

江戸川区立小岩第五中学校		陸上競技	部	活動方針、年間の活動計画
顧問：須貝 拓実、久米 毅				校長： 前本 大智
部活動指導員：		外部指導員：		

活動方針	・陸上競技を通して心身を鍛え、自己記録向上に励む。 ・自分の目標を設定し、それに向かって努力をする資質を育む。			
部員数	男子 5名 女子 5名 （令和 7年度 4月 25日 現在）			
活動日	月、火、木、（金）（土、日に大会等の場合は変更有）			
活動時間 （平日）	夏季	集合 16:00～解散 18:15	冬季	集合 16:00～解散 17:45
活動時間 （週休日）	午前 実施	集合 7:30～解散 10:30	午後 実施	
主な活動予定	月	活動予定		大会等
	4月	基礎トレーニング、種目練		江戸川オープン大会
	5月	基礎トレーニング、種目練		地域別陸上競技大会 春季区民大会
	6月	基礎トレーニング、種目練		地域別陸上競技大会
	7月	基礎トレーニング、種目練		総体陸上競技大会 通信陸上競技大会
	8月	基礎トレーニング、種目練		関東中学陸上競技大会 陸上競技選手権大会
	9月	基礎トレーニング、種目練		秋季区民大会
	10月	基礎トレーニング、種目練		支部対抗陸上競技選手権大会 江戸川マラソン大会
	11月	基礎トレーニング、体カトレーニング		駅伝競走大会
	12月	基礎トレーニング、体カトレーニング		
	1月	基礎トレーニング、体カトレーニング		ロードレース大会
	2月	基礎トレーニング、体カトレーニング		
	3月	基礎トレーニング、体カトレーニング		
安全指導・ 配慮等について	・継続、積み重ね、段階的なトレーニングの重視。 ・生徒の体調管理・ウォーミングアップ、準備運動。 ・段階的な種目練習、トレーニング、用器具の管理。 ・クールダウン、整理運動、校庭整備。			

江戸川区立小岩第五中学校 女子ソフトボール 部 活動方針、年間の活動計画		
顧問：向原 駿太	外部指導員：在原 凜々	校長： 前本 大智
部活動指導員：小山 和幸		

活動方針	選手相互の協力性と技術、体力、知識の向上を図る。			
部員数	男子 0名 女子 8名 （令和 7年度 4月 23日 現在）			
活動日	月・火・水、・金・土・(日)			
活動時間 (平日)	夏季	集合 16:00～解散 18:15	冬季	集合 16:00～解散 17:45
活動時間 (週休日)	午前 実施	集合 8:30～解散 12:30 集合 9:30～解散 13:30	午後 実施	集合 12:30～解散 16:30
主な活動予定	月	活動予定		大会等
	4月	基礎・基本練習 1年生仮入部		江戸川区民春季大会 江戸川区平井小松川大会
	5月	基礎・基本練習		東京都春季中学生大会
	6月	基礎・基本練習、技術練習		江戸川区総合体育大会
	7月	基礎・基本練習、技術練習		東京都夏季大会
	8月	基礎・基本練習、ゲーム形式		
	9月	基礎・基本練習、ゲーム形式		江戸川区民秋季大会 江戸川区秋季新人大会
	10月	基礎・基本練習、ゲーム形式		
	11月	基礎・基本練習、試合形式練習		東京都秋季新人大会
	12月	基礎・基本練習、体カトレーニング		東京都技術講習会
	1月	基礎・基本練習、体カトレーニング		
	2月	基礎・基本練習、体カトレーニング		
	3月	基礎・基本練習、ゲーム形式		
安全指導・ 配慮等について	水分補給に関する指導を徹底するとともに適切に行う。 ウォーミングアップやストレッチの徹底。			

江戸川区立小岩第五中学校		ソフトテニス	部	活動方針、年間の活動計画
顧問：大野 実紗、小野 響生			校長： 前本 大智	
部活動指導員：		外部指導員：		

活動方針	マナー等の社会性や、仲間と切磋琢磨して成長していく協調性と向上心のある生徒を育てる。			
部員数	男子 16 名 女子 2 名 （令和 7 年度 4 月 30 日 現在）			
活動日	月、火、木、金、（土）			
活動時間 （平日）	夏季	集合 16:00～解散 18:15	冬季	集合 16:00～解散 17:45
活動時間 （週休日）	午前 実施	集合 8:00～解散 11:00	午後 実施	集合 13:00～解散 16:00
主な活動予定	月	活動予定		大会等
	4 月	基礎・基本練習、ゲーム形式 1 年生仮入部		
	5 月	基礎・基本練習、ゲーム形式		
	6 月	基礎・基本練習、ゲーム形式		夏季大会（個人） 夏季大会（団体）
	7 月	基礎・基本練習、ゲーム形式		
	8 月	基礎・基本練習、ゲーム形式		1・2 年生大会 シード権大会
	9 月	基礎・基本練習、ゲーム形式		秋季総体
	10 月	基礎・基本練習、ゲーム形式		
	11 月	基礎・基本練習、ゲーム形式		
	12 月	基礎・基本練習、ゲーム形式		
	1 月	基礎・基本練習、ゲーム形式		1 年生大会
	2 月	基礎・基本練習、ゲーム形式		
	3 月	基礎・基本練習、ゲーム形式		春季区民大会
安全指導・ 配慮等について	・怪我のないように準備運動をしっかり行い、適度な緊張感をもたせる。 ・休憩時に水分補給を積極的に行うようにする。 ・熱中症の危険がある場合は、帽子をかぶるようにし、細かく休憩をとる。 ・具合の悪い生徒は応急措置をして、病院に搬送または帰宅させる。			

江戸川区立小岩第五中学校		サッカー	部	活動方針、年間の活動計画
顧問：阿部 耕世			校長： 前本 大智	
部活動指導員：		外部指導員：		

活動方針	サッカーを通じて仲間を大切に、何事にも努力を惜しまない心を育てる。 挨拶、礼儀、気配り等、人として大切なことを学ぶ。			
部員数	男子 7 名 女子 0名 （令和 7年度 4月 30日 現在）			
活動日	平日週4日（月・火・木・金） 土・日どちらか1日（大会等がある場合には変更有り）			
活動時間 （平日）	夏季	集合 16:00～解散 18:15	冬季	集合 16:00～解散 17:45
活動時間 （週休日）	午前 実施	集合7:30～解散 11:00	午後 実施	集合 13:00～解散 16:30
主な活動予定	月	活動予定		大会等
	4月	1年生仮入部・本入部開始 基礎技術の習得、基礎体力の向上		
	5月	基礎技術の習得、基礎体力の向上		
	6月	基礎技術、チーム戦術の習得		江戸川区夏季総体、支部大会
	7月	基礎技術、チーム戦術の習得		支部大会、都大会
	8月	基礎技術、チーム戦術の習得 基礎体力、SAQ の向上		
	9月	基礎技術、チーム戦術の習得		江戸川区秋季総体
	10月	基礎技術の習得、基礎体力の向上		支部大会
	11月	基礎技術、チーム戦術の習得		支部大会、都大会
	12月	基礎技術、チーム戦術の習得		
	1月	基礎技術、チーム戦術の習得 基礎体力、SAQ の向上		冬季研修大会
	2月	基礎技術、チーム戦術の習得 基礎体力、SAQ の向上		支部選抜研修大会
	3月	基礎技術、チーム戦術の習得 基礎体力、SAQ の向上		
安全指導・ 配慮等について	ウォーミングアップ、クールダウンをしっかりと行い、けがの未然防止等配慮する。 こまめな水分補給と休息をとる。 応急処置の方法やサッカーで起こりうるけがを想定した対処方法を知る。			

江戸川区立小岩第五中学校		バドミントン	部	活動方針、年間の活動計画
顧問：武井 宏樹、岩田 健吾、岩井 宰子			校長： 前本 大智	
部活動指導員：外部指導員：				

活動方針	勝つチーム、応援されるチームを目指す。			
部員数	男子 10 名 女子 23 名 （令和 7 年度 4 月 30 日 現在）			
活動日	月・火・木・金・土・（日）			
活動時間 （平日）	夏季	集合 16:00～解散 18:15	冬季	集合 16:00～解散 17:45
活動時間 （週休日）	午前 実施	①集合 7:30～解散 10:30 ②集合 10:30～解散 13:30	午後 実施	集合 13:30～解散 16:30
主な活動予定	月	活動予定		大会等
	4月	組織作り、ルール、基礎練習（握り方等）		春季江戸川区民大会
	5月	ルール、基礎練習（体の動かし方等）		
	6月	基礎練習（打ち方等）、実践練習		夏季総合体育大会
	7月	基礎練習（フットワーク、基礎打ち等）		
	8月	基礎練習（フットワーク、ノック練習等）		
	9月	基礎練習、実践練習		秋季大会
	10月	基礎練習、実践練習		秋季大会
	11月	基礎練習、実践練習		冬季大会
	12月	基礎練習、体力づくり		
	1月	基礎練習、実践練習		連盟杯
	2月	基礎練習、実践練習		
	3月	基礎練習、実践練習		
安全指導・ 配慮等について	・怪我のないように準備運動をしっかりと行わせる。 ・休憩時に水分補給を積極的に行うようにする。 ・具合の悪い生徒は応急措置をして、見学または帰宅させる。			

江戸川区立小岩第五中学校	剣道	部 活動方針、年間の活動計画
顧問: 岩井 宰子 部活動指導員: 早乙女 正信	外部指導員:	校長: 前本 大智

活動方針	剣道を通して精力善用、自他共栄の考えのもとに自己の能力や資質の向上を図る。 粘り強く物事に対処できる心と体を養う。			
部員数	男子 1名 女子 4名 （令和 7年度 4月 23日 現在）			
活動日	月・(火)・木・金・土			
活動時間 (平日)	夏季	集合 16:00～解散 18:00	冬季	集合 16:00～解散 17:30
活動時間 (週休日)	午前 実施	集合 8:00～解散 12:00	午後 実施	集合 13:00～解散 16:00
主な活動予定	月	活動予定		大会等
	4月	準備運動、素振り		
	5月	準備運動、素振り		ブロック会長杯
	6月	足さばき、応用技、かかり稽古、地稽古		春季区民大会・夏季総体・ 夏季ブロック大会
	7月	足さばき、応用技、かかり稽古、地稽古		
	8月	足さばき、応用技、かかり稽古、地稽古		
	9月	足さばき、応用技、かかり稽古、地稽古		秋季総体・秋季ブロック大会・ 秋季区民大会
	10月	足さばき、応用技、かかり稽古、地稽古		
	11月	足さばき、応用技、かかり稽古、地稽古		篠崎高校杯
	12月	足さばき、応用技、かかり稽古、地稽古		
	1月	足さばき、応用技、かかり稽古、地稽古		
	2月	足さばき、応用技、かかり稽古、地稽古		冬季錬成大会
	3月	足さばき、応用技、かかり稽古、地稽古		
安全指導・ 配慮等について	・準備運動やアップを入念に行う。 ・防具や竹刀の取り扱いに十分な注意を払う。 ・熱中症対策として、夏場は細目に防具を外す時間を設ける。			

江戸川区立小岩第五中学校		卓球	部 活動方針、年間の活動計画
顧問：櫻場 要一、木村 芽生 部活動指導員：外部指導員：松浦 輝			校長： 前本 大智

活動方針	部活動を通して、上下関係やマナー、思いやりや助け合いの心を育てる。自己の能力の向上を図り、粘り強く物事に対処できる心と体力を養う。			
部員数	男子 9名 女子 1名 （令和 7年度 4月 17日 現在）			
活動日	月・火・木・金			
活動時間 （平日）	夏季	集合 16:00～解散 18:10	冬季	集合 16:00～解散 17:40
活動時間 （週休日）	午前 実施	集合 8:30～解散 11:00	午後 実施	集合 13:00～解散 15:00
主な活動予定	月	活動予定		大会等
	4月	体力づくり、基礎練習、個人別技量練習		春季区民大会
	5月	体力づくり、基礎練習、個人別技量練習		
	6月	体力づくり、基礎練習、個人別技量練習		夏季総合体育大会
	7月	体力づくり、基礎練習、個人別技量練習		
	8月	体力づくり、基礎練習、個人別技量練習		
	9月	体力づくり、基礎練習、個人別技量練習		秋季総合体育大会
	10月	体力づくり、基礎練習、個人別技量練習		
	11月	体力づくり、基礎練習、個人別技量練習		
	12月	体力づくり、基礎練習、個人別技量練習		江戸川区招待卓球大会区内選考会
	1月	体力づくり、基礎練習、個人別技量練習		
	2月	体力づくり、基礎練習、個人別技量練習		
	3月	体力づくり、基礎練習、個人別技量練習		江戸川区招待卓球大会
安全指導・ 配慮等について	・卓球台の整備と台の使用法・片付け方の指導の徹底。 ・練習前後のウォームアップ・クールダウンの徹底。 ・熱中症対策（連続30分以上の練習は避ける、休憩・水分補給をしっかりとる等）を万全にする。			

江戸川区立小岩第五中学校 チャレンジ6組 部 活動方針、年間の活動計画		
顧問：野上 大地、阿部 耕世、伊藤 千晶、久米 毅、小野 響生、木全 瞳	校長： 前本 大智	
部活動指導員：	外部指導員：	

活動方針	体力の向上、各スポーツ大会に向け努力する心を育む。			
部員数	男子 20 名 女子 11 名（令和 7年度 4月 30 日 現在）			
活動日	月・火・木			
活動時間 （平日）	夏季	集合 16:00～解散 17:00	冬季	集合 16:00～解散 17:00
活動時間 （週休日）	午前 実施		午後 実施	
主な活動予定	月	活動予定		大会等
	4月	基礎体力の向上・体幹トレーニング		
	5月	基礎体力の向上・体幹トレーニング		
	6月	基礎体力の向上・体幹トレーニング		
	7月	基礎体力の向上・体幹トレーニング		
	8月	基礎体力の向上・体幹トレーニング		
	9月	基礎体力の向上・体幹トレーニング		
	10 月	バスケットボール・ポートボール		陸上大会
	11 月	バスケットボール・ポートボール		
	12 月	バスケットボール・ポートボール		
	1 月	バスケットボール・ポートボール		バスケットボール・ポートボール大会
	2月	基礎体力の向上・体幹トレーニング		
	3月	基礎体力の向上・体幹トレーニング		
安全指導・ 配慮等について	怪我のないように準備運動をする。 水分補給をこまめに指示する。			

江戸川区立小岩第五中学校 男女バスケットボール 部 活動方針、年間の活動計画

顧問:五十嵐 拓、岩田 健吾

部活動指導員:小磯 翔太

外部指導員:

校長: 前本 大智

活動方針	部活動を通して、心身ともに鍛え大きく飛躍できるような生徒を育て、自ら考え行動し常に周りに感謝できる態度を養う。			
部員数	男子 3名 女子 3名 （令和 7年度 4月 21日 現在）			
活動日	火・水・木・金 土日どちらか 1日			
活動時間 （平日）	夏季	集合 16:00～解散 18:15	冬季	集合 16:00～解散 17:45
活動時間 （週休日）	午前 実施	集合 7:30～解散 10:30 集合 10:30～解散 13:30	午後 実施	集合 13:30～解散 16:45
主な活動予定	月	活動予定		大会等
	4月	本入部開始 基礎基本練習		
	5月	基礎基本練習 試合形式での練習・練習試合		区夏季総合体育大会
	6月	基礎基本練習 試合形式での練習		区夏季総合体育大会
	7月	基礎基本練習		都夏季総合体育大会
	8月			
	9月			
	10月			
	11月			
	12月			
	1月			
	2月			
	3月			
安全指導・ 配慮等について	水分補給に関する指導を徹底するとともに適切に行う。 捻挫やつき指などのケガに対して適切な応急処置を行う。 ウォーミングアップやストレッチの徹底。			

江戸川区立小岩第五中学校 男女バレーボール 部 活動方針、年間の活動計画		
顧問：山本 滉貴、松村 葵	外部指導員：	校長： 前本 大智
部活動指導員：澤田 太郎		

活動方針	仲間と協力し、課題や困難を解決していく社会性を育てる。			
部員数	男子 1名 女子 10名 （令和 7年度 4月 30日 現在）			
活動日	月・火・木・（金）・（土）・（日）			
活動時間 （平日）	夏季	集合16:00～解散18:15	冬季	集合16:00～解散17:45
活動時間 （週休日）	午前 実施	集合8:00～解散11:00	午後 実施	集合13:30～解散16:30
主な活動予定	月	活動予定		大会等
	4月	部活動へ取り組む姿勢や 基本的な練習メニューを知る		春季総合体育祭
	5月	アンダーハンドパス、オーバーハンドパス、 サーブの基本		
	6月	アンダーハンドパス、オーバーハンドパス、 サーブの基本		
	7月	アンダーハンドパス、オーバーハンドパス、 サーブの基本、スパイクの基本		夏季総合体育大会
	8月			
	9月			
	10月			
	11月			
	12月			
	1月			
	2月			
	3月			
安全指導・ 配慮等について	体操・ストレッチを確実に行之、30分に1回は給水を実施。			

江戸川区立小岩第五中学校		吹奏楽	部 活動方針、年間の活動計画
顧問：鈴木 晶子、山本 彩香 部活動指導員：			校長： 前本 大智
外部指導員：			

活動方針	音楽活動を通して、協調性や責任感を身につける。また、音楽表現を通して、自己表現力や豊かな感性を培う。			
部員数	男子 0 名 女子 5 名 （令和 7年度 4 月 25 日 現在）			
活動日	月・火・木・金・（土）（水・日に本番がある場合は変更あり）			
活動時間 （平日）	夏季	集合16:00～解散18:15	冬季	集合16:00～解散17:45
活動時間 （週休日）	午前 実施	集合9:00～解散12:15	午後 実施	集合13:00～解散16:30
主な活動予定	月	活動予定		大会等
	4月	基礎練習・新入生乾乳		
	5月	基礎練習・本番に向けた基礎練習		（吹奏楽教室）
	6月	基礎練習・本番に向けた基礎練習		
	7月	基礎練習・本番に向けた基礎練習		
	8月	基礎練習・本番に向けた基礎練習		
	9月	基礎練習・本番に向けた基礎練習		
	10月	基礎練習・本番に向けた基礎練習		芸能祭音楽会・文化祭・区民まつり
	11月	基礎練習・本番に向けた基礎練習		
	12月	基礎練習・本番に向けた基礎練習		
	1月	基礎練習・本番に向けた基礎練習		
	2月	基礎練習・本番に向けた基礎練習		（江戸川区 アンサンブルフェスティバル）
	3月	基礎練習・本番に向けた基礎練習		
安全指導・ 配慮等について	・大型楽器を運ぶ際は、複数名でおこなうよう指導する。 ・長時間の練習は避け、適宜休憩を入れる。 ・練習場所の気温・湿度に応じて換気屋水分補給をおこなわせる。 ・インフルエンザなど感染症が流行した時の練習は個人練習を中心とし、個人間の距離を置き、換気をおこなう。			

江戸川区立小岩第五中学校		パソコン	部 活動方針、年間の活動計画
顧問：木村 芽生 部活動指導員：			校長： 前本 大智
外部指導員：			

活動方針	コンピュータを利用し、イラスト・プログラミング製作を行い、想像力と表現力を育む。			
部員数	男子 12名 女子 1 名 （令和 7年度 4月 30日 現在）			
活動日	月・木 ※文化祭前や中止の振替など臨時で活動日を設ける場合がある。			
活動時間 （平日）	夏季	集合 16:00～解散 18:00	冬季	集合 16:00～解散 17:30
活動時間 （週休日）	午前 実施	集合 9:30～解散 12:00	午後 実施	集合 13:00～解散 15:30
主な活動予定	月	活動予定		大会等
	4月	イラスト等製作		
	5月	イラスト等製作		
	6月	イラスト等製作		
	7月	イラスト等製作 部内発表会		
	8月	イラスト等製作		
	9月	イラスト等製作		
	10月	イラスト等製作		
	11月	イラスト等製作		
	12月	イラスト等製作 部内発表会		
	1月	イラスト等製作		
	2月	イラスト等製作		作品展 出展予定
	3月	イラスト等製作 部内発表会		
安全指導・ 配慮等について	・フィルタリングによる不正・有害サイトへのアクセスを禁止する。 ・ブルーライト等の影響を考え、活動は2時間～2時間半程度とする。			

江戸川区立小岩第五中学校		美術	部	活動方針、年間の活動計画
顧問：高橋 沙良、木全 瞳			校長： 前本 大智	
部活動指導員：		外部指導員：		

活動方針	イラスト・デッサン・デザイン・陶芸など様々な表現に触れ、制作する楽しさを味わいながら創造力と表現力を育む。			
部員数	男子 1 名 女子 6 名 （令和 7 年度 4 月 25 日 現在）			
活動日	火・金 ※作品展前など臨時で活動日を設ける場合がある。			
活動時間 （平日）	夏季	集合16:00～解散18:00	冬季	集合16:00～解散17:30
活動時間 （週休日）	午前 実施		午後 実施	
主な活動予定	月	活動予定		大会等
	4月	イラスト等製作		
	5月	イラスト等製作		
	6月	作品製作		
	7月	作品製作・ポスター制作		
	8月	作品製作・ポスター制作		江戸川区写生コンクール参加予定
	9月	作品製作・展示準備		
	10月	作品製作・展示準備		
	11月	作品製作		
	12月	作品製作		
	1月	作品製作		
	2月	作品製作		作品展 出展予定
	3月	作品製作・ポスター制作		
安全指導・ 配慮等について	・陶芸の釜など危険な道具の扱いは教員が行う。 ・活動場所の気温・湿度に応じて、教室の換気や水分補給をおこなわせる。			

江戸川区立小岩第五中学校		家庭科	部 活動方針、年間の活動計画
顧問：鈴木 まり子 部活動指導員：			校長： 前本 大智
外部指導員：			

活動方針	・ものづくりを楽しみ、達成感を味わう。 ・調理実習を通して、食事の大切さや、実技力・実践力を高める。			
部員数	男子 0名 女子 2名 （令和 7年度 4月 22日 現在）			
活動日	木			
活動時間 （平日）	夏季	集合 16:00～解散 17:00	冬季	集合 16:00～解散 17:00
活動時間 （週休日）	午前 実施		午後 実施	
主な活動予定	月	活動予定		大会等
	4月			
	5月	手芸・工作		
	6月	手芸・工作		
	7月	調理実習		
	8月			
	9月	手芸・工作		
	10月	手芸・工作		
	11月	手芸・工作		
	12月	調理実習		
	1月			
	2月			
	3月			
安全指導・ 配慮等について	調理実習を実施する際には、感染症対策等の配慮をして教員が必ずついた状態で活動を行う。			

江戸川区立小岩第五中学校		ボランティア	部	活動方針、年間の活動計画
顧問：鈴木 まり子、高橋 沙良、山本 彩香	部活動指導員：			校長： 前本 大智

活動方針	ボランティア活動を通し、社会性を高め、心豊かな生徒を育成する。			
部員数	男子 3 名 女子 0 名 （令和 7年度 4 月 22 日 現在）			
活動日	火（土・日 校内外のボランティア活動実践日、準備日のみ）			
活動時間 （平日）	夏季	集合 16:00～解散 17:00	冬季	集合 16:00～解散 17:00
活動時間 （週休日）	午前 実施	集合 8:00～解散 12:00	午後 実施	集合 13:00～解散 17:00
主な活動予定	月	活動予定		大会等
	4月	校内ボランティア活動（花壇整備（学校環境）、あじさい公園整備等）		下小岩縁日まつり（4/29（火））
	5月	校内ボランティア活動		花壇コンクール植付け（5/17（土）） 鹿骨区民まつり（5/18（日））
	6月	校内ボランティア活動		
	7月	校内ボランティア活動		
	8月	校内ボランティア活動		
	9月	校内ボランティア活動		
	10月	校内ボランティア活動		鹿本地区ふれあい運動会（10/5（日））
	11月	校内ボランティア活動		
	12月	校内ボランティア活動		
	1月	校内ボランティア活動		
	2月	校内ボランティア活動		
	3月	校内ボランティア活動		
安全指導・ 配慮等について	使用する用具、活動内容を確認し、安全管理の徹底を図る。 校外活動において、集合、開始、休憩、終了、解散時の確認を徹底する。			

