2026年1月26日 - 2026年2月1日 • 第 5 週

時間	月 26	火 27	水 28	木 29	金 30	土 31	日 1
06:00							
07:00							
08:00							
09:00							
10:00							
11:00							
12:00							
13:00							
14:00							
15:00							
16:00							
17:00							
18:00							
19:00							
20:00							
21:00							

2026年2月2日 - 2026年2月8日 • 第 6 週

時間	月 2	火 3	水 4	木 5	金 6	土 7	日 8
06:00							
07:00							
08:00							
09:00							
10:00							
11:00							
12:00							
13:00							
14:00							
15:00							
16:00							
17:00							
18:00							
19:00							
20:00							
21:00							

2026年2月9日 - 2026年2月15日 • 第 7 週

時間	月 9	火 10	水 11	木 12	金 13	土 14	日 15
06:00							
07:00							
08:00							
09:00							
10:00							
11:00							
12:00							
13:00							
14:00							
15:00							
16:00							
17:00							
18:00							
19:00							
20:00							
21:00							

2026年2月16日 - 2026年2月22日 • 第 8 週

時間	月 16	火 17	水 18	木 19	金 20	土 21	日 22
06:00							
07:00							
08:00							
09:00							
10:00							
11:00							
12:00							
13:00							
14:00							
15:00							
16:00							
17:00							
18:00							
19:00							
20:00							
21:00							

2026年2月23日 - 2026年3月1日 • 第 9 週

時間	月 23	火 24	水 25	木 26	金 27	土 28	日 1
06:00							
07:00							
08:00							
09:00							
10:00							
11:00							
12:00							
13:00							
14:00							
15:00							
16:00							
17:00							
18:00							
19:00							
20:00							
21:00							