

1 別紙2 【活動計画】[ラグビー]部

| | | | | | | |
|---|--|--|--|-----------------------|------------------|--|
| ◇ 年間目標 ・ラグビーを通じての「生涯続く仲間との友情」構築、及びチームワークに取り組む態度の涵養 ・品位・情熱・結束・規律・尊重というラグビー憲章の精神を以ての人格形成を目指す ・春季関東大会予選、7人制大会、全国大会予選、新人大会の公式戦において勝ち進むこと | | | | | | |
| ◇ 活動日と活動場所 【活動日】 週 5 日 【休養日】 毎週 火曜日と日曜日(試合のある日を除く) 【活動時間】 (平日) 15:30～17:30(2時間) (土曜授業日) 15:15 までの(2時間)または 15:15～(2時間) (週休日等) 午前または午後の 2 時間 30 分 【活動場所】 本校グラウンド 及び トレーニングルーム | | | | | | |
| ◇ 大会等の主な記録 | | | ◇ 今年度の参加予定大会と目標 | | | |
| 令和2年度 | 令和3年度 | 令和4年度 | ・春季大会[関東大会都予選](4月) ・セブンズ東京都大会(5月) 二次リーグへの進出 ・全国大会(花園)都予選(9月から) ・新人大会(12月から) 部員数確保と単独チームでの出場 | | | |
| ・関東大会予選 中止 ・7s 中止 ・全国都予選 1 回戦 ・新人大会 中止 | ・関東大会予選 都ベスト 16 ・7s 2 次リーグ進出 ・全国大会都予選 第一地区ベスト 8 ・新人大会 都ベスト 16 | ・関東大会予選 3 回戦 出場 ・7s 2 次リーグ進出 ・全国都予選 第一地区 2 回戦 ・新人大会 合同 A チームで出場 | | | | |
| ◇ 年間(月別)活動計画 | | | | | | |
| 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | |
| (週休日の活動日数) 8日 | (週休日の活動日数) 6日 | (週休日の活動日数) 4日 | (週休日の活動日数) 4日 | (週休日の活動日数) 6日 | (週休日の活動日数) 8日 | |
| 関東大会(春季大会)予選 練習試合 | 関東大会予選 セブンズ大会 練習試合 | セブンズ大会 練習試合 | 練習試合 (夏期合宿) チーム戦術強化 | 練習試合 チーム戦術強化 | 練習試合 全国都予選 | |
| 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 | |
| (週休日の活動日数) 3日 | (週休日の活動日数) 4日 | (週休日の活動日数) 6日 | (週休日の活動日数) 6日 | (週休日の活動日数) 4日 | (週休日の活動日数) 6日 | |
| 全国都予選 練習試合 基礎力の養成 | 全国都予選 練習試合 基礎力の養成 | 新人大会 練習試合 | 新人大会 練習試合 | 新人大会 練習試合 技術力向上 | 練習試合 技術力向上 | |

2 別紙2【活動計画】〔 サッカー 〕部

| | | | | | | |
|--|--|-----------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|-----------------------|--|
| ◇ 年間目標 | | | | | | |
| 人間力(知力・体力・気力・実践力・コミュニケーション力) の育成を目指すとともに、東京で一番魅力のあるチームを目標とする。 | | | | | | |
| ◇ 活動日と活動場所 | | | | | | |
| 【活動日】 週 5 日 | | | | | | |
| 【休養日】 毎週 月 曜日 、 水 曜日 、 土 曜日 または 日 曜日 | | | | | | |
| 【活動時間】 | | | | | | |
| (平日) 2 時間 00 分 | | | | | | |
| (土曜授業日) 2 時間 | | | | | | |
| (週休日等) 3 時間(リーグ戦、公式戦) | | | | | | |
| 【活動場所】 グラウンド 外部人工芝グラウンド | | | | | | |
| ◇ 大会等の主な記録 | | | | ◇ 今年度の参加予定大会 | | |
| 令和2年度 | 令和3年度 | 令和4年度 | ○インター杯予選 (4月、5月) | | | |
| 選手権 2 次予選進出 | インター杯支部予選決勝敗退 地区トップリーグ7位 (40 チーム中) | 選手権2次予選進出 | ○選手権予選 (8月、10月) | | | |
| | | | ○地区新人戦 (11月、12月) | | | |
| | | | ○地区トップリーグ (4月~2月) | | | |
| | | | ○地区ユースリーグ (4月~11月) | | | |
| ◇ 年間(月別)活動計画 | | | | | | |
| 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | |
| (週休日の活動日数) 4 日 | (週休日の活動日数) 4 日 | (週休日の活動日数) 3 日 | (週休日の活動日数) 4 日 | (週休日の活動日数) 3 日 | (週休日の活動日数) 5 日 | |
| インター杯予選 地区トップリーグ 7地区ユースリーグ | インター杯都予選 地区トップリーグ 7地区ユースリーグ | インター杯都予選 地区トップリーグ 7地区ユースリーグ | 合宿(菅平) 地区トップリーグ 7地区ユースリーグ | 湘南サッカーフェス ティバル参加 選手権1次予選 | 地区トップリーグ 7地区ユースリーグ | |
| 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 | |
| (週休日の活動日数) 3 日 | (週休日の活動日数) 4 日 | (週休日の活動日数) 5 日 | (週休日の活動日数) 4 日 | (週休日の活動日数) 4 日 | (週休日の活動日数) 4 日 | |
| 選手権2次予選 地区トップリーグ 7地区ユースリーグ | 選手権2次予選 地区新人戦 | 地区新人戦 湘南サッカーフェス ティバル参加 | 基礎技術反復期 フィジカル強化期 トレーニングマッチ | 基礎技術反復期 フィジカル強化期 トレーニングマッチ | 関東大会都予選 トレーニングマッチ | |

3 別紙2【活動計画】〔硬式野球〕部

| | | | | | | |
|----------------------|------------------|------------------|-----------------------|---------------------|----------------------|---|
| ◇ 年間目標 | | | | | | |
| 甲子園出場 | | | | | | |
| ◇ 活動日と活動場所 | | | | | | |
| 【活動日】 週 5 日 | | | | | | |
| 【休養日】 毎週 月曜日 と 土曜日 | | | | | | |
| 【活動時間】 | | | | | | |
| （平日） 2時間 | | | | | | |
| （土曜授業日） 2時間 | | | | | | |
| （週休日等） 3時間 | | | | | | |
| 【活動場所】 | | | | | | |
| グラウンド | | | | | | |
| ◇ 大会等の主な記録 | | | | ◇ 今年度の参加予定大会 | | |
| 令和2年度 | | 令和3年度 | | 令和4年度 | | ○春季大会 （ 4月 ） ○選手権大会 （ 7月 ） ○秋季大会 （ 9月 ） |
| 夏:4回戦 秋:ブロック1回戦 | | 夏:1回戦 秋:ベスト32 | | 夏:ベスト16 秋:ブロック決勝 | | |
| ◇ 年間(月別)活動計画 | | | | | | |
| 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | |
| (週休日の活動日数) 3日 | (週休日の活動日数) 5日 | (週休日の活動日数) 5日 | (週休日の活動日数) 4日 | (週休日の活動日数) 3日 | (週休日の活動日数) 4日 | |
| 春季大会 通常練習 練習試合 | 通常練習 練習試合 | 通常練習 練習試合 | 選手権大会 通常練習 練習試合 | 通常練習 練習試合 | 秋季大会 通常練習 練習試合 | |
| 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 | |
| (週休日の活動日数) 5日 | (週休日の活動日数) 4日 | (週休日の活動日数) 4日 | (週休日の活動日数) 4日 | (週休日の活動日数) 4日 | (週休日の活動日数) 5日 | |
| 通常練習 練習試合 | 通常練習 練習試合 | 通常練習 | 通常練習 | 通常練習 | 通常練習 練習試合 | |

4 別紙2【活動計画】〔男子ハンドボール〕部

| | | | | | | |
|---|---|---|--|------------------|------------------|--|
| <p>◇ 年間目標</p> <p>学年を超えて自発的・自主的に活動を組織し展開することによって、自主性、協調性、責任感、連帯感などを育成するとともに、ハンドボールに親しむ資質や能力を育てることを目標としている。具体的な活動としては、春の関東大会予選、インターハイ予選、夏の国公立大会、秋の新人戦（選抜大会予選）、冬のチャンレンジャーズカップなどの大会の上位入賞を目指し練習に励む。</p> | | | | | | |
| <p>◇ 活動日と活動場所</p> <p>【活動日】 週 5 日 【休養日】 毎週 木 曜日 と 土曜日または日曜日（不定期） 【活動時間】 （平日） 15 時 30 分 ～ 17 時 30 分 （土曜授業日） 13 時 00 分 ～ 15 時 00 分または15 時 00 分 ～ 17 時 30 分 （週休日等） 9 時 00 分 ～ 12 時 00 分 【活動場所】 グラウンド</p> | | | | | | |
| <p>◇ 大会等の主な記録</p> | | | <p>◇ 今年度の参加予定大会</p> | | | |
| 令和2年度 | 令和3年度 | 令和4年度 | ○関東大会予選（4月16日から） ○インターハイ予選（5月7日から） ○国公立大会（8月下旬） ○選抜大会予選（10月上旬） ○チャンレンジャーズカップ（12月末） | | | |
| ・関東大会予選 なし ・インターハイ都予選 なし ・国公立大会 なし ・選抜大会都予選 1 回戦 | ・関東大会予選 2 回戦 ・インターハイ都予選 1 回戦 ・国公立大会 予選 3 位 ・選抜大会都予選 2 回戦 | ・関東大会予選 2 回戦 ・インターハイ都予選 3 回戦 ・国公立大会 ベスト 16 ・選抜大会都予選 3 回戦 | | | | |
| <p>◇ 年間(月別)活動計画</p> | | | | | | |
| 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | |
| (週休日の活動日数) 6日 | (週休日の活動日数) 6日 | (週休日の活動日数) 6日 | (週休日の活動日数) 6日 | (週休日の活動日数) 8日 | (週休日の活動日数) 6日 | |
| 新入生勧誘 関東大会予選 | 関東大会予選 インターハイ予選 | インターハイ予選 練習試合 | 合宿 練習試合 | 練習試合 国公立大会 | 練習試合 | |
| 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 | |
| (週休日の活動日数) 6日 | (週休日の活動日数) 6日 | (週休日の活動日数) 6日 | (週休日の活動日数) 6日 | (週休日の活動日数) 6日 | (週休日の活動日数) 6日 | |
| 新人戦 | 新人戦 練習試合 | チャレンジャーズカップ 練習試合 | 1年生大会 練習試合 | 練習試合 | 練習試合 3年生を送る会 | |

5 別紙2【活動計画】[女子ハンドボール]部

| | | | | | | |
|--|---|--|---|------------------|------------------|--|
| ◇ 年間目標 | | | | | | |
| <p>学年を超えて自発的・自主的に活動を組織し展開することによって、自主性、協調性、責任感、連帯感などを育成するとともに、ハンドボールに親しむ資質や能力を育てることを目標としている。具体的な活動としては、春の関東大会予選、インターハイ予選、夏の国公立大会、秋の新人戦（選抜大会予選）、冬のチャンレンジャーズカップなどの大会の上位入賞を目指し練習に励む。</p> | | | | | | |
| ◇ 活動日と活動場所 | | | | | | |
| <p>【活動日】 週 5 日 【休養日】 毎週 水 曜日 と 土曜日または日曜日(不定期) 【活動時間】 (平日) 15 時 00 分 ~ 17 時 30 分 (土曜授業日) 12 時 30 分 ~ 15 時 00 分 または 15 時 00 分 ~ 17 時 30 分 (週休日等) 9 時 00 分 ~ 12 時 00 分 【活動場所】 グラウンド</p> | | | | | | |
| ◇ 大会等の主な記録 | | | | ◇ 今年度の参加予定大会 | | |
| 令和2年度 | 令和3年度 | 令和4年度 | ○関東大会予選 (4月16日から) ○インターハイ予選(5月7日から) ○国公立大会(8月下旬) ○選抜大会予選(10月上旬) ○チャンレンジャーズカップ(12月末) | | | |
| ・関東大会予選 なし ・インターハイ都予選 なし ・国公立大会 なし ・選抜大会都予選 1 回戦 | ・関東大会予選 1 回戦 ・インターハイ都予選 1 回戦 ・国公立大会 出場 ・選抜大会都予選 2 回戦 | ・関東大会予選 3 回戦 ・インターハイ都予選 3 回戦 ・国公立大会 ベスト 4 ・選抜大会都予選 3 回戦 | | | | |
| ◇ 年間(月別)活動計画 | | | | | | |
| 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | |
| (週休日の活動日数) 6日 | (週休日の活動日数) 6日 | (週休日の活動日数) 6日 | (週休日の活動日数) 6日 | (週休日の活動日数) 8日 | (週休日の活動日数) 6日 | |
| 新入生勧誘 関東大会予選 | 関東大会予選 インターハイ予選 | インターハイ予選 練習試合 | 合宿 練習試合 | 練習試合 国公立大会 | 練習試合 | |
| 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 | |
| (週休日の活動日数) 6日 | (週休日の活動日数) 6日 | (週休日の活動日数) 6日 | (週休日の活動日数) 6日 | (週休日の活動日数) 6日 | (週休日の活動日数) 6日 | |
| 新人戦 | 新人戦 練習試合 | チャレンジャー スカップ 練習試合 | 1年生大会 練習試合 | 練習試合 | 練習試合 3年生を送る会 | |

6 別紙2【活動計画】〔陸上競技〕部

| | | | | | | |
|---|--|-------------------------------------|--|------------------------|------------------------|--|
| <p>◇ 年間目標</p> <ul style="list-style-type: none"> ・日々感謝、精進、飛躍を部訓とし、目標や課題に向けて積極的に取り組み、継続して努力できる態度を身に付ける。 ・自己記録の更新やチームとしての最善を尽くすことに覚悟をもって挑戦し、都大会入賞及び更に上位大会への出場を目指す。 ・自他の健康・安全に留意して活動する。 ・部員同士が協力し合い、助け合い、信頼し合い、切磋琢磨してお互いの力を伸ばし合う人間関係を築き部活動を通して人間的成長を図る。 | | | | | | |
| <p>◇ 活動日と活動場所</p> <p>【活動日】 週 5 日 【休養日】 毎週 木 曜日 と 日 曜日 【活動時間】 15 時 15 分～17 時 30 分 【活動場所】 一橋大学、東大和南公園、府中陸上競技場 八王子富士森陸上競技場、武蔵野陸上競技場等 谷保第三講演</p> | | | | | | |
| <p>◇ 大会等の主な記録</p> | | | <p>◇ 今年度の参加予定大会と目標</p> | | | |
| 令和2年度 | 令和3年度 | 令和4年度 | <ul style="list-style-type: none"> ・東京都高校総体（5月） 目標 6 位入賞・南関東大会出場 ・東京都選抜大会（7月） 目標 8 位入賞 ・東京都高校新人大会(9月) 目標 3 位入賞・関東選抜新人大会出場 | | | |
| 東京選手権高校女子400m3位、200m6位。 都一年生大会男子走幅跳優勝。都高校新人大会男子走幅跳4位 | 都総体男子走幅跳5位、女子棒高跳4位、南関東大会出場。都新人女子棒高跳2位、関東選抜新人大会出場 | 都総体女子1500m8位入賞 女子3000m6位・南関東大会出場 | | | | |
| <p>◇ 年間(月別)活動計画</p> | | | | | | |
| 4月 (週休日の活動日数) 6日 | 5月 (週休日の活動日数) 7日 | 6月 (週休日の活動日数) 4日 | 7月 (週休日の活動日数) 4日 | 8月 (週休日の活動日数) 4日 | 9月 (週休日の活動日数) 6日 | |
| 通常活動 春季競技会、総体支部予選会 | 通常活動 北区陸上記録会 東京都高校総体 江東区陸上記録会 | 通常活動 学年別大会、南関東大会 | 通常活動 都選抜・一年生大会、夏季合宿 | 通常活動 夏季競技会 | 通常活動 新人支部予選会、都新人大会、 | |
| 10月 (週休日の活動日数) 4日 | 11月 (週休日の活動日数) 3日 | 12月 (週休日の活動日数) 3日 | 1月 (週休日の活動日数) 4日 | 2月 (週休日の活動日数) 3日 | 3月 (週休日の活動日数) 3日 | |
| 通常活動 秋季競技会 | 通常活動 東京高校駅伝競走大会 | 通常活動 | 通常活動 新春駅伝競走大会 | 通常活動 | 通常活動 | |

7 別紙2 【活動計画】〔男子バスケットボール〕部

| | | | | | |
|--|-----------------------------------|---------------------------------------|--|--------------------|-------------------|
| ◇ 年間目標 | | | | | |
| バスケットボールを通して、課題発見力、課題克服力、協調性、自主性の向上、規範意識の醸成などを旨し、部のモットーである、「克己心」を身に着けさせる。 具体的な目標は、各公式戦においての勝利。(新人戦本大会出場を目指す。) | | | | | |
| ◇ 活動日と活動場所 | | | | | |
| 【活動日】 週 5 日 【休養日】 毎週 水 曜日 と 土曜日または日曜日(不定期) 【活動時間】 (平日および土曜授業日)2 時間程度 (週休日等)3 時間程度 【活動場所】 体育館、アウトコート、中庭 | | | | | |
| ◇ 大会等の主な記録 | | | ◇ 今年度の参加予定大会と目標 | | |
| 令和2年度 | 令和3年度 | 令和4年度 | <ul style="list-style-type: none"> ・関東大会予選 ・インターハイ予選 ・新人戦支部大会 | | |
| TokyoThanksMatch 2 回戦出場 新人戦 3 回戦出場 | 関東大会予選 2 回戦出場 新人戦 2 回戦出場 | 関東大会予選 出場 インハイ予選 出場 新人戦出場 | | | |
| ◇ 年間(月別)活動計画 | | | | | |
| 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 |
| (週休日の活動日数) 6日 | (週休日の活動日数) 6日 | (週休日の活動日数) 4日 | (週休日の活動日数) 5日 | (週休日の活動日数) 4日 | (週休日の活動日数) 4日 |
| 公式戦に向けて チーム力向上 新入生勧誘、指導 | 公式戦に向けて チーム力向上 | 新チームとしての 基礎力向上 | 基礎力及びチー ム力向上 練習試合を通し てチーム力向上 | 練習試合を通し てチーム力向上 | 公式戦に向けて チーム力向上 |
| 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 |
| (週休日の活動日数) 7日 | (週休日の活動日数) 4日 | (週休日の活動日数) 4日 | (週休日の活動日数) 4日 | (週休日の活動日数) 4日 | (週休日の活動日数) 4日 |
| 公式戦に向けて チーム力向上 | 公式戦に向けて チーム力向上 | チームの課題の 克服 個々の基礎力 | 練習試合を通し てチーム力向上 | 練習試合を通し てチーム力向上 | 公式戦に向けて チーム力向上 |

8 別紙2【活動計画】〔女子バスケットボール〕部

| | | | | | | |
|--|---|---|--|---------------------------------------|------------------------|--|
| ◇ 年間目標 | | | | | | |
| バスケットボールを通じて人生を豊かにする。 「賢者は強者に優る」人間力の向上なくして競技力の向上なし」をテーマに・・・ 「東京都ベスト32」を活動目標とし、「人間として成長する」ことを活動目的とする。 | | | | | | |
| ◇ 活動日と活動場所 | | | | | | |
| 【活動日】 週 5 日 【休養日】 毎週水曜日 と 土曜もしくは日曜日 【活動時間】 （平日）2 時間 （土曜授業日）2 時間半 （週休日等） 3 時間 【活動場所】 アリーナ、中庭、柔道場、アウトコート | | | | | | |
| ◇ 大会等の主な記録 | | | | ◇ 今年度の参加予定大会と目標 | | |
| 令和2年度 | 令和3年度 | 令和4年度 | ○関東予選（4月）ベスト32 ○総体予選（5～6月）ベスト32 ○U18リーグ戦（7～12月） ○夏季大会（8月） ○新人大会（11月） ○フラワーカップ（8&2月） ○立川リーグ（3月） | | | |
| Tokyo Thanks Match ベスト 56 新人大会ベスト 56 | 関東予選ベスト 56 新人大会ベスト 32 U18リーグ戦 2 位 | 関東予選ベスト 56 新人大会ベスト 56 U18リーグ戦 2 位 | | | | |
| ◇ 年間(月別)活動計画 | | | | | | |
| 4月 (週休日の活動日数) 7日 | 5月 (週休日の活動日数) 7日 | 6月 (週休日の活動日数) 6日 | 7月 (週休日の活動日数) 5日 | 8月 (週休日の活動日数) 4日 | 9月 (週休日の活動日数) 5日 | |
| 関東予選 | 総体予選 | 総体予選 新チームとしてファン ダメンタルスタート | U18リーグ戦 | U18リーグ戦 ひまわりカップ 全国定通制大会 スタッフ | U18リーグ戦 | |
| 10月 (週休日の活動日数) 5日 | 11月 (週休日の活動日数) 6日 | 12月 (週休日の活動日数) 4日 | 1月 (週休日の活動日数) 5日 | 2月 (週休日の活動日数) 6日 | 3月 (週休日の活動日数) 5日 | |
| U18リーグ戦 | 新人大会 | U18リーグ戦 | 通常練習 練習試合 | つばきカップ | 立川リーグ | |

9 別紙2【活動計画】〔男子バレーボール〕部

◇ 年間目標
 部活動ができるという事は、保護者や卒業生・マネージャー・顧問をはじめとする多くの人たちの協力の上で成り立っていることを伝え、感謝の気持ちを持って練習に臨ませると同時に社会に出て通用する礼儀を養うことを目指す。チーム内では、自主性、協調性、連帯感などを育みながら、バレーボールの楽しさを伝え、夏と冬の都立高大会で全都 3 位以上、関東大会の本大会出場を目指す。

◇ 活動日と活動場所
【活動日】 週 5 日
【休養日】 毎週 木 曜日 と 土曜日または日曜日(不定期)
【活動時間】
 (平日) 15 : 10 ~ 17 : 30
 (土曜授業日) 13 : 00 ~ 15 : 15 または 15 : 15 ~ 17 : 30
 (週休日等) 3 時間程度の練習
【活動場所】 体育館

| ◇ 大会等の主な記録 | | | ◇ 今年度の参加予定大会と目標 |
|---|--|--|---|
| 令和2年度 | 令和3年度 | 令和4年度 | |
| ・関東大会予選 2回戦 ・インターハイ予選 2回戦 ・都立高大会 なし ・全日本予選 2回戦 ・新人戦 3回戦 | ・関東大会予選 2回戦 ・インターハイ予選 2回戦 ・都立高大会 2回戦 ・全日本予選 2回戦 ・新人戦 3回戦 | ・関東大会予選 2回戦 ・インターハイ予選 2回戦 ・都立高大会 3回戦 ・全日本予選 2回戦 ・新人戦 3回戦 | ○関東大会予選 2回戦 ○インターハイ予選 2回戦 ○夏季冬季都立高大会 3回戦 ○全日本予選 3回戦 ○新人戦 3回戦 ○地域大会(サマー・スプリング・ウィインター) |

◇ 年間(月別)活動計画

| 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 |
|-------------------------|------------------|------------------|------------------|---------------------------|-----------------------------|
| (週休日の活動日数) 5日 | (週休日の活動日数) 6日 | (週休日の活動日数) 6日 | (週休日の活動日数) 6日 | (週休日の活動日数) 6日 | (週休日の活動日数) 5日 |
| 新入生勧誘 練習試合 関東大会予選 | 練習試合 インターハイ予選 | インターハイ予選 練習試合 | 練習試合 合宿 | 練習試合 サマーカップ 夏季都立高大会 | 練習試合 全日本予選 |
| 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 |
| (週休日の活動日数) 5日 | (週休日の活動日数) 5日 | (週休日の活動日数) 5日 | (週休日の活動日数) 5日 | (週休日の活動日数) 6日 | (週休日の活動日数) 6日 |
| 練習試合 | 練習試合 新人戦 | 練習試合 ウインターカップ | 練習試合 新人決勝大会 | 練習試合 冬季都立高大会 | 練習試合 スプリングカップ 3年生を送る会 |

10 別紙2【活動計画】〔女子バレーボール〕部

| | | | | | |
|---|---------------------------------|----------------------|---|------------------------------------|----------------------|
| <p>◇ 年間目標</p> <ul style="list-style-type: none"> ・精神面や技術面の向上を通じて人間性を育成する。 ・感謝や礼儀、チームワークの大切さを学ぶ。 ・高体連主催の大会でベスト48を目指す。 | | | | | |
| <p>◇ 活動日と活動場所</p> <p>【活動日】 週 5日</p> <p>【休養日】 毎週 木曜日 と 土曜日または日曜日</p> <p>【活動時間】</p> <p>(平日) 3時間程度</p> <p>(土曜授業日) 3時間程度</p> <p>(週休日等) 3時間程度</p> <p>【活動場所】 本校体育館、立川学園、谷保体育館など</p> | | | | | |
| <p>◇ 大会等の主な記録</p> | | | <p>◇ 今年度の参加予定大会と目標</p> | | |
| 令和2年度 | 令和3年度 | 令和4年度 | <ul style="list-style-type: none"> ○関東大会予選 (4月)本戦出場 ○高校総体予選 (5月)三回戦 ○夏季大会 (8月)三回戦 ○新人大会 (11月)本選出場 ○公立校大会 (2月)本大会出場 ○多摩フェスティバル(3・8・12月) ○8ブロック大会(春・夏・冬) | | |
| 総体予選 ベスト48 | 総体予選 ベスト48 ブロック大会 地区優勝 | 新人大会 1位通過 | | | |
| <p>◇ 年間(月別)活動計画</p> | | | | | |
| 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 |
| (週休日の活動日数) 5日 | (週休日の活動日数) 5日 | (週休日の活動日数) 5日 | (週休日の活動日数) 5日 | (週休日の活動日数) 6日 | (週休日の活動日数) 6日 |
| 関東大会予選 | 総体予選 | 通常練習 練習試合 | 通常練習 練習試合 | 8ブロック大会 多摩フェスティバル 夏季大会 合宿 | 通常練習 練習試合 |
| 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 |
| (週休日の活動日数) 5日 | (週休日の活動日数) 6日 | (週休日の活動日数) 6日 | (週休日の活動日数) 5日 | (週休日の活動日数) 6日 | (週休日の活動日数) 6日 |
| 通常練習 練習試合 | 新人大会 | 8ブロック大会 多摩フェスティバル | 通常練習 練習試合 | 公立大会 | 8ブロック大会 多摩フェスティバル |

11 別紙2【活動計画】〔バドミントン部〕部

| | | | | | | |
|---|--|---|--|---------------------------------|-----------------------------|--|
| ◇ 年間目標 | | | | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> ・団体戦、個人戦とも前年度よりも良い成績が上がることを目的として、効果的な練習ができるように工夫する。 ・OB／OG、外部指導員や顧問の技術指導を受けながら各人の技能を高め、練習を通じて部員間の信頼関係を深めていく。 | | | | | | |
| ◇ 活動日と活動場所 | | | | | | |
| 【活動日】 週 5 日 | | | | | | |
| 【休養日】 木曜日、土日のいずれか1日 | | | | | | |
| 【活動時間】 | | | | | | |
| (平日) 15:15～17:15 | | | | | | |
| (土曜授業日) 12:30～15:00／15:00～17:30 | | | | | | |
| (週休日等) 3時間程度 | | | | | | |
| 【活動場所】 体育館 外練習の日は中庭・谷保第三公園など | | | | | | |
| ◇ 大会等の主な記録 | | | | ◇ 今年度の参加予定大会と目標 | | |
| 令和2年度 | 令和3年度 | 令和4年度 | ○高体連春季大会 (4月) | | | |
| ○高体連新人戦団体 男子 西ブロックベスト 32 (都ベスト64) 女子 西ブロックベスト 16 (都ベスト32) | ○高体連新人戦団体 女子 西ブロックベスト16 (都ベスト32) ○高体連新人戦団体 女子 西ブロックベスト32 (都ベスト64) | ○高体連冬季西ブロック 大会 男子Ⅱ部 第3位(都ベ スト16) ○東京都国公立大会 女子 東京都ベスト33 ○高体連新人戦Ⅱ部大 会 男子個人複 優勝 | ○高体連インハイ予選 個人戦 (5月) ○高体連インハイ予選 団体戦 (6月) ○高体連新人戦Ⅰ部 個人複(8月) ○高体連新人戦Ⅰ部 個人単(9月) ○高体連新人戦 団体(11月) ○高体連冬季ブロック大会(1月) ○東京都国公立大会(2月) ○高体連新人戦Ⅱ部 個人単・複(3月) 上記大会でベスト8以上を目標とする | | | |
| ◇ 年間(月別)活動計画 | | | | | | |
| 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | |
| (週休日の活動日数) 4日 | (週休日の活動日数) 5日 | (週休日の活動日数) 3日 | (週休日の活動日数) 5日 | (週休日の活動日数) 4日 | (週休日の活動日数) 3日 | |
| 春季大会に向 けて練習 1年生仮入部 | インハイ予選に 向けての練習 基礎練習 | (3年生引退 新チーム始動) 基礎練習 実戦練習 | 基礎練習 実戦練習 夏合宿 | 個人技術の向 上 新人戦Ⅰ部大 会(個人複) | (国高祭関連の行 事優先) 個人技術の向上 | |
| 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 | |
| (週休日の活動日数) 4日 | (週休日の活動日数) 3日 | (週休日の活動日数) 4日 | (週休日の活動日数) 4日 | (週休日の活動日数) 3日 | (週休日の活動日数) 3日 | |
| 新人戦団体に 向けて練習 新人戦Ⅰ部大 会(個人単) | 新人戦団体とそ れに向けての練 習 | 冬季ブロック大 会 国公立大会に 向けての練習 | 初打ち(4日) 冬季ブロック大 会 | 国公立大会 新人戦Ⅱ部に 向けての練習 | 新人戦Ⅱ部大会 (個人単・複) | |

12 別紙2 【活動計画】〔男子硬式テニス〕部

| | | | | | | |
|--|-------------------------|-------------------------|--|------------------------|------------------------|--|
| ◇ 年間目標 | | | | | | |
| 目的:個人競技であるテニスを部活で競技として真剣に取り組み、高い目標を本気で実現しようとする活動を通して人間力の成長を図る。 目標:都立対抗テニス大会優勝 | | | | | | |
| ◇ 活動日と活動場所 | | | | | | |
| 【活動日】 週5日 【休養日】 毎週火曜日 と 土曜日 or 日曜日 【活動時間】 (平日) 2時間 (土曜授業日)2時間 (週休日等) 2時間半～3時間 【活動場所】 テニスコート | | | | | | |
| ◇ 大会等の主な記録 | | | | ◇ 今年度の参加予定大会 | | |
| 令和2年度 | 令和3年度 | 令和4年度 | ○インハイ予選 (4月5月) | | | |
| 都立戦ベスト8 秋季大会第3位 フジカップ優勝 | 都立戦ベスト16 | 都立戦ベスト8 | ○都立戦 (7月) ○新人戦 (9月、10月) ○選抜大会 (11月) ○都立個人戦 (1月) | | | |
| ◇ 年間(月別)活動計画 | | | | | | |
| 4月 (週休日の活動日数) 4 | 5月 (週休日の活動日数) 4日 | 6月 (週休日の活動日数) 2日 | 7月 (週休日の活動日数) 4日 | 8月 (週休日の活動日数) 3日 | 9月 (週休日の活動日数) 5日 | |
| 試合期Ⅲ IH予選(個人) | 試合期Ⅲ IH予選(団体) | 最終調整期 | 都立団体戦 始動期 | 始動期 | 試合期Ⅰ 新人戦 | |
| 10月 (週休日の活動日数) 3日 | 11月 (週休日の活動日数) 4日 | 12月 (週休日の活動日数) 5日 | 1月 (週休日の活動日数) 4日 | 2月 (週休日の活動日数) 4日 | 3月 (週休日の活動日数) 4日 | |
| 試合期Ⅰ 部内戦 | 試合期Ⅰ 新人団体 | 再構成期 冬季外部大会 | 試合期Ⅱ 都立個人戦 | 再構成期 多摩西部大会 | 試合期Ⅲ 部内戦 | |

13 別紙2 【活動計画】〔女子硬式テニス〕部

| | | | | | | |
|--|---------------------------------|--|------------------|------------------------|------------------|--|
| ◇ 年間目標 | | | | | | |
| 目的:個人競技であるテニスを部活で競技として真剣に取り組み、高い目標を本気で実現しようとする活動を通して人間力の成長を図る。 目標:都立対抗テニス大会優勝 関東大会出場 | | | | | | |
| ◇ 活動日と活動場所 | | | | | | |
| 【活動日】 週5日 【休養日】 毎週月曜日 と 土曜日 or 日曜日 【活動時間】 (平日) 2時間 (土曜授業日)2時間 (週休日等) 2時間半～3時間 【活動場所】 テニスコート | | | | | | |
| ◇ 大会等の主な記録 | | | | ◇ 今年度の参加予定大会 | | |
| 令和2年度 | 令和3年度 | 令和4度 | ○インハイ予選(4、5月) | | | |
| 都立戦3位 新人戦D本戦 都立個人D 準優勝 | 都立戦準優勝 IH団体ベスト32 新人戦団体都16 | 都立戦3位 IH団体ベスト32 関東公立第5位 都立個人D3位 | ○都立戦 (7) | | | |
| | | | ○新人戦 (9月、10月) | | | |
| | | | ○選抜大会 (11月) | | | |
| | | | ○都立個人戦 (1月) | | | |
| ◇ 年間(月別)活動計画 | | | | | | |
| 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | |
| (週休日の活動日数) 4日 | (週休日の活動日数) 4日 | (週休日の活動日数) 3日 | (週休日の活動日数) 4日 | (週休日の活動日数) 3日 | (週休日の活動日数) 5日 | |
| 試合期Ⅲ IH予選(個人) | 試合期Ⅲ IH予選(団体) | 最終調整期 | 都立個人戦 始動期 | 都立団体戦 始動期 関東公立大会 | 試合期Ⅰ 新人戦 | |
| 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 | |
| (週休日の活動日数) 3日 | (週休日の活動日数) 4日 | (週休日の活動日数) 5日 | (週休日の活動日数) 4日 | (週休日の活動日数) 4日 | (週休日の活動日数) 4日 | |
| 試合期Ⅰ 部内戦 | 試合期Ⅰ 新人団体 | 再構成期 冬季外部大会 | 試合期Ⅱ 都立個人戦 | 再構成期 多摩西部大会 埼玉遠征 | 試合期Ⅲ 部内戦 | |

14 別紙2【活動計画】〔ソフトテニス〕部

| | | | | | | |
|---|-------------------------|-----------------------------------|--|------------------------|-----------------------------|--|
| ◇ 年間目標 | | | | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> ・都立高校の部活動にふさわしいチームづくりをする。 ・ケガ・故障・熱中症・感染症予防対策などに充分気をつけ、健康的な活動に努める。 ・国公立個人戦 本戦出場など、昨年を上回る実績を上げられるよう、努力する。 | | | | | | |
| ◇ 活動日と活動場所 | | | | | | |
| <p>【活動日】 週5日 【休養日】 木曜日、土曜日もしくは日曜日 【活動時間】 (平日) 15:40 ~ 17:30 (土曜授業日) 2時間 (週休日等) 3時間 【活動場所】 テニスコート</p> | | | | | | |
| ◇ 大会等の主な記録 | | | ◇ 今年度の参加予定大会と目標 | | | |
| 令和2年度 | 令和3年度 | 令和4年度 | <ul style="list-style-type: none"> ・ 関東個人 (4月) ・ 関東団体 (5月) ・ 東京大会個人 (5月) ・ 東京大会団体 (6月) ・ 国体選考会 (6月、7月) ・ 新人大会 (8月) ・ 新進大会個人 (10月、11月) ・ 新進大会団体 (10月、11月) | | | |
| チャレンジマッチベスト32 | 各大会出場 | 新進大会3回戦進出 | | | | |
| ◇ 年間(月別)活動計画 | | | | | | |
| 4月 (週休日の活動日数) 6日 | 5月 (週休日の活動日数) 5日 | 6月 (週休日の活動日数) 3日 | 7月 (週休日の活動日数) 3日 | 8月 (週休日の活動日数) 2日 | 9月 (週休日の活動日数) 3日 | |
| 新入生入部 関東大会個人 | 関東大会団体 東京大会個人 | 東京大会団体 3年生引退 新体制始動 国体選考会 | 国体選考会 夏季休業練習 | 新人大会 多摩地区大会個人 | 国公立団体戦 | |
| 10月 (週休日の活動日数) 4日 | 11月 (週休日の活動日数) 4日 | 12月 (週休日の活動日数) 2日 | 1月 (週休日の活動日数) 2日 | 2月 (週休日の活動日数) 4日 | 3月 (週休日の活動日数) 2日 | |
| 新進大会 | 新進大会 | インドア大会 | 通常練習 | シングル大会 | 国公立大会 多摩地区大会団体 役員引き継ぎ | |

15 別紙2【活動計画】〔体操〕部

| | | | | | |
|---|--|--|---|------------------|------------------|
| ◇ 年間目標 | | | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> ・自他の心身を大切にする気持ち、チームワーク、責任感、マナーを身に付ける。 ・体力、柔軟性、技術の向上を目指し、各大会、新入生歓迎会、文化祭公演において綺麗な演技を目指す。 | | | | | |
| ◇ 活動日と活動場所 | | | | | |
| 【活動日】 週4日 | | | | | |
| 【休養日】 毎週水、木、日曜日 | | | | | |
| 【活動時間】 | | | | | |
| (平日)…2時間 00分 | | | | | |
| (土曜授業日)…3時間 | | | | | |
| (週休日等)…3時間 | | | | | |
| 【活動場所】 体操場 | | | | | |
| ◇ 大会等の主な記録 | | | ◇ 今年度の参加予定大会 | | |
| 令和2年度 | 令和3年度 | 令和4年度 | <ul style="list-style-type: none"> ・男子3年生大会(5月) ・女子3年生大会(5月) ・女子2年生大会(8月) ・女子1年生大会(10月) ・女子秋季大会(10月) ・男子新人大会(11月) | | |
| ・新人大会出場 | <ul style="list-style-type: none"> ・3年生大会出場(男子、女子) ・2年生大会(女子)個人総合1位、種目別(跳馬、段違い平行棒、床全て1位)、団体6位 ・秋季大会(女子)個人総合5位、種目別(跳馬6位、段違い平行棒2位、床3位) ・新人大会出場(男子) | <ul style="list-style-type: none"> ・男子新人大会 1年生の部総合優勝 ・女子関東大会 個人23位 ・男子3年生大会 団体3位 ・女子3年生大会 団体4位 | | | |
| ◇ 年間(月別)活動計画 | | | | | |
| 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 |
| (週休日の活動日数) 5日 | (週休日の活動日数) 4日 | (週休日の活動日数) 4日 | (週休日の活動日数) 4日 | (週休日の活動日数) 4日 | (週休日の活動日数) 4日 |
| ・新入生歓迎会 | <ul style="list-style-type: none"> ・男子3年生大会 ・女子3年生大会 | 通常練習 | 通常練習 | ・女子2年生大会 | 通常練習 |
| 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 |
| (週休日の活動日数) 4日 | (週休日の活動日数) 4日 | (週休日の活動日数) 4日 | (週休日の活動日数) 4日 | (週休日の活動日数) 4日 | (週休日の活動日数) 4日 |
| ・女子1年生大会 | <ul style="list-style-type: none"> ・女子秋季大会 ・男子新人大会 | 通常練習 | 通常練習 | 通常練習 | 通常練習 |

17 別紙2【活動計画】〔剣道〕部

| | | | | | | |
|---|--------------------------------|-------------------------------------|-----------------------|----------------------|------------------|--|
| ◇ 年間目標 | | | | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> ・剣道を通して人間的成長を図る。 ・関東大会出場を目指す。 ・学年の枠を超えて、互いに教えあい、互いに高めあう稽古を行う。 | | | | | | |
| ◇ 活動日と活動場所 | | | | | | |
| 【活動日】 週 5 日 | | | | | | |
| 【休養日】 毎週火曜日 と 日曜日 | | | | | | |
| 【活動時間】 | | | | | | |
| (平日) 15:30～17:30 | | | | | | |
| (ウォーミングアップ・更衣等を含む) | | | | | | |
| (土曜授業日) 14:00～16:30 | | | | | | |
| (ウォーミングアップ・更衣等を含む) | | | | | | |
| (週休日等) 9:30～12:30 もしくは 14:00～16:30 | | | | | | |
| (ウォーミングアップ・更衣等を含む) | | | | | | |
| 【活動場所】 剣道場 | | | | | | |
| ◇ 大会等の主な記録 | | | | ◇ 今年度の参加予定大会と目標 | | |
| 令和2年度 | 令和3年度 | 令和4年度 | ○春季大会(4月) | | | |
| | インターハイ都予選女子団体ベスト 16、男子団体ベスト 32 | インターハイ都予選出場、支部大会男子団体 3 位・個人無段の部 3 位 | ○インターハイ支部予選、都大会(5、6月) | | | |
| | 支部大会男子団体準優勝 | | ○秋季大会(8月) | | | |
| | | | ○新人戦支部予選(12月) | | | |
| | | | ○新人戦都大会(1月) | | | |
| ◇ 年間(月別)活動計画 | | | | | | |
| 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | |
| (週休日の活動日数) 5日 | (週休日の活動日数) 5日 | (週休日の活動日数) 5日 | (週休日の活動日数) 5日 | (週休日の活動日数) 5日 | (週休日の活動日数) 5日 | |
| ・春季大会 ・関東大会予選 | ・インターハイ支部予選 | ・インターハイ都予選 ・段位審査会 | 通常練習 | ・武道系部活動合同稽古 ・秋季大会 | 通常練習 | |
| 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 | |
| (週休日の活動日数) 5日 | (週休日の活動日数) 5日 | (週休日の活動日数) 5日 | (週休日の活動日数) 5日 | (週休日の活動日数) 5日 | (週休日の活動日数) 5日 | |
| ・普及指導講習会 | ・一級審査会 | ・新人大会支部予選 | ・新人都大会 | ・段位審査会 | 通常練習 | |

18 別紙2【活動計画】〔少林寺拳法部〕部

| | | | | | | |
|--|------------------|--|------------------|---|------------------|---|
| ◇ 年間目標 | | | | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> ・少林寺拳法の修練を通して心身の成長を図る。 ・多くの生徒が都大会を突破し、関東大会、全国大会に出場する。 | | | | | | |
| ◇ 活動日と活動場所 | | | | | | |
| 【活動日】 週 4 日 | | | | | | |
| 【休養日】 毎週月曜日・木曜日と日曜日 | | | | | | |
| 【活動時間】 | | | | | | |
| (平日) 15:30～17:30(ウォーミングアップ・更衣等を含む) | | | | | | |
| (土曜授業日) 13:00～16:30(ウォーミングアップ・更衣等を含む) | | | | | | |
| (週休日等) 9:00～12:00 もしくは 13:30～16:30(ウォーミングアップ・更衣等を含む) | | | | | | |
| 【活動場所】 柔道場 | | | | | | |
| ◇ 大会等の主な記録 | | | | ◇ 今年度の参加予定大会と目標 | | |
| 令和2年度 | | 令和3年度 | | 令和4年度 | | ○都 IH 予選(5月) ○関東大会(6月) ○インターハイ(8月) ○新人大会(11月) ○関東選抜大会(12月) ○全国選抜大会(3月) |
| 新人大会多部門で2・3位 関東選抜大会出場権取得 (出場辞退) | | 新人大会 男子規定単独演武3位 規定組演武3位 関東選抜大会 男子規定組演武4位 全国選抜大会出場 | | 新人大会 女子規定単独演武3位 女子規定単独演武3位 男子規定組演武2位 上記部員は関東選抜大会 および全国選抜大会出場 | | |
| ◇ 年間(月別)活動計画 | | | | | | |
| 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | |
| (週休日の活動日数) 5日 | (週休日の活動日数) 5日 | (週休日の活動日数) 5日 | (週休日の活動日数) 5日 | (週休日の活動日数) 5日 | (週休日の活動日数) 5日 | |
| 新歓祭演武 2年2級試験 | 都 IH 予選 | 関東大会 1年6級試験 校内大会(保護者会) | 部活合宿 2年1級試験 | インターハイ 1年5級試験 合同練習会 | 2年1級試験 | |
| 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 | |
| (週休日の活動日数) 5日 | (週休日の活動日数) 5日 | (週休日の活動日数) 5日 | (週休日の活動日数) 5日 | (週休日の活動日数) 5日 | (週休日の活動日数) 5日 | |
| 2年昇段試験 | 新人大会 1年4級試験 | 関東選抜大会 合同練習会 | 1年3級試験 | 校内大会 | 全国選抜大会 | |

19 別紙2【活動計画】〔山岳〕部

| | | | | | | |
|---|------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|--|
| ◇ 年間目標 | | | | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> ・登山の基本的な技術や安全管理の方法を身に付ける。 ・自然に対するの視野を育て、山を楽しむ。 | | | | | | |
| ◇ 活動日と活動場所 | | | | | | |
| 【活動日】 週1日の校内活動(ミーティング)と月1回程度の山行 | | | | | | |
| 【休養日】 | | | | | | |
| 【活動時間】 | | | | | | |
| (平日) 15:30~17:30 | | | | | | |
| (土曜授業日) | | | | | | |
| (週休日等)8:00~17:00 | | | | | | |
| 【活動場所】生物講義室、東京近郊の山 | | | | | | |
| ◇ 大会等の主な記録 | | | | ◇ 今年度の参加予定大会と目標 | | |
| 令和2年度 | 令和3年度 | 令和4年度 | | | | |
| ◇ 年間(月別)活動計画 | | | | | | |
| 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | |
| (週休日の活動日数) 1日 | (週休日の活動日数) 1日 | (週休日の活動日数) 1日 | (週休日の活動日数) 1日 | (週休日の活動日数) 0日 | (週休日の活動日数) 1日 | |
| ・部勧誘 ・入部説明 ・体験山行 | ・新生歓迎登山 | ・月例登山 | ・月例登山 | なし | 文化祭発表 | |
| 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 | |
| (週休日の活動日数) 1日 | (週休日の活動日数) 1日 | (週休日の活動日数) 1日 | (週休日の活動日数) 1日 | (週休日の活動日数) 1日 | (週休日の活動日数) 1日 | |
| ・月例登山 | ・月例登山 | ・月例登山 | 月例登山 | ・月例登山 | ・月例登山 | |

20 別紙2【活動計画】〔水泳〕部

| | | | | | |
|--|--|---|---|---|--|
| <p>◇ 年間目標</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自他の心身を大切にする気持ち、チームワーク、責任感、マナーを身に付ける。 ・泳力、体力、の向上を目指し、公式戦(春季大会・都高校大会・新人戦)や国公立大会で各自がベストタイムを更新し、都高校大会から関東大会・全国大会など上位大会への出場をめざす。 | | | | | |
| <p>◇ 活動日と活動場所</p> <p>【活動日】 週5日</p> <p>【休養日】 毎週木曜日、日曜日</p> <p>【活動時間】</p> <p>(平日)…2時間20分</p> <p>(土曜授業日)…2時間30分</p> <p>(週休日等)…3時間</p> <p>【活動場所】 体操場</p> | | | | | |
| <p>◇ 大会等の主な記録</p> | | | <p>◇ 今年度の参加予定大会</p> | | |
| 令和2年度 | 令和3年度 | 令和4年度 | <ul style="list-style-type: none"> ・都春季大会(5月) ・都高校選手権(6月) ・西東京国公立大会(8月) ・都新人戦(9月) ・都長水路記録会(9月) ・都短水路記録会(2月) | | |
| 春季大会・都高校大会は中止。 秋季特別記録会で、女子 100m バタフライで3位、7位入賞。西 東京国公立大会で女子3位、男 子6位入賞。 | 春季大会は中止、都高校大会、 新人戦に出場。西東京国公立大 会で女子3位、男子6位入賞。 | 春季大会・都高校大会、新人 戦に出場。 新人戦男子 100m 自由形で8 位。西東京国公立大会で女子 3位、男子6位入賞。 | | | |
| <p>◇ 年間(月別)活動計画</p> | | | | | |
| 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 |
| (週休日の活動日数) | (週休日の活動日数) 3日 | (週休日の活動日数) 3日 | (週休日の活動日数) | (週休日の活動日数) 2日 | (週休日の活動日数) 3日 |
| 通常練習 | <ul style="list-style-type: none"> ・Zyuen Cup ・都春季大会 | 国分寺高校記録会 都高校大会 | 通常練習 | <ul style="list-style-type: none"> ・西東京国公立大会 | <ul style="list-style-type: none"> ・都新人戦 ・長水路記録会 |
| 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 |
| (週休日の活動日数) | (週休日の活動日数) 2日 | (週休日の活動日数) | (週休日の活動日数) | (週休日の活動日数) 1日 | (週休日の活動日数) |
| 通常練習 | 通常練習 | 通常練習 | 通常練習 | <ul style="list-style-type: none"> ・短水路記録会 | 通常練習 |

21 別紙2 【活動計画】[ダンス]部

| | | | | | | |
|---|-------------------------------|-------------------------|------------------|------------------|------------------|--|
| ◇ 年間目標 | | | | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> ・ダンスを主体的に取り組むとともに、一人一人の違いに応じた表現や役割を尊重し、部活動を通じてルールを順守する姿勢を育てる。 ・創作し発表することを通じて、協調性や帰属意識を育て、自己や仲間の課題を解決し、高め合うことができるようになる。 | | | | | | |
| ◇ 活動日と活動場所 | | | | | | |
| 【活動日】 月、火、木、金、土(土曜日は原則として授業のある日とする) | | | | | | |
| 【休養日】 水、日 | | | | | | |
| 【活動時間】15時30分～17時30分(土曜日は13時30分～17時00分) | | | | | | |
| 【活動場所】 多目的ホール | | | | | | |
| ◇ 大会等の主な記録 | | | | ◇ 今年度の参加予定大会と目標 | | |
| 令和2年度 | 令和3年度 | 令和4年度 | ○LINK 国立 | | | |
| LINK 国立 チャリティダンス ショーケース | LINK 国立 チャリティダンス ショーケース | チャリティダンス ショーケース | ○チャリティダンスショーケース | | | |
| | | | ○校内ライブ(夏、冬) | | | |
| | | | ○新歓ライブ | | | |
| ◇ 年間(月別)活動計画 | | | | | | |
| 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | |
| (週休日の活動日数) 0日 | (週休日の活動日数) 1日 | (週休日の活動日数) 2日 | (週休日の活動日数) 4日 | (週休日の活動日数) 4日 | (週休日の活動日数) 4日 | |
| 新歓に向けての練習 | LINK 国立 6月ライブに向けての作品作り | 6月ライブ チャリティダンスショーケース | 野球部壮行会 ダンス大会 | 文化祭公演に向けての作品作り | 文化祭公演 | |
| 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 | |
| (週休日の活動日数) 0日 | (週休日の活動日数) 0日 | (週休日の活動日数) 1日 | (週休日の活動日数) 0日 | (週休日の活動日数) 0日 | (週休日の活動日数) 1日 | |
| 12月ライブに向けての作品作り | 12月ライブに向けての練習 | 12月ライブ | 新歓に向けての作品作り | 新歓に向けての練習 | 新歓に向けての練習 | |

22 別紙2【活動計画】〔クラシックバレエ〕部

| | | | | | |
|---|------------------|------------------|------------------|------------------------|------------------|
| ◇ 年間目標 | | | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> ・全国的にも珍しい部活動であるクラシックバレエ部の活動を広く認知してもらえるように努める。 ・すべての踊りの基本であるバレエを通して、身体表現の可能性を広げる。 ・技や表現力、演技力など、バレエの技能向上をはかる。 | | | | | |
| ◇ 活動日と活動場所 | | | | | |
| 【活動日】 週 2 日 | | | | | |
| 【休養日】 毎週 月 曜日 と 木 曜日 | | | | | |
| 【活動時間】 | | | | | |
| (平日) 授業終了後～17時 | | | | | |
| (土曜授業日) 無し | | | | | |
| (週休日等) 無し | | | | | |
| 【活動場所】 | | | | | |
| 北棟 西階段 1階踊り場、2階生徒ホール、4階多目的ホール | | | | | |
| ◇ 大会等の主な記録 | | | ◇ 今年度の参加予定大会 | | |
| 令和2年度 | 令和3年度 | 令和4年度 | | | |
| | | | | | |
| ◇ 年間(月別)活動計画 | | | | | |
| 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 |
| (週休日の活動日数) 0日 | (週休日の活動日数) 0日 | (週休日の活動日数) 0日 | (週休日の活動日数) 0日 | (週休日の活動日数) 0日 | (週休日の活動日数) 0日 |
| 新入生歓迎会公演 | 基礎練習 | 基礎練習 文化祭公演練習 | 文化祭公演練習 | 文化祭公演練習 | 文化祭公演 |
| 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 |
| (週休日の活動日数) 0日 | (週休日の活動日数) 0日 | (週休日の活動日数) 0日 | (週休日の活動日数) 0日 | (週休日の活動日数) 0日 | (週休日の活動日数) 0日 |
| 校内発表練習 | 校内発表練習 | 校内発表会 基礎練習 | 基礎練習 | 基礎練習 新入生歓迎会公演 練習 | 新入生歓迎会公演 練習 |

24 別紙2【活動計画】〔物理〕部

| | | | | | | |
|---|------------------|--------------------------------|---------------------|--|------------------------------|--|
| ◇ 年間目標 | | | | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> ・実験を楽しみ、研究成果を校内外で情報発信する。 ・日々の研究成果を、科学コンテスト等で発揮する。 | | | | | | |
| ◇ 活動日と活動場所 | | | | | | |
| <p>【活動日】 週1・2日 毎週 木曜日ともう1日(月または土曜日)</p> <p>【休養日】 毎週 火・水・金・日曜日</p> <p>【活動時間】(平日) 15:30~17:30 (土曜授業日) 13:30~16:30 (週休日等) 適宜</p> <p>【活動場所】 主に物理実験室・物理講義室</p> | | | | | | |
| ◇ 大会等の主な記録 | | | | ◇ 今年度の参加予定大会と目標 | | |
| 令和2年度 | 令和3年度 | 令和4年度 | | <ul style="list-style-type: none"> ○ 物理チャレンジ 6月 ○ 科学の祭典 9月 ○ 科学の甲子園 11月 | | |
| | | 物理チャレンジ参加 | | | | |
| ◇ 年間(月別)活動計画 | | | | | | |
| 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | |
| (週休日の活動日数) 0日 | (週休日の活動日数) 1日 | (週休日の活動日数) 2日 | (週休日の活動日数) 3日 | (週休日の活動日数) 3日 | (週休日の活動日数) 4日 | |
| 実験と研究 | 物理チャレンジ | 実験と研究 (ピタゴラスイッチ) 物理チャレンジ | 実験と研究 (ピタゴラスイッチ) | 実験と研究 (ピタゴラスイッチ) 科学の祭典 | 実験と研究 (ピタゴラスイッチ) 科学の祭典 | |
| 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 | |
| (週休日の活動日数) 2日 | (週休日の活動日数) 2日 | (週休日の活動日数) 2日 | (週休日の活動日数) 2日 | (週休日の活動日数) 2日 | (週休日の活動日数) 2日 | |
| 実験と研究 科学の甲子園 | 実験と研究 科学の甲子園 | 実験と研究 | 実験と研究 | 実験と研究 | 実験と研究 | |

25 別紙2【活動計画】〔化学〕部

| | | | | | | |
|--|-----------------------|---|--|-----------------|---------------------|--|
| ◇ 年間目標 | | | | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> ・実験を楽しみ、その実験と研究の成果を文化祭で発表する。 ・化学への興味をもって学習し、化学グランプリへの参加をする。 ・実験を楽しみ、その実験と研究の成果を化学クラブ研究発表会等で発表する。 | | | | | | |
| ◇ 活動日と活動場所 | | | | | | |
| <p>【活動日】 週 2 日 毎週 月曜日、木曜日</p> <p>【休養日】 毎週 火曜日、水曜日、金曜日、土曜日、日曜日</p> <p>【活動時間】 (平日) 2 時間程度</p> <p>【活動場所】 化学実験室</p> | | | | | | |
| ◇ 大会等の主な記録 | | | | ◇ 今年度の参加予定大会と目標 | | |
| 令和2年度 | 令和3年度 | 令和4年度 | ○化学グランプリ(7月) | | | |
| コロナ禍により記録なし | 化学グランプリ参加 科学の甲子園参加 | 化学グランプリ参加 1名:奨励賞 科学の甲子園参加 化学クラブ発表会参加 | ○科学の甲子園(11月) | | | |
| | | | ○化学クラブ研究発表会(3月) | | | |
| | | | <ul style="list-style-type: none"> ・発表会に出て賞を取る。 ・できるだけ外の大会に出場する。 | | | |
| ◇ 年間(月別)活動計画 | | | | | | |
| 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | |
| (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 日 | |
| 実験と研究 | 実験と研究 | 実験と研究 | 実験と研究 化学グランプリ | 実験と研究 実験講習会 | 実験と研究 文化祭での発表 | |
| 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 | |
| (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 日 | |
| 実験と研究 大学での実験講習会 | 実験と研究 科学の甲子園 | 実験と研究 | 実験と研究 | 実験と研究 | 実験と研究 化学クラブ研究発表会 | |

26 別紙2【活動計画】〔生物〕部

| | | | | | | |
|---|--------------------------------------|----------------------------------|---|----------------------------|---------------------------|--|
| <p>◇ 年間目標</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自然に親しみ、フィールドでの生物観察や生物についての探究活動を行う。 ・生物室で、生物を飼育し観察を行う。 ・ | | | | | | |
| <p>◇ 活動日と活動場所</p> <p>【活動日】 授業日放課後、休日は月に1～2回の観察会など</p> <p>【休養日】 週に2日(生き物の飼育、維持に合わせて)</p> <p>【活動時間】</p> <p>(平日) 15:30～17:30</p> <p>(土曜授業日)13:00～15:00</p> <p>(週休日等)9:00～12:00</p> <p>【活動場所】生物実験室、近郊のフィールド</p> | | | | | | |
| ◇ 大会等の主な記録 | | | ◇ 今年度の参加予定大会と目標 | | | |
| 令和2年度 | 令和3年度 | 令和4年度 | <p>・科学の甲子園(11月)</p> <p>科学の甲子園に向けて、勉強会を開き、入賞を目指す</p> | | | |
| ◇ 年間(月別)活動計画 | | | | | | |
| 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | |
| (週休日の活動日数) 1日 | (週休日の活動日数) 1日 | (週休日の活動日数) 1日 | (週休日の活動日数) 1日 | (週休日の活動日数) 1日 | (週休日の活動日数) 1日 | |
| ・部勧誘 ・入部説明 | ・生物の飼育 ・探究活動 ・磯観察 | ・生物の飼育 ・探究活動 ・磯観察 | ・生物の飼育 ・探究活動 ・文化祭準備 | ・生物の飼育 ・探究活動 ・文化祭準備 | ・生物の飼育 ・探究活動 ・文化祭発表 | |
| 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 | |
| (週休日の活動日数) 1日 | (週休日の活動日数) 1日 | (週休日の活動日数) 1日 | (週休日の活動日数) 1日 | (週休日の活動日数) 1日 | (週休日の活動日数) 1日 | |
| ・生物の飼育 ・探究活動 | ・生物の飼育 ・探究活動 ・秋川観察会 ・科学の甲子園 | ・生物の飼育 ・探究活動 ・高尾山植物、ムササビ観察 | ・生物の飼育 ・探究活動 ・多摩川探鳥会 | ・生物の飼育 ・探究活動 ・東京港探鳥会 | ・生物の飼育 ・探究活動 | |

27 別紙2【活動計画】〔地学〕部

| | | | | | | |
|---|--|-------------------------------------|--------------------------------------|---|-----------------------------|--|
| ◇ 年間目標 | | | | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> ・自然に親しみ、地球や宇宙についての探究活動を行い、その成果を文化祭等で発表する。 ・本校に設置されている大型天体望遠鏡の操作・観測技術を習得し、公開観望会(校内)を行う。 | | | | | | |
| ◇ 活動日と活動場所 | | | | | | |
| 【活動日】 週3日、授業日の昼休みに太陽の黒点観測。天体観測等の活動が月3回程度。 | | | | | | |
| 【休養日】 毎週 月・木・土・日曜日 | | | | | | |
| 【活動時間】 | | | | | | |
| (平日) 15:30～17:30 | | | | | | |
| (土曜授業日) | | | | | | |
| (週休日等) | | | | | | |
| 【活動場所】 | | | | | | |
| 地学室、天体観測室等 | | | | | | |
| ◇ 大会等の主な記録 | | | | ◇ 今年度の参加予定大会と目標 | | |
| 令和2年度 | 令和3年度 | 令和4年度 | ・科学の甲子園 (11月) 全国大会優勝 | | | |
| | 科学の甲子園 参加 | 科学の甲子園 参加 | | | | |
| ◇ 年間(月別)活動計画 | | | | | | |
| 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | |
| (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 日 | |
| 部勧誘 ・入部説明 ・太陽の黒点観測 ・探究活動 | ・太陽の黒点観測 ・探究活動 ・太陽観測 ・天体観測 | ・太陽の黒点観測 ・探究活動 ・太陽観測 ・天体観測 | ・太陽の黒点観測 ・探究活動 ・文化祭準備 | ・太陽の黒点観測 ・探究活動 ・化石採集 ・天体観測 ・文化祭準備 | ・太陽の黒点観測 ・探究活動 ・文化祭発表 | |
| 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 | |
| (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 日 | |
| ・太陽の黒点観測 ・探究活動 ・太陽観測 | ・太陽の黒点観測 ・探究活動 ・太陽観測 ・天体観測 ・科学の甲子園 参加 | ・太陽の黒点観測 ・探究活動 ・太陽観測 ・天体観測 | ・太陽の黒点観測 ・探究活動 ・太陽観測 ・天体観望会 | ・太陽の黒点観測 ・探究活動 ・天体観測 | ・太陽の黒点観測 ・探究活動 ・天体観測 | |

28 別紙2【活動計画】〔 美 術 〕部

| | | | | | | |
|---|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|--|
| ◇ 年間目標 | | | | | | |
| OB 展、国高祭、中央展への出展 作品制作技術の向上 | | | | | | |
| ◇ 活動日と活動場所 | | | | | | |
| 【活動日】 週 3 日 【休養日】 毎週 火・木・土・日 曜日 【活動時間】 （平日） 15:00 ～ 17:30 （土曜授業日） 原則なし （週休日等） 原則なし 【活動場所】 美術室 | | | | | | |
| ◇ 大会等の主な記録 | | | | ◇ 今年度の参加予定大会と目標 | | |
| 令和2年度 | 令和3年度 | 令和4年度 | ○ 中央展 (12月) | | | |
| / | / | / | | | | |
| ◇ 年間(月別)活動計画 | | | | | | |
| 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | |
| (週休日の活動日数) 0 日 | (週休日の活動日数) 0 日 | (週休日の活動日数) 0 日 | (週休日の活動日数) 0 日 | (週休日の活動日数) 0 日 | (週休日の活動日数) 0 日 | |
| 作品制作 | 作品制作 | 作品制作 | 作品制作 | 作品制作 | 作品制作 国高祭 出展 | |
| 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 | |
| (週休日の活動日数) 0 日 | (週休日の活動日数) 0 日 | (週休日の活動日数) 0 日 | (週休日の活動日数) 0 日 | (週休日の活動日数) 0 日 | (週休日の活動日数) 0 日 | |
| 作品制作 | 作品制作 | 作品制作 中央展 出展 | 作品制作 | 作品制作 | 作品制作 | |

29 別紙2【活動計画】〔茶道〕部

| | | | | | | |
|--|------------------------------|-------------------------------------|--|--------------------------------------|--|--|
| ◇ 年間目標 | | | | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> ・裏千家のお点前、作法を身に付ける。 ・季節に応じたお道具の扱い、お茶会の段取り、進行などを身に付ける。 ・東京都高等学校文化連盟主催の行事などにも参加し、伝統文化継承の意識を高める。 | | | | | | |
| ◇ 活動日と活動場所 | | | | | | |
| 【活動日】 週 5 日 | | | | | | |
| 【休養日】 毎週 金 曜日 と 日 曜日 | | | | | | |
| 【活動時間】 | | | | | | |
| (平日) 15:10～17:30 | | | | | | |
| (土曜授業日) 13:00～16:00 | | | | | | |
| (週休日等) 原則なし | | | | | | |
| 【活動場所】 和室 | | | | | | |
| ◇ 大会等の主な記録 | | | | ◇ 今年度の参加予定大会と目標 | | |
| 令和2年度 | 令和3年度 | 令和4年度 | <ul style="list-style-type: none"> ・東京大茶会(10月) ・高文連中央大会(12月) | | | |
| | 総合文化祭東京 大会プレ大会 高文連中央大会 | 全国総合文化祭 東京大会 東京大茶会 高文連中央大会 | | | | |
| ◇ 年間(月別)活動計画 | | | | | | |
| 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | |
| (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 日 | |
| お点前の練習 | お点前・お茶会の 練習 | 文化祭に向けた練 習 | 文化祭に向けた練 習 | 文化祭に向けた練 習 | 東京大茶会に向け た練習 文化祭参加 | |
| 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 | |
| (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 日 | |
| 東京大茶会に向け た練習 | 中央大会(冬の茶 会)に向けた練習 | 中央大会(冬の茶 会)に向けた練習 | 初釜 西高との合同茶会 に向けた練習 校内茶会に向けた 練習 | 西高との合同茶会 に向けた練習 校内茶会に向けた 練習 | 校内茶会に向けた 練習 お点前・お茶会の 練習 西高との合同茶会 | |

30 別紙2【活動計画】〔音楽〕部

| | | | | | |
|---|--|--|--|---|---|
| ◇ 年間目標 | | | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> ・歌って楽しい聴いて楽しい合唱を作る。 ・ともに仲良くほがらかに。 | | | | | |
| ◇ 活動日と活動場所 | | | | | |
| <p>【活動日】 週4日</p> <p>【休養日】 火曜日・金曜日・土日どちらか</p> <p>【活動時間】 (平日) 15:30~17:30 (土曜授業日) 2~3時間程度 (週休日等) 2~3時間程度</p> <p>【活動場所】 音楽室 視聴覚室</p> | | | | | |
| ◇ 大会等の主な記録 | | | ◇ 今年度の参加予定大会と目標 | | |
| 令和2年度 | 令和3年度 | 令和4年度 | <ul style="list-style-type: none"> ・NHK全国学校音楽コンクール(7月) (フリー参加) ・高文連地区大会 (11月) ・高文連中央大会 (1月) ・定期演奏会(3月) | | |
| 高文連地区大会 | 高文連地区大会 高文連中央大会 総文祭プレ開会式 | 高文連地区大会 高文連中央大会 総文祭総合開会式 総文祭合唱部門 東京都合唱団として参加 | | | |
| ◇ 年間(月別)活動計画 | | | | | |
| 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 |
| (週休日の活動日数) 3日 | (週休日の活動日数) 3日 | (週休日の活動日数) 3日 | (週休日の活動日数) 4日 | (週休日の活動日数) 4日 | (週休日の活動日数) 4日 |
| <ul style="list-style-type: none"> ・新入生向け校歌指導 ・新入生歓迎会 | <ul style="list-style-type: none"> ・保護者発表、Nコンに向けて練習 | <ul style="list-style-type: none"> ・Nコン、文化祭に向けての練習 ・保護者会 | <ul style="list-style-type: none"> ・Nコン、文化祭に向けての練習 ・Nコン | <ul style="list-style-type: none"> ・文化祭に向けての練習 | <ul style="list-style-type: none"> ・文化祭、高文連地区大会に向けての練習 ・文化祭 |
| 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 |
| (週休日の活動日数) 4日 | (週休日の活動日数) 3日 | (週休日の活動日数) 3日 | (週休日の活動日数) 4日 | (週休日の活動日数) 3日 | (週休日の活動日数) 3日 |
| <ul style="list-style-type: none"> ・高文連地区大会に向けての練習 | <ul style="list-style-type: none"> ・高文連地区大会、中央大会に向けての練習 ・高文連地区大会 | <ul style="list-style-type: none"> ・高文連中央大会に向けての練習 | <ul style="list-style-type: none"> ・高文連中央大会に向けての練習 ・東京都高等学校文化祭音楽部門中央大会 ・定期演奏会に向けての練習 | <ul style="list-style-type: none"> ・定期演奏会に向けての練習 | <ul style="list-style-type: none"> ・定期演奏会に向けての練習 ・定期演奏会 |

31 別紙2【活動計画】〔吹奏楽〕部

| | | | | | | |
|--------------------------------------|---|---|---|--------------------------------------|-------------------|--|
| ◇ 年間目標 | | | | | | |
| ・より良い音楽を創り楽しむ。 | | | | | | |
| ◇ 活動日と活動場所 | | | | | | |
| 【活動日】 週 5 日 | | | | | | |
| 【休養日】 毎週 木 曜日 と 土 または 日 曜日 | | | | | | |
| 【活動時間】 | | | | | | |
| （平日） 2時間程度 | | | | | | |
| （土曜授業日） 3時間程度 | | | | | | |
| （週休日等） 3時間程度 | | | | | | |
| 【活動場所】 音楽室 大会議室 普通教室 | | | | | | |
| ◇ 大会等の主な記録 | | | | ◇ 今年度の参加予定大会と目標 | | |
| 令和2年度 | 令和3年度 | 令和4年度 | ・第 62 回東京都吹奏楽コンクール(8月) ・第 46 回東京都高等学校アンサンブルコンテスト(12月) ・TAMA アンサンブルフェスタ(12月) | | | |
| 第 44 回東京都アンサンブルコンテスト 木管八重奏金賞、金管五重奏銀賞 | 第 61 回東京都吹奏楽コンクール B 組金賞 第 45 回東京都高等学校アンサンブルコンテスト 木管六重奏金賞 木管六重奏銀賞 | 第 62 回東京都吹奏楽コンクール B 組金賞 C 組銀賞 第 46 回東京都高等学校アンサンブルコンテスト 木管六重奏銀賞 木管六重奏銀賞 | | | | |
| ◇ 年間(月別)活動計画 | | | | | | |
| 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | |
| (週休日の活動日数) 4日 | (週休日の活動日数) 4日 | (週休日の活動日数) 3日 | (週休日の活動日数) 5日 | (週休日の活動日数) 5日 | (週休日の活動日数) 4日 | |
| 1年生楽器決め | 3年引退式 フレッシュコンサート 社会を明るくする運動に向けて練習 コンクールに向けて練習 | 社会を明るくする運動に向けて練習 コンクールに向けて練習 | 社会を明るくする運動 コンクールに向けて練習 合宿 | 文化祭公演に向けて練習 地区音楽大会に向けて練習 コンクール | 文化祭公演地区音楽大会に向けて練習 | |
| 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 | |
| (週休日の活動日数) 4日 | (週休日の活動日数) 3日 | (週休日の活動日数) 3日 | (週休日の活動日数) 4日 | (週休日の活動日数) 4日 | (週休日の活動日数) 3日 | |
| 地区音楽大会 アンサンブル練習 | アンサンブル練習 | アンサンブルフェスタ アンサンブルコンテスト クリスマスコンサート 中央大会に向けて練習(有志) | ニューイヤーコンサート 中央大会(有志) 定期演奏会に向けて練習 | 定期演奏会に向けて練習 | 定期演奏会に向けて練習 | |

32 別紙2【活動計画】〔弦楽合奏〕部

| | | | | | | |
|------------------------------|----------------------------|------------------------------|---------------------------------------|-----------------------------|-----------------------|--|
| ◇ 年間目標 | | | | | | |
| より良い音楽を創り楽しむ。 | | | | | | |
| ◇ 活動日と活動場所 | | | | | | |
| 【活動日】 週 5 日 | | | | | | |
| 【休養日】 毎週 水 曜日 と 土または日 曜日 | | | | | | |
| 【活動時間】 | | | | | | |
| （平日） 2時間程度 | | | | | | |
| （土曜授業日） 3時間程度 | | | | | | |
| （週休日等） 3時間程度 | | | | | | |
| 【活動場所】 音楽室、大会議室、普通教室 | | | | | | |
| ◇ 大会等の主な記録 | | | | ◇ 今年度の参加予定大会と目標 | | |
| 令和2年度 | 令和3年度 | 令和4年度 | ○10月 東京都高等学校文化祭音楽部門 第9地区大会(高文連主催) | | | |
| ○東京都高等学校文化祭 音楽部門 第9地区大会 | ○東京都高等学校文化祭 音楽部門 第9地区大会 | ○東京都高等学校文化祭 音楽部門 第9地区大会 | ○1月 東京都高等学校文化祭中央大会 (高文連主催) | | | |
| ○音楽三部合同ホール練習会 | ○定期演奏会 | ○東京都高等学校文化祭 中央大会 | ○1月 国立市ニューイヤーコンサート | | | |
| | | ○定期演奏会 | ○3月 定期演奏会 | | | |
| ◇ 年間(月別)活動計画 | | | | | | |
| 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | |
| (週休日の活動日数) 4日 | (週休日の活動日数) 4日 | (週休日の活動日数) 3日 | (週休日の活動日数) 5日 | (週休日の活動日数) 5日 | (週休日の活動日数) 4日 | |
| 入学式演奏 新入生歓迎会演奏 1年生楽器決め | 通常練習 | メイプルコンサート(部内) 文化祭公演に向けて練習 | 文化祭公演に向けて練習 合宿 | 文化祭公演に向けて練習 地区音楽大会に向けて練習 | 文化祭公演 地区音楽大会に向けて練習 | |
| 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 | |
| (週休日の活動日数) 4日 | (週休日の活動日数) 3日 | (週休日の活動日数) 3日 | (週休日の活動日数) 4日 | (週休日の活動日数) 4日 | (週休日の活動日数) 3日 | |
| 地区音楽大会 中央大会に向けて練習 | 中央大会に向けて練習 | 中央大会に向けて練習 | 国立市ニューイヤーコンサート 中央大会 定期演奏会に向けて練習 | 定期演奏会に向けて練習 | 卒業式演奏 定期演奏会 | |

33 別紙2【活動計画】〔民俗音楽研究〕部

| <p>◇ 年間目標</p> <ul style="list-style-type: none"> ・音楽活動を通し、演奏力、企画力、制作力を養う。 ・基本的な演奏技術力の向上に取り組み、音楽的視野を広げる。 ・音響機材の知識を正しく身に付け、正確な使用方法を身に付ける。 ・スタジオ等の環境整備を促進する。 ・ライブや楽曲をデジタルコンテンツ化し、部の活動記録をデータとして保管する。 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---------------------------|------------------------------|-------------------|-------------------|----------------------|----------------------------|---------------------------|------------------------------|---|----|----|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|---------------------------|----------------------|-------------------|-------|----------------------|-----|-----|-----|----|----|----|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|-------------------|--------------------|--------------------|------------|---------|---------------|---------|
| <p>◇ 活動日と活動場所</p> <p>【活動日】 週 5 日</p> <p>【休養日】 毎週 土曜日(授業無し) と 日曜日</p> <p>【活動時間】 1スタジオ1コマ1時間 (平日) 15:10~17:30 (土曜授業日)12:40~17:30 (週休日等)</p> <p>【活動場所】 部室棟スタジオ 視聴覚室</p> | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| <p>◇ 大会等の主な記録</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>令和2年度</th> <th>令和3年度</th> <th>令和4年度</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>東京都高等学校 軽音楽連盟主催 特別企画</td> <td>東京都高等学校 軽音楽連盟都大会 出場</td> <td>東京都高等学校 軽音楽連盟都大会 エントリー</td> </tr> </tbody> </table> | | | 令和2年度 | 令和3年度 | 令和4年度 | 東京都高等学校 軽音楽連盟主催 特別企画 | 東京都高等学校 軽音楽連盟都大会 出場 | 東京都高等学校 軽音楽連盟都大会 エントリー | <p>◇ 今年度の参加予定大会と目標</p> <p>○東京都高等学校軽音楽連盟 秋季大会(11月)</p> | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 令和2年度 | 令和3年度 | 令和4年度 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 東京都高等学校 軽音楽連盟主催 特別企画 | 東京都高等学校 軽音楽連盟都大会 出場 | 東京都高等学校 軽音楽連盟都大会 エントリー | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| <p>◇ 年間(月別)活動計画</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>4月</th> <th>5月</th> <th>6月</th> <th>7月</th> <th>8月</th> <th>9月</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>(週休日の活動日数) 0 日</td> <td>(週休日の活動日数) 1 日</td> <td>(週休日の活動日数) 0 日</td> <td>(週休日の活動日数) 0 日</td> <td>(週休日の活動日数) 0 日</td> <td>(週休日の活動日数) 0 日</td> </tr> <tr> <td>新歓 Live 新入生歓迎会</td> <td>Spring Live 1年課題曲 Live</td> <td>デビュー Live 引退 Live</td> <td>夏季合同 Live 音楽制作</td> <td>文化祭準備</td> <td>文化祭 Live 後夜祭 Live</td> </tr> <tr> <th>10月</th> <th>11月</th> <th>12月</th> <th>1月</th> <th>2月</th> <th>3月</th> </tr> <tr> <td>(週休日の活動日数) 0 日</td> <td>(週休日の活動日数) 2 日</td> <td>(週休日の活動日数) 0 日</td> <td>(週休日の活動日数) 0 日</td> <td>(週休日の活動日数) 0 日</td> <td>(週休日の活動日数) 0 日</td> </tr> <tr> <td>部内選考 Live 交流ライブ</td> <td>都大会予選 部内オーディション</td> <td>クリスマス Live</td> <td>部内 Live</td> <td>アコースティック Live</td> <td>追い出しライブ</td> </tr> </tbody> </table> | | | | | | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | (週休日の活動日数) 0 日 | (週休日の活動日数) 1 日 | (週休日の活動日数) 0 日 | (週休日の活動日数) 0 日 | (週休日の活動日数) 0 日 | (週休日の活動日数) 0 日 | 新歓 Live 新入生歓迎会 | Spring Live 1年課題曲 Live | デビュー Live 引退 Live | 夏季合同 Live 音楽制作 | 文化祭準備 | 文化祭 Live 後夜祭 Live | 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 | (週休日の活動日数) 0 日 | (週休日の活動日数) 2 日 | (週休日の活動日数) 0 日 | (週休日の活動日数) 0 日 | (週休日の活動日数) 0 日 | (週休日の活動日数) 0 日 | 部内選考 Live 交流ライブ | 都大会予選 部内オーディション | クリスマス Live | 部内 Live | アコースティック Live | 追い出しライブ |
| 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| (週休日の活動日数) 0 日 | (週休日の活動日数) 1 日 | (週休日の活動日数) 0 日 | (週休日の活動日数) 0 日 | (週休日の活動日数) 0 日 | (週休日の活動日数) 0 日 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 新歓 Live 新入生歓迎会 | Spring Live 1年課題曲 Live | デビュー Live 引退 Live | 夏季合同 Live 音楽制作 | 文化祭準備 | 文化祭 Live 後夜祭 Live | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| (週休日の活動日数) 0 日 | (週休日の活動日数) 2 日 | (週休日の活動日数) 0 日 | (週休日の活動日数) 0 日 | (週休日の活動日数) 0 日 | (週休日の活動日数) 0 日 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 部内選考 Live 交流ライブ | 都大会予選 部内オーディション | クリスマス Live | 部内 Live | アコースティック Live | 追い出しライブ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

34 別紙2【活動計画】〔演劇〕部

| | | | | | | |
|---|---|---|--|----------------------------------|-----------------------------------|--|
| ◇ 年間目標 | | | | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> ・劇作を通じた他者とのコミュニケーション能力の育成をはかる。 ・音響・照明・美術を含め、すぐれた舞台芸術を創造するスキルを身に付ける。 ・綿密な計画を立て、それにもとづいて着実に行動する力を身に付ける。 | | | | | | |
| ◇ 活動日と活動場所 | | | | | | |
| <p>【活動日】 週5日(月・水～土)</p> <p>【休養日】 毎週火曜・日曜</p> <p>【活動時間】 平日・土曜授業日は2時間程度 週休日は3時間程度</p> <p>【活動場所】 書道教室など</p> | | | | | | |
| ◇ 大会等の主な記録 | | | | ◇ 今年度の参加予定大会と目標 | | |
| 令和2年度 | 令和3年度 | 令和4年度 | <ul style="list-style-type: none"> ・多摩南地区大会 奨励賞 ・東京都高等学校短編演劇発表会 出場 ・多摩南地区 春の演劇フェスティバル出場 | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> ・多摩南地区大会 奨励賞 ・多摩南地区 春の演劇フェスティバル 出場 | <ul style="list-style-type: none"> ・多摩南地区大会 奨励賞 ・多摩南地区 春の演劇フェスティバル 出場 | <ul style="list-style-type: none"> ・多摩南地区大会 奨励賞 ・多摩南地区 春の演劇フェスティバル 出場 | | | | |
| ◇ 年間(月別)活動計画 | | | | | | |
| 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | |
| (週休日の活動日数) 3日 | (週休日の活動日数) 2日 | (週休日の活動日数) 2日 | (週休日の活動日数) 2日 | (週休日の活動日数) 1日 | (週休日の活動日数) 6日 | |
| オリエンテーション 基礎練習 | 6月発表会に向けた準備 | 発表会 文化祭・地区大会 に向けた準備 | 文化祭・地区大会 に向けた準備 | 文化祭・地区大会 に向けた準備 | 文化祭・地区大会 に向けた準備 文化祭 地区大会 | |
| 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 | |
| (週休日の活動日数) 0日 | (週休日の活動日数) 0日 | (週休日の活動日数) 2日 | (週休日の活動日数) 0日 | (週休日の活動日数) 2日 | (週休日の活動日数) 3日 | |
| 12月発表会に向けた準備 | 12月発表会に向けた準備 | 発表会 | 2月発表会に向けた準備(1年) 春の演劇フェスティバルに向けた準備(2年) | 発表会(1年) 春の演劇フェスティバルに向けた準備(2年) | 新歓公演に向けた準備(1年) 春の演劇フェスティバル(2年) | |

35 別紙2【活動計画】〔囲碁・将棋〕部

| | | | | | | |
|--|---------------------------|------------------------|---|------------------|------------------|--|
| ◇ 年間目標 | | | | | | |
| ①大会での入賞 ②他校との関係構築 | | | | | | |
| ◇ 活動日と活動場所 | | | | | | |
| 【活動日】 週 1 日 【休養日】 毎週 水 曜日【活動時間】 (平日) 15:30~17:30 (土曜授業日) (週休日等) 【活動場所】 講義室 F、オンライン | | | | | | |
| ◇ 大会等の主な記録 | | | | ◇ 今年度の参加予定大会と目標 | | |
| 令和2年度 | 令和3年度 | 令和4年度 | ○全国高等学校将棋選手権大会東京予選 (5月) ○高校将棋竜王戦 (5月) ○将棋新人大会 (11月) ○オール学生大会 (11月) | | | |
| 特になし | U-18 将棋スタジアム出場 | 高校将棋選手権新人大会東京予選5位(11月) | | | | |
| ◇ 年間(月別)活動計画 | | | | | | |
| 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | |
| (週休日の活動日数) 0日 | (週休日の活動日数) 2日 | (週休日の活動日数) 0日 | (週休日の活動日数) 1日 | (週休日の活動日数) 0日 | (週休日の活動日数) 0日 | |
| 通常練習 | 全国高等学校将棋選手権大会東京予選、高校将棋竜王戦 | 通常練習 | 通常練習 | 通常練習 | 通常練習 | |
| 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 | |
| (週休日の活動日数) 0日 | (週休日の活動日数) 2日 | (週休日の活動日数) 0日 | (週休日の活動日数) 0日 | (週休日の活動日数) 0日 | (週休日の活動日数) 0日 | |
| 通常練習 | 全国高文連将棋新人大会東京都予選、オール学生大会 | 通常練習 | 通常練習 | 通常練習 | 通常練習 | |

36 別紙2【活動計画】〔 漫画研究 〕部

| | | | | | | |
|---|---------------------------|---------------------------|---------------------------|---------------------------|------------------|--|
| ◇ 年間目標 | | | | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> ・年7回部誌を発行する。 ・文化祭で、外部の方へ部誌を配布する。 | | | | | | |
| ◇ 活動日と活動場所 | | | | | | |
| <p>【活動日】 週 2 日 毎週 火 曜 日 と 木 曜 日</p> <p>【休養日】 上記以外</p> <p>【活動時間】</p> <p>(平日) 15:00～17:30</p> <p>(土曜授業日) なし</p> <p>(週休日等) なし</p> <p>【活動場所】</p> <p>美術室</p> | | | | | | |
| ◇ 大会等の主な記録 | | | | ◇ 今年度の参加予定大会と目標 | | |
| 令和2年度 | 令和3年度 | 令和4年度 | 大会への参加なし | | | |
| ◇ 年間(月別)活動計画 | | | | | | |
| 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | |
| (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 5日 | (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 日 | |
| 部誌発行に向けて 作品作り 部誌発行① | 部誌発行に向けて 作品作り 部誌発行② | 部誌発行に向けて 作品作り | 部誌発行に向けて 作品作り 部誌発行③ | 部誌発行に向けて 作品作り | 部誌発行に向けて 作品作り | |
| 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 | |
| (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 日 | |
| 部誌発行に向けて 作品作り | 部誌発行に向けて 作品作り 部誌発行④ | 部誌発行に向けて 作品作り 部誌発行⑤ | 部誌発行に向けて 作品作り 部誌発行⑥ | 部誌発行に向けて 作品作り 部誌発行⑦ | 部誌発行に向けて 作品作り | |

37 別紙2【活動計画】〔マジック研究〕部

| | | | | | |
|---------------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|-------------------|
| ◇ 年間目標 | | | | | |
| 積極的に校内・校外活動を行い、知名度を上げる。 | | | | | |
| ◇ 活動日と活動場所 | | | | | |
| 【活動日】 週 1 ～ 2 日 | | | | | |
| 【休養日】 毎週 木 曜日 と 土 or 日 曜日 | | | | | |
| 【活動時間】 | | | | | |
| （平日） 15:00～17:30 | | | | | |
| （土曜授業日） 13:00～17:30 | | | | | |
| （週休日等） 13:00～17:30 | | | | | |
| 【活動場所】 物理講義室 | | | | | |
| ◇ 大会等の主な記録 | | | ◇ 今年度の参加予定大会 | | |
| 令和2年度 | 令和3年度 | 令和4年度 | | | |
| | | | | | |
| ◇ 年間(月別)活動計画 | | | | | |
| 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 |
| (週休日の活動日数) 0日 | (週休日の活動日数) 1日 | (週休日の活動日数) 1日 | (週休日の活動日数) 1日 | (週休日の活動日数) 1日 | (週休日の活動日数) 1日 |
| 校内活動 | 校内活動 | 校内活動 | 校内活動 | 校内活動 | ・後夜祭での発表 ・校内活動 |
| 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 |
| (週休日の活動日数) 1日 | (週休日の活動日数) 1日 | (週休日の活動日数) 1日 | (週休日の活動日数) 1日 | (週休日の活動日数) 1日 | (週休日の活動日数) 1日 |
| 校内活動 | 校内活動 | 校内活動 | 校内活動 | 校内活動 | 校内活動 |

38 別紙2【活動計画】〔文学研究〕部

| | | | | | | |
|--|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|--|
| ◇ 年間目標 | | | | | | |
| ・年5回の部誌発行に向けた活動を行う。 | | | | | | |
| ◇ 活動日と活動場所 | | | | | | |
| 【活動日】 週 1 日（部員各自の活動予定による） 【休養日】 毎週 土曜日 と 日曜日 【活動時間】(平日) 15:00～17:30 (土曜授業日)13:00～17:30 (週休日等) なし 【活動場所】 教室等 | | | | | | |
| ◇ 大会等の主な記録 | | | | ◇ 今年度の参加予定大会と目標 | | |
| 令和2年度 | 令和3年度 | 令和4年度 | / | | | |
| | | | | | | |
| ◇ 年間(月別)活動計画 | | | | | | |
| 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | |
| (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 日 | |
| 部誌発行準備 | 部誌発行 | 部誌発行準備 | 部誌発行準備 | 部誌発行 | 部誌発行準備 | |
| 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 | |
| (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 日 | |
| 部誌発行準備 | 部誌発行準備 | 部誌発行 | 部誌発行準備 | 部誌発行準備 部誌発行 | 部誌発行 | |

39 別紙2【活動計画】〔料理〕部

| | | | | | |
|---|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|
| ◇ 年間目標 | | | | | |
| ・食生活を楽しむことを目指し、お菓子作りや洋食などを中心に調理する。 ・ ・ | | | | | |
| ◇ 活動日と活動場所 | | | | | |
| 【活動日】 週1回 月曜日 【休養日】 毎週土曜日と日曜日 【活動時間】 (平日)15:00～17:30 (土曜授業日)活動なし (週休日等)活動なし 【活動場所】 調理室 | | | | | |
| ◇ 大会等の主な記録 | | | ◇ 今年度の参加予定大会と目標 | | |
| 令和2年度 | 令和3年度 | 令和4年度 | 大会への参加なし | | |
| | | | | | |
| ◇ 年間(月別)活動計画 | | | | | |
| 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 |
| (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 日 |
| ミーティング 仮入部:クッキー作り | ミーティング 製菓等実習 | 製菓 洋食等実習 | 製菓 洋食等実習 | 活動なし | 製菓 洋食等実習 |
| 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 |
| (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 日 | (週休日の活動日数) 日 |
| 製菓 洋食等実習 | 製菓 洋食等実習 | 製菓 洋食等実習 | 製菓 洋食等実習 | 製菓 洋食等実習 | 製菓 洋食等実習 |