

	1月18日(月)	1月19日(火)	1月20日(水)	1月21日(木)	1月22日(金)	1月23日(土)	1月24日(日)
4	20 40 45 50 55	40	テレショッ	テレショッ	テレショッ	テレショッ	20 40 45 50 55
		10	15	20	25	30	35
5	20 25	30	35	40	45	50	55
		5	10	15	20	25	30
6	25 30	30	35	40	45	50	55
		5	10	15	20	25	30
7	30 35	35	40	45	50	55	60
		5	10	15	20	25	30
8	35 40	40	45	50	55	60	65
		5	10	15	20	25	30
9	40 45	45	50	55	60	65	70
		5	10	15	20	25	30
10	45 50	50	55	60	65	70	75
		5	10	15	20	25	30
11	50 55	55	60	65	70	75	80
		5	10	15	20	25	30
12	55 60	60	65	70	75	80	85
		5	10	15	20	25	30
13	60 65	65	70	75	80	85	90
		5	10	15	20	25	30
14	65 70	70	75	80	85	90	95
		5	10	15	20	25	30
15	70 75	75	80	85	90	95	100
		5	10	15	20	25	30
16	75 80	80	85	90	95	100	105
		5	10	15	20	25	30
17	80 85	85	90	95	100	105	110
		5	10	15	20	25	30
18	85 90	90	95	100	105	110	115
		5	10	15	20	25	30
19	90 95	95	100	105	110	115	120
		5	10	15	20	25	30
20	95 100	100	105	110	115	120	125
		5	10	15	20	25	30
21	100 105	105	110	115	120	125	130
		5	10	15	20	25	30
22	105 110	110	115	120	125	130	135
		5	10	15	20	25	30
23	110 115	115	120	125	130	135	140
		5	10	15	20	25	30
24	115 120	120	125	130	135	140	145
		5	10	15	20	25	30
25	120 125	125	130	135	140	145	150
		5	10	15	20	25	30
26	125 130	130	135	140	145	150	155
		5	10	15	20	25	30
27	130 135	135	140	145	150	155	160
		5	10	15	20	25	30
28	135 140	140	145	150	155	160	165
		5	10	15	20	25	30