2026年4月27日 - 2026年5月3日 • 第 18 週

時間	月 27	火 28	水 29	木 30	金 1	土 2	日 3
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5月4日 - 2026年5月10日 • 第 19 週

時間	月 4	火 5	水 6	木 7	金 8	土 9	日 10
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5月11日 - 2026年5月17日 • 第 20 週

時間	月 11	火 12	水 13	木 14	金 15	土 16	日 17
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5月18日 - 2026年5月24日 • 第 21 週

時間	月 18	火 19	水 20	木 21	金 22	土 23	日 24
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5月25日 - 2026年5月31日 • 第 22 週

時間	月 25	火 26	水 27	木 28	金 29	土 30	日 31
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							