～12:20	数学	音楽			自立活動	音楽				
昼食指導（12：20～13：05）											
5校時	13:05～13:50	生活単元 学習	体育	作業学習	作業 学習	生活単元 学習	生活 単元 学習	体育	自立 活動	作業学習	作業 学習
6校時	14:00～14:45		自立 活動			13：50SHR 14：10下校	体育				
SHR（14：45～15：10）											

<時間割：2年生>

日課	時間	月			火			水			木			金		
登校指導（8：30～8：45）、SHR（8：45～8：55）																
時間	コース	総合	職業	生活	総合	職業	生活	総合	職業	生活	総合	職業	生活	総合	職業	生活
1校時	9:00～9:45	ウォーミングアップ（体力づくり運動・自立活動）・日常生活の指導														
2校時	9:50～10:35	LHR					国語	自立活動	生活 単元 学習	自立 共生			生活 単元 学習	作業学習	作業 学習	
3校時	10:45～11:30	家庭	国語	作業学習	作業 学習	職業	数学	国語								
4校時	11:35～12:20		音楽			数学	音楽	数学								
昼食指導（12：20～13：05）																
5校時	13:05～13:50	体育	体育	作業学習	作業 学習	生活単元 学習	生活 単元 学習	美術	自立 活動	作業学習	作業 学習					
6校時	14:00～14:45		自立 活動			13：50SHR 14：10下校	体育									
SHR（14：45～15：10）																

<時間割：3年生>

日課	時間	月	火	水	木	金							
登校指導（8：30～8：45）、SHR（8：45～8：55）													
コース		総合	職業	生活	総合	職業	生活	総合	職業	生活	総合	職業	生活
時間		総合	職業	生活	総合	職業	生活	総合	職業	生活	総合	職業	生活
1校時	9:00～9:45	ウォーミングアップ（体づくり運動・自立活動）・日常生活の指導											
2校時	9:50～10:35	LHR				職業	自立活動	生活単元	自立共生				
3校時	10:45～11:30	体育	体育	作業学習	作業学習	国語	数学	家庭	生活単元学習	作業学習	作業学習		
4校時	11:35～12:20		音楽			数学	音楽						
昼食指導（12：20～13：05）													
5校時	13:05～13:50	選択芸術 美術/音楽	国語	作業学習	作業学習	生活単元学習	生活単元学習	数学	自立活動	作業学習	作業学習		
6校時	14:00～14:45		自立活動			13：50SHR 14：10下校	国語	体育					
SHR（14：45～15：10）													

<授業時数>※1週間あたりの授業時数

学年		1年		2年			3年		
コース等 教科・領域等	単	重	職業	総合	生活	職業	総合	生活	
	一	複	コース	コース	コース	コース	コース	コース	
教科別の指導	国語	2	1	2	2	1	2	2	1
	数学	2	1	2	2	1	2	2	1
	音楽	2	2			2	2	2	2
	美術			2	2		(選択)	(選択)	
	保健体育	8	1	8	8		8	8	
	職業	1		1	1		1	1	
	家庭			2	2		2	2	
	自立と共生 (学校設定教科)			1			1		
	小計	15	5	18	17	4	18	17	4
各教科等を 合わせた指導	日常生活の指導	6	13	6	6	13	6	6	13
	生活単元学習	2	2		1	1		1	1
	作業学習	10	6	10	10	6	10	10	6
	小計	18	21	16	17	20	16	17	20
領域別の指導	特別活動(LHR)	1	1	1	1	1	1	1	1
	自立活動	1	8			10			10
	小計	2	9	1	1	11	1	1	11
総合的な探究の時間		(1)		(1)			(1)		
週授業時数(1単位時間45分)		35		35			35		

## <使用教科書一覧>

学年 教科	1 年	2 年	3 年
国 語	くらしに役立つ国語（東洋館）	くらしに役立つ国語（東洋館）	くらしに役立つ国語（東洋館）
数 学	くらしに役立つ数学（東洋館）	くらしに役立つ数学（東洋館）	くらしに役立つ数学（東洋館）
保健体育	くらしに役立つ保健体育 （東洋館）	くらしに役立つ保健体育 （東洋館）	くらしに役立つ保健体育 （東洋館）
音 楽	高校生の音楽Ⅰ（教芸）		高校生の音楽Ⅰ（教芸）
美 術		高校生の美術Ⅰ（日文）	高校生の美術Ⅰ（日文）
家 庭	できますか?教えられるか? 家庭科の基本（学研）	できますか?教えられるか? 家庭科の基本（学研）	できますか?教えられるか? 家庭科の基本（学研）
職 業	ひとりだちするための進路学習 －あしたへのステップ－ （日教研）	ひとりだちするための進路学習 －あしたへのステップ－ （日教研）	私たちの進路 ＜あしたへのステップ＞ 改訂版（日教研）
自立と共生		知的障害・発達障害の人たちの 見てわかる社会生活ガイド集 （ジアース教育出版）	知的障害・発達障害の人たちの 見てわかる社会生活ガイド集 （ジアース教育出版）

## <習熟度別グループ編制>

国語、数学、保健体育、職業（2・3年）、家庭（2・3年）は、生徒の実態に応じて習熟度別にグループを編制し学習しています。また、2・3年生においては、縦割りでグループ編制をしている教科があります。

## <生活単元学習>

生徒の興味・関心を十分に把握し、実際の生活上の課題解決能力の習得を十分図れるような学習を行っています。

（例）「校外へ出かけよう」（目的地や活動内容の理解、施設や公共交通機関の利用の仕方・マナー等）

「居住地を知ろう」（地名の習得、地図の見方、居住地から学校までの距離、通学方法・所要時間等）

## <作業学習>

### ○ねらい

作業活動を計画的に継続して行うことを通して充実感、達成感、自己肯定感などを育み、卒業後の福祉的な就労や一般就労など多様な社会参加の場で生徒一人一人が生き生きと生活するために、必要な意欲や態度を培い、人間関係の形成を図り、安全への配慮や基本的な道具の扱いなどを知り、日常生活でも活用できる力を身に付けることなどをねらっています。

### ○作業班

■1年、総合コース・・・「農業」「手工芸」「ライフデザイン」「洗車・清掃」「作業基礎」の5種目

- ・1年間で5種目の中から1種目を選択
- ・3年間で2種目以上を選択
- ・3年次は、生徒の実態や進路希望などをふまえて作業種目を選択

■生活コース・・・「農業」「手工芸」「作業基礎」の3種目から1種目を選択

■職業コース・・・「レセプションサービス」「クリーンサービス」の2種目

### 3 部活動（平日15：15～16：00、原則土日は実施しない。）

本校には、三つの部と同好会、一つの愛好会があります。日々の練習の成果を、様々な大会やイベントなどに参加して発揮しています。

【陸上 部】 県・地区新人戦、高総体、障害者スポーツ大会、特別支援学校陸上競技大会など

【和太鼓 部】 近隣校文化祭、郷土芸能発表大会、地域イベントなど

【美術 部】 特別支援学校作品展など

【ダンス同好会】 YOSAKOI させば祭り、地域イベントなど

【卓球同好会】 高総体、障害者スポーツ大会、地区大会など

【サッカー同好会】 きらめきカップ、スペシャルリーグなど

【ボッチャ愛好会】 障害者スポーツ大会など



## 肢体不自由教育【わかくす】部門 高等部について

### 1 生徒の実態

<出身地別生徒数>

	佐世保市	平戸市	北松浦郡	合計
1 学年	2	1	1	4
2 学年	3	0	0	3
3 学年	1	1	0	2
合計	6	2	1	9

<通学方法>

	1 年	2 年	3 年	合計
MR自力登校	0	0	0	0
自家用車	2	3	1	6
スクールバス等	2	0	1	3

### 2 教育課程

○Ⅰ課程：高等学校に準ずる教育課程	通常の高校に準じた各教科・科目の学習
○Ⅱ課程：下学年代替の教育課程	Ⅰ課程の教科学習の内容の一部を下学年又は下学部に置き換えたもの
○Ⅲ課程：知的代替の教育課程	教科の内容を知的障害特別支援学校の各教科の内容に替えたもの
○Ⅳ課程：自立活動を主とする教育課程	自立活動を中心に指導を行うもの

<Ⅰ、Ⅱ課程>

\*2 学年進級時に、A・B のコース選択を行います。そのため、1 学年の2 学期にコース選択に向けた3 者面談を実施します。

A コース	教科学習を主体として進学をめざす
B コース	教科学習とともに学校設定教科（産業と福祉）を学び、職業的自立をめざす

<身体の動きが不自由な生徒のために>

- 肢体不自由教育部門では、一人一人の障害の状態に応じて、通常の高等学校に準じた教科の指導に加えて、障害による困難な状態を改善・克服するための自立活動の指導を行います。
- 自立活動の指導では、身体の動きや姿勢保持、歩行や衣服の着脱などの日常生活動作の向上やコミュニケーションの力を育てる学習内容などを行います。

○ I・II 課程 (高等学校に準ずる教育課程)

\*令和4年度入学生から科目等が変わります。

教科・領域・標準単位数		学年・コース	I	2		3	
			共通	A	B	A	B
国 語	国語総合	4	5				
	国語表現	3			3	4	3
	現代文 A	2		3			
	古典 A	2		3			
地理歴史	世界史 A	2		3	3		
	日本史 A	2				選択 3	選択 3
	地理 A	2					
公 民	現代社会	2	3				
数 学	数学 I	3	4				
	数学 II	4			3	5	3
	数学 A	2		3			
	数学 B	2					
理 科	科学と人間生活	2	3				
	化学基礎	2		選択 2	選択 2	選択 2	選択 2
	生物基礎	2					
保健体育	体育	7~8	3	2	2	2	2
	保健	2					
芸 術	音楽 I	2					
	美術 I	2					
	音楽 II	2					
	美術 II	2					
外国語	コミュニケーション英語 I	3	4				
	コミュニケーション英語 II	4		3	3	3	3
	英語会話	2					
家 庭	家庭基礎	2					
情 報	社会と情報	2					
学校設定教科	産業と福祉				3		3
特別活動	L H R						
総合的な学習(探究)の時間			2	2	2	2	2
自 立 活 動			2	2	2	2	2
合 計			30	30	30	30	30

\* II 課程は、上記 I 課程の教科学習の内容の一部を下学年・下学部に置き換えたものです。

○Ⅲ課程 (知的代替の教育課程)

	月	火	水	木	金
1校時	日常生活の指導				
2校時	LHR	音楽	音楽	自立活動	作業学習
3校時	生活単元学習	生活単元学習	総合的な探究の時間	総合的な探究の時間	作業学習
4校時	自立活動	自立活動	生活単元学習	数学	作業学習
	給食				
5校時	美術	数学	国語	国語	作業学習
6校時	美術	保健体育		保健体育	作業学習

○Ⅳ課程 (自立活動を主とする教育課程)

	月	火	水	木	金
1校時	日常生活の指導				
2校時	LHR	音楽	音楽	自立活動 (基礎)	自立活動 (基礎)
3校時	自立活動 (基礎)	自立活動 (基礎)	自立活動 (基礎)	生活単元学習	生活単元学習 (しんろ)
4校時	日常生活の指導(給食準備)／日常生活の指導(すうがく)				
	給食				
5校時	生活単元学習(こくご)				
6校時	自立活動 (課題)	美術		生活単元学習 (うんどう)	自立活動 (応用)

\*Ⅳ課程の自立活動について

自立活動	基礎	生徒一人一人の中心課題における基礎的・中心的 content について周辺課題との関連を図りながら指導を行う。
	応用	自立活動(基礎)の発展的・系統的な content について、周辺課題や他の生活場面、学習場面との関連を図りながら指導を行う。
	課題	コミュニケーションや認知などの基礎学習 content、「基礎」「応用」では扱わないが生徒にとって重要な生活上の課題などを扱う。

○ 訪問教育

- \*週3回、2時間ずつ家庭に訪問して授業をします。
- \*本校へ登校するスクーリングを、学期1回程度実施します。
- \*訪問教育のつどいを、年間に3回程度開催します。
- \*文化祭や体育祭などの学校行事にも参加します。
- \*インターネットの通信システムで、本校生徒との合同授業を行います。

<使用教科書>

(Ⅰ・Ⅱ課程)

学年	教科	教科書名	出版社
1年	国語	明解国語総合 改訂版	三省堂
	現代社会	高等学校 改訂版新現代社会	第一学習社
	数学	高校数学Ⅰ 改訂版	実教出版
	理科	科学と人間生活 新訂版	実教出版
	芸術	高校生の音楽Ⅰ	教育芸術社
		美術Ⅰ	光村図書
	保健体育	最新高等保健体育 改訂版	大修館書店
	外国語	Revised COMET English Communication I	数研出版
SELECT English Conversation I		三省堂	

(Ⅳ課程)

学年	教科	教科書名	出版社
1年	音楽	高校生の音楽Ⅰ	教育芸術社
	生活単元学習	はじめてであう すうがくの絵本Ⅰ	福音館書店
	生活単元学習	ことばじてん絵本	戸田デザイン研究室
	生活単元学習	からだどけんこう	ひかりのくに
2年	音楽	高校生の音楽Ⅰ	教育芸術社
	生活単元学習	はじめてであう すうがくの絵本Ⅱ	福音館書店
	生活単元学習	しゃべる詩あそぶ詩きこえる詩	富山房
	生活単元学習	からだどけんこう	ひかりのくに
3年	音楽	高校生の音楽Ⅰ	教育芸術社
	生活単元学習	はじめてであう すうがくの絵本Ⅲ	福音館書店
	生活単元学習	しゃべる詩あそぶ詩きこえる詩	富山房
	生活単元学習	からだどけんこう	ひかりのくに

(Ⅲ課程)

学年	教科	教科書名	出版社
1年	国語	くらしに役立つ国語	東洋館出版社
	数学	くらしに役立つ数学	東洋館出版社
	芸術	高校生の音楽Ⅰ	教育芸術社
		小学館あーとぶっく・ ひらめき美術館 第1館	小学館
	保健体育	くらしに役立つ保健体育	東洋館出版社
	日常生活の指導 生活単元学習	くらしに役立つ家庭	東洋館出版社
	生活単元学習	あたらしいほうりつの本 (2014年度版)	全国手をつなぐ 育成会連合会
	2年	国語	くらしに役立つ国語
数学		くらしに役立つ数学	東洋館出版社
芸術		高校生の音楽Ⅰ	教育芸術社
		小学館あーとぶっく・ ひらめき美術館 第2館	小学館
保健体育		くらしに役立つ保健体育	東洋館出版社
日常生活の指導 生活単元学習		くらしに役立つ家庭	東洋館出版社
生活単元学習		あたらしいほうりつの本 (2014年度版)	全国手をつなぐ 育成会連合会
3年		国語	くらしに役立つ国語
	数学	くらしに役立つ数学	東洋館出版社
	芸術	高校生の音楽Ⅰ	教育芸術社
		小学館あーとぶっく・ ひらめき美術館 第3館	小学館
	保健体育	くらしに役立つ保健体育	東洋館出版社
	日常生活の指導 生活単元学習	くらしに役立つ家庭	東洋館出版社
	生活単元学習	あたらしいほうりつの本 (2014年度版)	全国手をつなぐ 育成会連合会

### 3 日課

時 間	I・II課程	III・IV課程
8:30～8:50	補充授業	登 校
8:50～9:00	S H R	
9:00～9:45	1 校時	1 校時
9:50～10:35	2 校時	2 校時
10:45～11:30	3 校時	3 校時
11:35～12:20	4 校時	4 校時
12:20～13:00	給 食	給 食
13:05～13:50	5 校時	5 校時
14:00～14:45	6 校時	6 校時
14:50～15:10	補充授業	登校指導

3種類の食形態に対応した給食があります。  
 普通食：一般的な食形態  
 中期食：舌と上あごで押しつぶせる程度の形態  
 初期食：ヨーグルト状の、そのまま飲み込める形態

### 4 スクールバス

○車椅子のまま乗降可能なスロープ付きスクールバスを運行しています。

登 校 便		下 校 便		
乗車場所	通過時刻	降車場所	通過時刻	通過時刻(水曜日)
佐世保駅前	7:35	学 校 発	14:55	14:10
パールシー	7:50	大 野	15:10	14:25
中央保健福祉センター	8:15	堺 木	15:13	14:28
堺 木	8:25	佐世保駅	15:25	14:40
学校着	8:40			

\*運行は、年度によって変わります。

### 5 社会体験学習

○わかくす高等部では、前期、後期と年間2回、5日間の社会体験学習に取り組みます。それぞれの場所、日程で、3年生は『決める』ために卒業後の進路を見据えて、2年生は『広げる』ために全員が挑戦します。1年生は『知る』ために、前期は校内実習を行います。それぞれに目標を決め、その目標を意識しながら取り組みます。また、I、II課程では、大学のオープンスクールに参加したり、大学等での授業体験を実施したりします。

### 6 部活動

【ボッチャ愛好会】 木谷隆行杯 長崎県特別支援学校ボッチャ大会  
 全国ボッチャ選抜甲子園（東京）

○毎週火曜日の 15:15～16:00に練習。原則、土日は実施しません。