

5月 中郷中学校 陸上競技部 練習計画

日	曜日	学校行事等	陸上予定	備考
1	月	家庭訪問④	×	
2	火	弁当の日	練習あり	
3	水	憲法記念日	県記録会参加 (1年は休み)	別紙参照
4	木	みどりの日	特別強化練習会 (強化選手以外は休み)	別紙参照
5	金	こどもの日	×	
6	土		8:00~11:00	坂本T
7	日	特別強化選手は休み→	7:00~9:00	坂本T
8	月		×	
9	火		練習あり	
10	水		練習あり	
11	木	委員会	練習あり	
12	金	尿検査 (1次)	練習あり	
13	土		8:00~11:00	保護者懇談会
14	日		特別強化練習会 (強化選手以外は休み)	別紙参照
15	月	3年内科検診	×	
16	火	弁当の日	練習あり	
17	水	PTA運営委員会	練習あり	
18	木	生徒総会	練習あり	
19	金	県北陸上大会	大会参加 (部員全員)	別紙参照
20	土	県北陸上大会	大会参加 (部員全員)	別紙参照
21	日		×	
22	月		×	
23	火	尿検査1次もれ者	練習あり	
24	水	2年内科検診	練習あり	
25	木		練習あり	
26	金	1年内科検診、基礎力テスト	練習あり	
27	土	小学校運動会	×	
28	日		8:00~11:00	
29	月	リフレッシュマンデー	×	
30	火	木曜日課	練習あり	
31	水		練習あり	

- ・ 5月の完全下校時刻 18:00
- ・ 総体に向けて心と体を整えよう

2023年度 中郷中サッカー一部予定表

5月

日	曜	主な学校行事	サッカー部予定	備考
1	月	家庭訪問④	OFF	
2	火	お弁当	～18:00	
3	水		練習試合V S 豊浦・十王※1	憲法記念日
4	木		学校 8:00～11:30	みどりの日
5	金		マルト杯※2	こどもの日
6	土		マルト杯※2	
7	日		OFF	
8	月		OFF	
9	火		～18:00	
10	水		～18:00	
11	木	委員会(昼ロング)	～18:00	
12	金	尿検査	～18:00	
13	土		8:00～11:30 保護者懇談会※3	懇談会の時間・場所は下記参照
14	日		OFF	
15	月	内科検診(3年)	OFF	
16	火	お弁当	～18:00	
17	水		～18:00	P T A 運営委員会
18	木	生徒総会	～18:00	
19	金	県北陸上①	～18:00	
20	土	県北陸上②	I F A リーグV S 瑞竜 ※4	
21	日		OFF	
22	月		OFF	基礎力テスト強調週間
23	火		～18:00	
24	水	内科検診(2年)	～18:00	
25	木		～18:00	
26	金	内科検診(1年)、基礎力テスト(国)	～18:00	↓
27	土		I F A リーグV S 滑川 ※5	小学校運動会
28	日		OFF	
29	月	リフレッシュマンデー(給食後下校)	OFF	
30	火		～18:00	
5月31日	水		～18:00	

総体はいよいよ6月の20日(火)、21日(水)です。3年生は集大成となります。新人戦の結果を上回り、県北・県大会へ!!総体まであと55日です。あと何回試合できるか、何日練習できるかを考え、一日一日の練習に取り組ませていきます。

また、1年生も入ってきました。後輩の見本となるような先輩たちの行動を期待しています。技術の向上はもちろん、周囲から応援されるチームを目指していきたいと思っておりますので、どうぞよろしく願いいたします。

※1 会場：豊浦中 対戦相手：豊浦、十王 集合方法：現地集合 集合時間 8:30 解散時間 12:00(予定)

(1試合のみとなるので、申し訳ございませんが人数をしぼっての参加とします。参加しない生徒は自主練となります。)

※2 4月29日(土)の予選リーグの結果によります。負けてしまった場合、自分は審判に行かねばなのでOFFとなります。

※3 懇談会は、9:30～10:00となります。場所は会議室です。その後、お時間あれば、ぜひ練習を見て行って下さい。

※4 会場：滑川中 対戦相手：瑞竜中 集合方法：現地集合 詳細は決まり次第ご連絡します。午前中です。

※5 会場：滑川中 対戦相手：滑川中 集合方法：現地集合 詳細は決まり次第ご連絡します。午前中です。

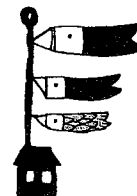
送迎をはじめ、生徒たちのサポートの方、大変お世話になります。未定の所は、詳細が決まり次第、用紙やマチコミを通じてご連絡させていただきます。何か質問や連絡などあれば、舟生(080-5579-0931)まで連絡いただければと思います。どうぞよろしく願いいたします。

中郷中学校 野球部 (5月)

休日の練習・練習試合・大会等の日程表 (変更は、ラインと直接生徒への連絡をします。)

1	月		本校G	19	金		本校G
2	火		本校G	20	土	8:00~	本校G
③	水	8:00~	本校G	21	日		休養日
④	木	8:00~	本校G	22	月		休養日
⑤	金		休養日	23	火		本校G
⑥	土		休養日	24	水		本校G
7	日		休養日	25	木		本校G
8	月		休養日	26	金		本校G
9	火		本校G	27	土	練習試合 豊浦・滑川合同	本校G
10	水		本校G	28	日		休養日
11	木		本校G	29	月		休養日
⑫	金		本校G	30	火		本校G
13	土	練習試合 松岡中	本校G	31	水		本校G
14	日	練習試合 勿来一	本校G	<p>心も体も成長してきています。試合で力を発揮できる余裕と強さを身に付けていこう。また、連休時には程よい休養とやる気の補充をしていこう。</p> <p>いよいよ総体が近づいてきています。最後の最後でどれだけ心を熱く、そして頭をクールにできるか、自分の力を発揮するために全力を注ごう！また、1年生とも競い合い、よりよいチームを作っていこう。</p> <p>この時期は、体を回復させる力を養っていこう。休む中で食事をきちんととり、十分な体力をつけて練習や試合にのぞもう。併せて体調の管理にも気を使っていこう。みんながいて中郷中学校野球部です！！</p>			
15	月		休養日				
16	火		本校G				
17	水		本校G				
18	木		本校G				

バスケットボール部月間計画 5月



日	曜	行事予定	放課後	日	曜	行事予定	放課後
1	月		部活動休養日	16	火	弁当の日	体育館
2	火		体育館	17	水		外練習
3	水	憲法記念日 PM3保護者懇談会	PM12:00~	18	木	生徒総会	体育館
4	木	みどりの日	AM8:00~	19	金	県北陸上①	外練習
5	金	こどもの日 練習試合	AM高萩中	20	土	県北陸上②	部活動休養日
6	土		部活動休養日	21	日	合同練習	滑川中8時~11時
7	日		部活動休養日	22	月		部活動休養日
8	月		部活動休養日	23	火		体育館
9	火		体育館	24	水	2年内科検診	外練習
10	水		外練習	25	木		体育館
11	木	委員会	体育館	26	金	基テ国 1年内科検診	外練習
12	金		外練習	27	土		AM8:00~
13	土		部活動休養日	28	日		部活動休養日
14	日		PM12:00~	29	月	リフレッシュマンデー	部活動休養日
15	月	3年内科検診	部活動休養日	30	火		体育館
				31	水		外練習

【5月活動時間】

・16:00 ~ 17:45 (完全下校18:00)

※外練習の場合は早く終わることもあります。

【連絡】

・欠席・遅刻の場合は、渡部まで連絡をお願いします。

5月

中郷中女子バスケットボール部

月		火		水		木		金		土		日	
1		2		3		4		5		6		7	
OFF		中練		OFF		OFF		練習試合 高萩中・いわき		保護者懇談会		OFF	
								詳細後日		AM 8:30~11:30			
8		9		10		11		12		13		14	
OFF		中練		外練		専門委員会		外練		OFF		練習試合 十王中・那珂四中 大島中・陽南中	
												詳細後日	
15		16		17		18		19		20		21	
OFF		中練		外練		生徒総会		県北陸上		OFF		練習試合 泉丘中・秋山中	
												詳細後日	
22		23		24		25		26		27		28	
OFF		中練		外練		中練		外練		AM 8:30~11:30		OFF	
29		30		31		6/1		2		3		4	
OFF		中練		外練		中練		外練		OFF		OFF	
										修学旅行行ってらっしゃい!			

R5.05 バレーボール部 予定表

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
4月30日	1 部活動なし	2 グラウンド	3 体育館 9:00~12:00	4 練習試合 9:00~12:00 高萩中学校	5日 部活動なし	6日 部活動なし
7日 部活動なし	8日 部活動なし	9日 グラウンド	10日 体育館 16:10~17:45 完全下校 18:00	11日 グラウンド	12日 体育館 16:10~17:45 完全下校 18:00	13日 体育館 12:00~15:00
14日 部活動なし	15日 部活動なし	16日 グラウンド	17日 体育館 16:10~17:45 完全下校 18:00	18日 グラウンド	19日 体育館 16:10~17:45 完全下校 18:00	20日 保護者会 11:00~11:30 体育館 9:00~12:00
21日 鵜舞杯	22日 部活動なし	23日 グラウンド	24日 体育館 16:10~17:45 完全下校 18:00	25日 グラウンド	26日 体育館 16:10~17:45 完全下校 18:00	27日 部活動なし
28日 部活動なし	29日 部活動なし	30日 グラウンド	6月1日 グラウンド	2日 体育館 16:10~17:45 完全下校 18:00	3日 グラウンド	4日

5月にも一つ大会が行われます。一戦一戦を大事にし、反省点を克服しながら練習をしていきましょう！

令和5年度 中郷中学校卓球部 練習日程表【5月】

月日	曜	場所・時間	備考	大会まで
5月8日	月	部活動なし		43
5月9日	火	体育館		42
5月10日	水	卓球場		41
5月11日	木	体育館		40
5月12日	金	卓球場		39
5月13日	土	北高合同練習会2・3年生 磯原中学校 7:45集合	1年生休み	38
5月14日	日	部活動なし		37
5月15日	月	部活動なし		36
5月16日	火	体育館		35
5月17日	水	卓球場		34
5月18日	木	体育館		33
5月19日	金	卓球場		32
5月20日	土	8:00~11:30 保護者会		31
5月21日	日	部活動なし		30
5月22日	月	部活動なし		29
5月23日	火	体育館		28
5月24日	水	卓球場		27
5月25日	木	体育館		26
5月26日	金	卓球場		25
5月27日	土	北茨城市民卓球大会	1年生参加	24
5月28日	日	部活動なし		23
5月29日	月	部活動なし		22
5月30日	火	体育館		21
5月31日	水	卓球場		20
6月1日	木	体育館		19
6月2日	金	卓球場		18
6月3日	土	8:00~12:00		17
6月4日	日	3年修学旅行		16
6月5日	月	3年修学旅行 1・2年部活動なし		15
6月6日	火	3年修学旅行		14
6月7日	水	振替休業日 部活動なし		13
6月8日	木	体育館		12

2023年5月

中郷中学校男子ソフトテニス部予定表



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
1	2	3	4	5	6	7
OFF	通常活動	少年少女大会 1ペアのみ久慈 サンピア 他選手OFF	OFF	8:00~ 11:30 中郷中	OFF	8:30~ 12:00 磯原コート
8	9	10	11	12	13	14
OFF	通常活動	通常活動	通常活動	通常活動	北茨城市民大会 大会 詳細は別紙	OFF
15	16	17	18	19	20	21
OFF	通常活動	通常活動	通常活動	通常活動	8:30~ 12:00 磯原コート	OFF
22	23	24	25	26	27	28
OFF	通常活動	通常活動	通常活動	通常活動	8:30~ 12:00 磯原コート	OFF
29	30	31	1	2	3	4
OFF	通常活動	通常活動	通常活動	通常活動		
5	6		 <p>一球入魂！！</p>			

2023年5月



中郷中学校女子ソフトテニス部予定表



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
1	2	3	4	5	6	7
OFF	通常活動	少年少女大会 3ペアのみ 他選手OFF	8:00~ 11:30 中郷中	OFF	8:00~ 11:30 中郷中 懇談会	OFF
8	9	10	11	12	13	14
OFF	通常活動	通常活動	通常活動	通常活動	北茨城市民大会 詳細は別紙 1年OFF	OFF
15	16	17	18	19	20	21
OFF	通常活動	通常活動	通常活動	通常活動	OFF	8:30~ 12:00 磯原コート
22	23	24	25	26	27	28
OFF	通常活動	通常活動	通常活動	通常活動	8:00~ 12:00 中郷中	OFF
29	30	31				
OFF	通常活動	通常活動	通常活動	通常活動	8:00~ 12:00 中郷中	OFF
OFF	通常活動	<p>いよいよ1年生も入部し、中郷女子テニス部も新体制となりました。それぞれが狙いをもって、効率よく練習していきましょう！2、3年生の先輩のかっこいい背中を見せてくださいね。</p> <p>今年度から、雨情コートが使用できなくなりました。そのため、磯原コートをどの中学校も使用することになり、磯原コートの練習が例年より少なくなっていました。男テニと分担や協力をしながら、できる限り練習場所を確保していきますので、ご理解ください。</p> <p>土・日や休日の練習の時は、朝健康観察を行い、出欠をリーバーに入力しましょう。（お休みのときもお願いします）</p>				

剣道部 5月練習計画表

月 日	稽古時間	備 考
1 月		家庭訪問④
2 火	~18:00	弁当の日
3 水	8:30~11:30	憲法記念日
4 木	7:45現地集合	みどりの日、 県北錬成会[久慈サンピア日立]
5 金		こどもの日
6 土	8:30~11:30	
7 日	8:30現地集合	県錬成会[取手グリスポ]※計良のみ
8 月		
9 火	~18:00	
10 水	~18:00	
11 木	~18:00	委員会
12 金	~18:00	尿検査
13 土		
14 日	8:30~11:30	
15 月		3年内科検診
16 火	~18:00	弁当の日
17 水	~18:00	
18 木	~18:00	生徒総会
19 金	~18:00	県北陸上①
20 土	8:30~11:30	県北陸上②、 剣道部懇談会(10:00~)
21 日		
22 月		
23 火	~18:00	
24 水	~18:00	2年内科検診
25 木	~18:00	
26 金	~18:00	1年内科検診、基礎力テスト(国語)
27 土		小学校運動会
28 日	8:30~11:30	
29 月		リフレッシュマンデー
30 火	~18:00	木曜日課
31 水	~18:00	

<常に心がけるべし>

礼節！返事！あいさつ！ダッシュ！

努力に限界なし 覇気を纏え
 自分を奮い立たせるためにも
 相手を威圧するためにも
 まずは大きな気合を出していこう

5月 中郷中学校 柔道部 練習計画

日	曜日	行事等	活動予定	備考
1	月		休み	
2	火	弁当の日	通常通り	
3	水	憲法記念日	学校8:30~12:00	
4	木	みどりの日	学校8:30~12:00	
5	金	こどもの日	休み	
6	土		休み	
7	日		学校8:30~12:00	
8	月		休み	
9	火		通常通り	
10	水		通常通り	
11	木	委員会	通常通り	
12	金	尿検査	通常通り	
13	土		学校8:30~12:00	
14	日		休み	
15	月		休み	
16	火	弁当の日	通常通り	
17	水		通常通り	
18	木	生徒総会	通常通り	
19	金	県北地区陸上①	通常通り	
20	土	県北地区陸上②	学校8:30~12:00	
21	日		休み	
22	月		休み	
23	火		通常通り	
24	水		通常通り	
25	木		通常通り	
26	金		通常通り	
27	土		学校8:30~12:00	
28	日		休み	
29	月	リフレッシュマンデー (給食後下校)	休み	
30	火	木曜日日課	通常通り	
31	水		通常通り	

※休日練習日に都合により欠席する場合には、必ず顧問まで連絡をお願いします。



吹奏楽部 5月 予定表



※4月25日現在

日	曜	ありなし	開始～下校時間	備考
1	月	×		
2	火	○	通常通り	家庭訪問期間 17:00 まで
3	水	○	9:00～12:00	
4	木	○	8:45～11:45	磯原中・松岡中合同練習 (会場: 磯原中 集合 8:30)
5	金	×		
6	土	×		
7	日	×		
8	月	×		
9	火	○	通常通り	
10	水	○	通常通り	
11	木	○	通常通り	
12	金	○	通常通り	
13	土	○	9:00～12:00	菅野先生来校
14	日	×		
15	月	×		
16	火	○	通常通り	
17	水	○	通常通り	
18	木	○	通常通り	
19	金	○	通常通り	
20	土	○	9:00～12:00	菅野先生来校 保護者参観・懇談会
21	日	×		
22	月	×		
23	火	○	通常通り	
24	水	○	通常通り	
25	木	○	通常通り	
26	金	○	通常通り	
27	土	○	9:00～12:00	菅野先生来校
28	日	×		
29	月	×		
30	火	○	通常通り	木曜日課に変更
31	水	○	通常通り	

土・日や休日の練習の時も、必ず朝検温をして健康観察を行い、リバーに入力してから登校してください。

※菅野先生の紹介により萩庭先生(指導者)が講師として来校する可能性があります。



中郷中学校 パソコン部 5月の予定表



			学校行事	活動時間	完全下校時刻
4	27	木	家庭訪問②	なし	先生出張
	28	金	家庭訪問③	15:00～16:45	17:00
	29	土		なし	
	30	日		なし	
5	1	月	家庭訪問④	なし	15:00
	2	火	弁当の日	16:00～17:45	18:00
	3	水	憲法記念日	9:00～11:00	11:10
	4	木	みどりの日	なし	
	5	金	こどもの日	なし	
	6	土		なし	
	7	日		なし	
	8	月		なし	15:00
	9	火		16:00～17:45	18:00
	10	水		16:00～17:45	18:00
	11	木	委員会	なし	先生出張
	12	金	尿検査1次	16:00～17:45	18:00
	13	土		なし	
	14	日		なし	
	15	月	内科検診(3年)	なし	15:00
	16	火	弁当の日	16:00～17:45	18:00
	17	水		16:00～17:00	17:15
	18	木	生徒総会	16:00～17:45	18:00
	19	金	県北陸上①	16:00～17:45	18:00
	20	土	県北陸上②	なし	
	21	日		なし	
	22	月		なし	15:00
	23	火	尿検査1次(もれ者)	16:00～17:45	18:00
	24	水	内科検診(2年)	16:00～17:45	18:00
	25	木		16:00～17:45	18:00
	26	金	基礎力テスト(国語)	16:00～17:45	18:00
	27	土		なし	
	28	日		なし	
	29	月	リフレッシュマンデー	なし	13:30
	30	火		16:00～17:45	18:00
	31	水		16:00～17:45	18:00

☆1年生が7名入部しました。2年生と3年生は協力して、タイピングの仕方やポスター作成の仕方を教えてください。

☆6月に毎日パソコン入力コンクールがあります。その大会に向けてタイピング練習を頑張りましょう。

令和5年度

5月活動予定表 (文芸部)

日	曜	行事(祭日等)	有無	活動時間(完全下校)	その他
1	月		×		
2	火	2年クラスマッチ 弁当の日	○	~17:45(18:00)	
3	水	憲法記念日	○	8:30~11:00	
4	木	みどりの日	×		
5	金	こどもの日	×		
6	土		×		
7	日		×		
8	月	前期教育実習開始(~26日)	×		
9	火		○	~17:45(18:00)	
10	水	1年クラスマッチ	○	~17:45(18:00)	
11	木	委員会	○	~17:45(18:00)	
12	金	3年クラスマッチ 尿検査	×	~17:45(18:00)	
13	土		×		
14	日		×		
15	月	3年内科検診	×		
16	火	弁当の日	○	~17:45(18:00)	
17	水		○	~17:45(18:00)	
18	木	生徒総会	○	~17:45(18:00)	
19	金		○	~17:45(18:00)	
20	土		○	8:30~11:00	
21	日		×		
22	月		×		
23	火		○	~17:45(18:00)	
24	水	2年内科検診	○	~17:45(18:00)	
25	木		○	~17:45(18:00)	
26	金	1年内科検診 基礎力テスト(○	~17:45(18:00)	
27	土		×		
28	日		×		
29	月	リフレッシュマンデー	×		
30	火	木曜日課	○	~17:45(18:00)	
31	水		○	~17:45(18:00)	